

**WOLPERTSWENDE****Außenstellenleiterin:**

Claudia Kruspel  
Telefon 07502 940-30  
c.kruspel@wolpertswende.de

**Verwaltung:**

Bürgermeisteramt  
88284 Wolpertswende  
Telefon 07502 940-30  
Telefax 07502 940-326

**Bankverbindung:**

Raiffeisenbank Ravensburg eG  
30 253 012 (BLZ 650 625 77)

**VHS-Ausschuss:**

Daniel Steiner, Bürgermeister  
Roswitha Steinhauser, Lehrerin  
Irmtraud Pflieger, Hausfrau  
Eugen Schuster, Rektor  
Petra Schmid-Strobel, Bürokauffrau

Zu allen Veranstaltungen (außer Vorträgen) ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs wirksam. Unverbindliche Reservierungen sind nicht möglich.

**Die Anmeldung erfolgt**

- schriftlich oder per Fax (Formulare sind dem Semesterplan zu entnehmen oder liegen in der Geschäftsstelle aus). Bei Neukunden, deren Daten noch nicht erfasst sind, benötigen wir eine schriftliche Anmeldung. Damit erteilen Sie der VHS Weingarten die Erlaubnis, die Kursgebühren im Lastschriftverfahren einzuziehen.
- online über die Homepage der VHS Weingarten unter [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de). Hierzu ist das dort hinterlegte Anmeldeformular auszufüllen.
- telefonisch. Bei Neukunden, deren Daten noch nicht erfasst sind, benötigen wir eine schriftliche Anmeldung.
- durch Unterschrift auf dem Bogen „Anmeldung zum Nachfolgesemester“.
- durch unangemeldete Teilnahme an einer Veranstaltung. Eine nachträgliche Anmeldung unter Angabe der erforderlichen Daten hat unverzüglich zu erfolgen.

Jede Form der Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur vollen Entgeltzahlung.

Sollte ein Kurs bereits voll belegt sein, bekommen Sie von uns eine Absage bzw. Mitteilung, dass Sie von uns auf eine Warteliste gesetzt wurden.

Sie erhalten **keine** Anmeldebestätigung. Sollten wir Ihre Anmeldung wegen Überbelegung nicht mehr berücksichtigen können, werden Sie benachrichtigt, ebenso, wenn der Kurs ausfällt oder der Kurstermin sich ändert. Sie gelten als angemeldet, wenn Sie von uns keine Nachricht erhalten.

Sollten Sie Rückfragen zu Kursen der Außenstellen haben, wenden Sie sich bitte direkt an die Leitung der jeweiligen Außenstelle.

Bei Rücktritten ist die Außenstelle fristgerecht zu informieren.

Im Übrigen gelten die Allgemeinen Hinweise und Geschäftsbedingungen der VHS Weingarten.

**Kreatives für Kinder**

Nr. U2120717KH

**Blättermännchen und Kürbistierchen für Kinder ab 7 Jahren**

NEU



Sabine Eberle

Der Herbst mit seiner bunten Fülle bietet uns interessante Dinge, aus denen wir mit viel Spaß und Fantasie lustige Dinge, wie Heu-Katzen Kinder, Blättermännchen, Kürbistiere und vieles mehr gestalten können.

Bitte mitbringen: Filzstifte, Bleistift, Schere, Kleber, getrocknete (gepresste) Blätter, Kastanien.

8 – 12 Kinder

Mittwoch, 3.11.10, 14.00 - 16.30 Uhr  
Donnerstag, 4.11.10, 14.00 - 16.30 Uhr  
Schule Wolpertswende  
17,- EUR (ermäßigter Kinderpreis)

**Literarische Weinprobe**

Nr. U307027

NEU

**Literarische ital. Weinprobe mit „Maximen der Lebenskunst“**

Alfred Endres,  
Bürgermeister a. D., Kißlegg

Im Rausch des Weins – die vinologische Kultur Italiens: Literarische Weinprobe und Autorenlesung mit „Maximen der Lebenskunst“. Die gemeinsame Kultur ist das Herzstück unserer europäischen Identität, der Wein ist unverzichtbarer Bestandteil davon. Vor fast 3000 Jahren brachten die Griechen Reben nach Süditalien, die Weinstöcke gediehen und das Land wurde „Enotria“ genannt, was Weinland bedeutet.

Italien ist die größte weinerzeugende Region der Erde. Nahezu jeder vierte Liter Wein, weltweit getrunken, ist italienisch. Diesen aufregenden Perspektiven wollen wir mit Käse, Brot und vier sehr guten Weiß- und Rotweinen nachspüren.

Bitte beachten! Anmeldeschluss ist am 29.01.2011

7 – 25 Personen

Donnerstag, 3.2.11, 19.00 - 21.30 Uhr  
Panoramahalle Wolpertswende,

Jugendraum

34,- EUR (keine Ermäßigung, 12,- EUR Lebensmittelposten für Wein, Käse und Brot sind in der Gebühr enthalten)

**Gesundheit**

Nr. U301307

**Yoga am Abend – Wiederholer**

Petra Schmid-Strobel, Yogalehrerin

Ruhe – Entspannung – Gelassenheit. Durch achtsame Bewegungen, Atem- und Entspannungsübungen zu Ausgeglichenheit und innerer Ruhe. Yoga ist ein ganzheitliches System und wirkt auf

Körper, Geist und Seele. Bitte mitbringen: Decke, Kissen, warme Socken, bequeme Kleidung, Iso-Matte.

7 – 12 Personen

10x dienstags, 18.30 - 20.00 Uhr  
ab 21.9.10

Evangelisches Gemeindehaus  
Mochenwangen; Haydnstr. 20  
58,- EUR

Nr. U302217

**Gymnastikcocktail am Vormittag**

Karin Bellrich-Bluhm, Lehrerin

Eine abwechslungsreiche Mischung verschiedener Gymnastikarten wie Konditionsgymnastik, Skigymnastik, Gymnastik mit Handgeräten, Stretching, Wirbelsäulengymnastik, Lockerungs- und Entspannungsübungen mit Musik zur Verbesserung von Kondition, allgemeiner Körperfiness, zur Kräftigung bestimmter Muskelpartien und Erhöhung der Beweglichkeit.

Bitte eine Gymnastikmatte mitbringen.

7 – 25 Personen

10x montags, 9.45 - 11.00 Uhr  
ab 27.9.10

Panoramahalle Wolpertswende  
48,- EUR

Nr. U302227G

**Seniorenport „Aktiv älter werden“**

Karin Bellrich-Bluhm, Lehrerin

In diesem Kurs wird durch den Einsatz verschiedener Handgeräte ein abwechslungsreiches und gymnastisch ausgeglichenes Übungsprogramm angeboten, das zur Erhaltung und Verbesserung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit und des allgemeinen sozialen Wohlbefindens beitragen soll. Neben Lockerungs- und Entspannungsübungen werden durch gezielte Gymnastik die Beweglichkeit von Wirbelsäule und Gelenken erhalten. Koordination und die Belastbarkeit des Herz-Kreislauf-Systems werden gefördert, sowie ein Bewegungsprogramm zur Stärkung der Muskelkraft und zur Schulung des Gleichgewichts angeboten als einige der wichtigen Faktoren zur Sturzprophylaxe. Bitte eine Gymnastikmatte mitbringen.

7 – 20 Personen

10x montags, 8.30 - 9.30 Uhr  
ab 27.9.10

Panoramahalle Wolpertswende  
35,- EUR (ermäßigter Seniorenpreis)

Nr. U302307

**Aqua – Fitness**

Birgid Schmid,  
Aquatic-Fitness-Instruktorin;  
B-Fach-ÜL Prävention (Wasser)

Mögliche Wirkungsweisen:

- Ideales Aufbautraining nach Sportverletzungen
- Eine gelenk- und bänderschonende Alternative zum Landtraining
- Entlastung der Wirbelsäule

# Wolpertswende

- Training von Muskulatur und Herz-Kreislauf-System
- Kräftigung der Muskulatur
- Straffung des Bindegewebes
- Bekämpfung von Problemzonen
- Verbesserung der allgemeinen aeroben Ausdauer
- Verbesserung der Beweglichkeit
- Reduzierung des Körpergewichtes und Körperfettanteils

Bitte Sportsocken mitbringen. Kein Präventionskurs (kein Zuschuss der Krankenkassen)

7 - 12 Personen  
10x donnerstags, 19.30 - 20.15 Uhr  
ab 23.9.10  
Schwimmhalle Mochenwangen  
48,- EUR

## Aqua - Fitness für Senioren

Birgid Schmid,  
Aquatic-Fitness-Instruktorin;  
B-Fach-ÜL Prävention (Wasser)

Mögliche Wirkungsweisen:

- Ideales Aufbautraining nach Sportverletzungen
  - eine gelenk- und bänderschonende Alternative zum Landtraining
  - Entlastung der Wirbelsäule
  - Training von Muskulatur und Herz-Kreislauf-System
  - Kräftigung der Muskulatur
  - Straffung des Bindegewebes
  - Bekämpfung von Problemzonen
  - Verbesserung der allgemeinen aeroben Ausdauer
  - Verbesserung der Beweglichkeit
  - Reduzierung des Körpergewichtes und Körperfettanteils
- Bitte Sportsocken mitbringen.

### Kurs 1

Nr. U302317  
7 - 12 Personen  
10x dienstags, 9.10 - 9.55 Uhr  
ab 21.9.10  
Schwimmhalle Mochenwangen  
38,- EUR (ermäßigter Seniorenpreis)

### Kurs 2

Nr. U302327  
7 - 12 Personen  
10x dienstags, 10.05 - 10.50 Uhr  
ab 21.9.10  
Schwimmhalle Mochenwangen  
38,- EUR (ermäßigter Seniorenpreis)

7 - 16 Personen  
10x montags, 19.30 - 21.00 Uhr  
ab 20.9.10  
Schule Mochenwangen  
52,- EUR

### Nr. U422137 Spanisch Fortsetzungskurs GER A2

Brenda Raßmann

Wir vertiefen die Aussprache und führen die Themen aus Basiskurs Teil 1 weiter.  
Lehrbuch: El Nuevo Curso 2.

7 - 16 Personen  
10x mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr  
ab 22.9.10  
Schule Mochenwangen  
52,- EUR

## Sprachen

Nr. U422117 NEU  
**Spanisch für Anfänger GER A1**

Brenda Raßmann

Erlernen Sie mit Spaß die Grundkenntnisse der spanischen Sprache, welche weltweit in vielen Bereichen immer stärker Einzug hält.

Lehrbuch: Caminos neu 1, Klett-Verlag (ISBN 3-12-514906-9).

Rund um die Uhr informieren  
und anmelden.  
[www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

# Anmeldung WEINGARTEN

## Sem. II/2010

Außenstelle Wolpertswende

VHS Weingarten  
Heinrich-Schatz-Straße 16  
88250 Weingarten  
Telefon 07 51 5 60 35-30  
Telefax 07 51 5 60 35-40

Kurs-Nr.

Kurs: \_\_\_\_\_ Seite: \_\_\_\_\_

Kurs-Nr.

Kurs: \_\_\_\_\_ Seite: \_\_\_\_\_

Kurs-Nr.

Kurs: \_\_\_\_\_ Seite: \_\_\_\_\_

Name / Vorname des Teilnehmers

Straße / Haus-Nr.

Postleitzahl Wohnort

Tel. mit Vorwahl – privat

Tel. mit Vorwahl – beruflich

E-Mail-Adresse

Konto-Nummer

Bankleitzahl

Name der Bank

(falls abweichend vom Teilnehmer) Name, Vorname des Kontoinhabers

Ich bin damit einverstanden, dass die Teilnehmergebühr im Lastschriftverfahren von obigem Konto eingezogen wird. Ich anerkenne die allgemeinen Geschäftsbedingungen von Seite 115 des Semesterplans und die Bestimmungen auf der Rückseite dieses Formulars. **Ich erhalte keine Anmeldebestätigung. Nur bei Kursausfall, Terminänderung oder Überbelegung werde ich benachrichtigt.**

Datum / Unterschrift des Kontoinhabers

Ich stelle Antrag auf Ermäßigung

Nachweis lege ich in Kopie bei

Nachweis liegt der VHS Weingarten bereits vor

Statistische Angaben zu Alter und Geschlecht:

bis 18

bis 35

bis 65

weiblich

bis 25

bis 50

über 65

männlich