

Start: 24.09.2018

Hinweise und Geschäftsbedingungen

Geschäftsstelle: VHS Außenstelle Mötzingen, Schloßgartenstraße 1, 71159 Mötzingen
Leitung: Stefanie Vidovic / Diana Wally
Homepage: www.vhs.moetzingen.de
Email: vhs@moetzingen.de
Tel.: (0 74 52) 88 81 – 21 oder -28
Fax: (0 74 52) 88 81 – 30
Geschäftszeiten: Dienstag, Donnerstag, Freitag von 8.00 bis 12.00 Uhr
Dienstag von 14.00 Uhr bis 18.30 Uhr
Zimmer Nr. 04 (Frau Vidovic), 02 (Frau Wally)

Für die Außenstelle Mötzingen gelten die Geschäftsbedingungen der VHS Herrenberg. Diese sind auf der letzten Seite des allgemeinen VHS-Programmheftes nachzulesen. Im Besonderen gilt:

1. Anmeldung:

Schriftliche / Online Anmeldungen sind ab sofort möglich an die Anschrift der VHS Mötzingen. Die Teilnehmer erhalten keine schriftliche Anmeldebestätigung, deshalb muss der Kurstermin auch unbedingt notiert werden. Die Teilnehmer werden nur benachrichtigt, wenn ein Kurs ausgebucht ist oder nicht zustande kommt. Bei fortlaufenden Kursen sind verbindliche Anmeldungen schon vorher über den Kursleiter möglich.

2. Gebühren

Die Kursgebühren werden mit der Anmeldung zur Zahlung fällig. Sie werden 3 Wochen nach Kursbeginn zum folgenden 1. oder 15. eines Monats abgebucht. Einzelveranstaltungen werden 1 Woche nach Kursende zum folgenden 1. oder 15. eines Monats abgebucht. Aufgrund des geringeren Verwaltungsaufwands ist die Teilnahme am Abbuchungsverfahren verpflichtend. Schwerbeschädigte ab 80% erhalten eine Ermäßigung von 50% (ausgenommen Studienreisen).

3. Rücktritte

Rücktritte sind, wenn triftige Gründe vorliegen nach Rücksprache mit der VHS Leistung bis eine Woche vor Kursbeginn möglich. Bearbeitungsgebühr 5,00 €. Nach Beginn eines Kurses ist die volle Gebühr zu zahlen. Für Studienreisen und Exkursionen gelten besondere Bedingungen.

4. Haftung

Für Unfälle während der Veranstaltung und auf dem Weg zum oder vom Veranstaltungsweg, sowie für den Verlust der Beschädigung von Gegenständen aller Art übernimmt die Volkshochschule gegenüber den Teilnehmern keinerlei Haftung.

5. Gebührenrückerstattung der Krankenkassen

Die meisten gesetzlichen Krankenkassen erstatten ihren Mitgliedern auf Antrag die Kursgebühren für verschiedene Gesundheitskurse oder teilweise. Voraussetzung ist die regelmäßige Teilnahme am Kurs. Genaue Auskunft welche Angebote gefördert werden, erteilt die jeweilige Krankenkasse. Bitte informieren Sie sich vor Kursbeginn! Bescheinigungen für die Krankenkasse über die regelmäßige Teilnahme an Gesundheitskursen erhalten Sie bei der VHS Leitung.

Leitung

Stefanie Vidovic / Diana Wally, Schloßgartenstraße 1, 71159 Mötzingen, Tel.: 07452-8881-21 oder -28

VHS-Büro, Schloßgartenstraße 1
Mo-Fr 8:00 - 12:00 und Di 14:00 - 18.30 Uhr

Fax: 07452-888130
Mail: vhs@moetzingen.de
Homepage: www.vhs.moetzingen.de

● **MOE 01**
Krebsvorsorge in der Urologie-, Was ist sinnvoll
Vortrag

Krebserkrankungen sind nach Herz-Kreislaufferkrankungen die zweithäufigste Todesursache in der westlichen Welt. Somit liegt nahe, dass es für beide Geschlechter sinnvoll sein kann zu wissen, was ein Urologe ist und was er tut. Dr. Ulrich Haag, Chefarzt der Urologie in Nagold, wurde von der Focus Ärtzeliste 2016 und 2017 als einer der Besten seines Faches zum Thema Prostata gelistet. Er wird eine Übersicht über die Möglichkeiten der Prävention und Vorsorge dieser häufigsten urologischen Krebserkrankungen geben. In Kooperation mit dem Bürgernetzwerk

Dr. med. Ulrich Haag
Donnerstag, 04.10.2018, 16:00-17:00 Uhr
Altes Rathaus
3,00 €

● **MOE 02**
Boden und Düngung
Vortrag

Die Zusammenhänge im Boden und in der Pflanze sind komplex. Es soll ein Grundverständnis für die Vorgänge im Boden geschaffen werden. Ziel des Vortrages ist es, die Grundlage für einen verantwortungsvollen Umgang mit dem Boden und den verschiedenen Düngemitteln zu schaffen. In Kooperation mit dem OGV Mötzingen

Gudrun Vohl-Grözinger
Dienstag, 06.11.2018, 19:00-22:00 Uhr
Altes Rathaus
12,00 €

● **MOE 03**
Persönlichkeitsentwicklung - Kommunikation mit sich selbst und anderen verändern
Vortrag

Wer kennt nicht die Herausforderungen des Alltags. Doch jede Herausforderung kann auch eine neue Chance bedeuten. Caren Totzauer zeigt auf, wie durch einen Perspektivenwechsel Chancen erkannt, erarbeitet und genutzt werden können. In ihren Vorträgen und Coachings motiviert und inspiriert Frau Caren Totzauer ihre Teilnehmer einmal andere Blickwinkel anzunehmen. Dadurch können neue Perspektiven und Chancen erkannt werden, um das Potenzial mehr zu entfalten.

In ihren Vorträgen und Coachings motiviert und inspiriert Frau Caren Totzauer ihre Teilnehmer einmal andere Blickwinkel anzunehmen. Dadurch können neue Perspektiven und Chancen erkannt werden, um das Potenzial mehr zu entfalten.

Caren Totzauer
Mittwoch, 23.01.2019, 19:00-20:15 Uhr
Altes Rathaus
3,00 €

Bild Caren Totzauer



● **MOE 04**
Brauereiführung
Hochdorfer Kronenbrauerei

Gemeinsam besichtigen wir die Hochdorfer Kronenbrauerei. Zu Beginn der Brauereibesichtigung erhalten die Gäste Informationen zur Brauerei und zum Bier. Zum Abschluss trifft man sich wieder zum gemütlichen Teil bei einem zünftigen Vesper und frischem Bier.

Mittwoch, 10.10.2018, 15:00-17:30 Uhr
Treffpunkt ist um 14:30 Uhr am Rathaus Mötzingen zur gemeinsamen Abfahrt nach Hochdorf
15,00 €

● **MOE 05**
Wir und mein Smartphone
Workshop für Kinder und deren Eltern

Du hast bereits dein erstes Smartphone oder deine Eltern überlegen, ob sie dir bald eines kaufen? Das Smartphone und seine Nutzung ist in vielen Familien ein Dauerthema. Wie sicher ist das Smartphone für Kinder? Wann und wie lange darf das Smartphone genutzt werden? Was sind nützliche Einstellungen und Apps für die Smartphones von Kindern? An unterschiedlichen Stationen stellen sich die Kinder und ihre Eltern gemeinsam diesen und weiteren Fragen. Bitte mitbringen: Mindestens ein Smartphone (am besten das des Kindes)

In Kooperation mit den Jugendreferaten Mötzingen und Jettingen

Sebastian Vogel
Freitag, 09.11.2018, 17:00-20:00 Uhr
Altes Rathaus
2,00 € (pro Teilnehmer)

In Kooperation mit den Jugendreferaten Mötzingen und Jettingen

Sebastian Vogel
Freitag, 09.11.2018, 17:00-20:00 Uhr
Altes Rathaus
2,00 € (pro Teilnehmer)

● **MOE 06**
Progressive Muskelrelaxation

Die Progressive Muskelentspannung ist neben dem Autogenen Training wohl eine der beliebtesten Entspannungstechniken zur Reduktion und Prävention von Stress. Bitte mitbringen: Gymnastik-/Yogamatte, evtl. Kissen und Decke.

Bitte mitbringen: Gymnastik-/Yogamatte, evtl. Kissen und Decke.

Manuela Lutz
mittwochs, 20:00-21:00 Uhr, ab 07.11.2018
Altes Schulhaus, 1. OG
5 Termine, 21,00 €

● **MOE 07**
5 Wege zur Entspannung

Es gibt viele Wege zu entspannen, doch welcher passt am besten zu mir? An jedem der 5 Termine wird eine andere Form der Entspannung (Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Fantasiereise, Atemübungen und Achtsamkeitsübungen) durchgeführt und vorgestellt. Bitte mitbringen: Gymnastik-/Yogamatte, evtl. Kissen und Decke

Bitte mitbringen: Gymnastik-/Yogamatte, evtl. Kissen und Decke

Manuela Lutz
mittwochs, 20:00-21:00 Uhr, ab 26.09.2018
Altes Schulhaus, 1. OG
5 Termine, 21,00 €

● Pilates Ganzkörpertraining

Die moderne Alternative zu traditionellen Gymnastikprogrammen bietet das ganzheitliche Trainingsprogramm nach der Pilates-Methode. Körper und Geist werden in 60 Minuten Training wieder fit gemacht. Dabei stehen Bewegungsqualität und Gesunderhaltung im Vordergrund der Methode. Ergebnis dieses ganzheitlichen Körpertrainings ist ein geschmeidiger, kraftvoller, wohl strukturierter Körper mit einer ausdrucksstarken Präsenz.

Im 15-stündigen Basiskurs werden Grundpositionen und Basisübungen vermittelt, die in weiteren Kursen in zahlreichen Variationen ausgebaut und mit neuen Übungen kombiniert werden.

MOE 08.00

Basiskurs

Ilona Flosdorff

montags, 18:00-19:00 Uhr, ab 01.10.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

15 Termine, 63,00 €

MOE 08.01

Basiskurs

Ilona Flosdorff

donnerstags, 16:30-17:30 Uhr, ab 04.10.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

15 Termine, 63,00 €

● Hatha-Yoga

Yoga ist das ideale Programm, um Körper und Geist in Einklang zu bringen und beweglich zu bleiben und zu werden. Es ist auch für Männer geeignet.

MOE 09.00

Victoria Arnau

dienstags, 16:15-17:15 Uhr, ab 25.09.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

16 Termine, 68,50 €

MOE 09.01

Victoria Arnau

dienstags, 17:20-18:20 Uhr, ab 18.09.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

17 Termine, 72,80 €

MOE 09.02

Victoria Arnau

dienstags, 18:30-19:30 Uhr, ab 18.09.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

17 Termine, 72,80 €

MOE 09.03

Victoria Arnau

donnerstags, 07:45-08:45 Uhr, ab 20.09.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

17 Termine, 72,80 €

MOE 09.04

Victoria Arnau

donnerstags, 08:50-09:50 Uhr, ab 27.09.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

16 Termine, 68,50 €

● MOE 10

Fitnessgymnastik für Frauen

Gemeinsam werden spezielle Übungen für die Wirbelsäule gemacht und mit und ohne Geräte die körperliche Fitness trainiert.

Heidi Morlok

montags, 20:15-21:15 Uhr, ab 24.09.2018

Schule Mötzingen, Gemeindehalle

14 Termine, 49,00 €

● Bodystyling

Die richtige Mischung macht's! Zu rhythmischer Musik regen wir die Fettverbrennung an, indem wir durch einfache, gelenkschonende Schrittkombinationen das Herz-Kreislauf-System so richtig in Schwung bringen. Anschließend straffen effektive Übungen mit und ohne Geräte das Bindegewebe und stärken Bauch-, Beine-, Po- und Rückenmuskulatur.

MOE 11.00

Brunhilde Dickmann

dienstags, 08:00-09:00 Uhr, ab 25.09.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

15 Termine, 52,50 €

MOE 11.01

Brunhilde Dickmann

dienstags, 09:00-10:00 Uhr, ab 25.09.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

15 Termine, 52,50 €

● Drums alive®

Trommel dich fit mit Pezzibällen und Trommelstöcken! Diese ganzheitliche Kombination verbindet dynamische Bewegungen und pulsierenden Trommelrhythmus und steigert die physische und geistige Fitness.

Bitte mitbringen: Getränk, Turnschuhe, Handtuch

MOE 12.00

Trommel dich fit mit Pezzibällen und Trommelstöcken

Bernhard Fieler

montags, 19:15-20:15 Uhr, ab 24.09.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

14 Termine, 59,00 €

MOE 12.01

Trommel dich fit mit Pezzibällen und Trommelstöcken

Bernhard Fieler

montags, 20:15-21:15 Uhr, ab 24.09.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

14 Termine, 59,00 €

● Zumba®

Zumba Fitness® ist das einzige Tanzfitnessprogramm zu lateinamerikanischer Musik, bei dem heiße internationale Musik von Grammy-Gewinnern mit ansteckenden Moves aus "Fitnesspartyprogrammen" kombiniert wird. Diese Mischung macht süchtig.

MOE 13.00

Lisa Straub

montags, 19:00-20:00 Uhr, ab 01.10.2018

Schule Mötzingen, Gemeindehalle

10 Termine, 40,00 €

MOE 13.01

Nadine Kapp

donnerstags, 19:30-20:30 Uhr, ab 11.10.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

16 Termine, 64,00 €

● MOE 14

Seniorengymnastik

Dieses Gymnastikprogramm eignet sich insbesondere für die ältere Generation. Die gezielten Kräftigungsübungen für Rücken, Arme und Beine werden überwiegend sitzend auf dem Stuhl bewältigt. Außerdem wird durch ein spezielles Gedächtnistraining die Denkfähigkeit geschult. Auch für Männer ist das Programm sehr gut geeignet. Man nimmt auch Rücksicht auf gesundheitliche Probleme der Kursteilnehmer, jeder darf so trainieren, wie er es körperlich schafft.

Renate Vetter

donnerstags, 17:45-18:45 Uhr, ab 27.09.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

14 Termine, 49,00 €

• MOE 15

Fit und Gesund - Gymnastik für alle

In diesem Kurs werden mit Musik und verschiedenen Kleingeräten (Bälle, Terraband, Hanteln, usw.) in einem abwechslungsreichen Programm Kraft - Ausdauer und Koordination gestärkt sowie Übungen zur Stärkung der Rücken-, Bauch-, und Beckenbodenmuskulatur durchgeführt.

Bitte mitbringen: Handtuch, Sportkleidung, Hallenschuhe

Heidi Pfrommer

montags, 08:30-09:30 Uhr, ab 24.09.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

15 Termine, 52,50 €

• MOE 16

Die 5 Esslinger

Programm für lebenslange Fitness nach Dr. Martin Runge

Dieses für Männer und Frauen gleichermaßen geeignete Programm hat das Ziel, in der zweiten Lebenshälfte die körperliche Fitness so lange wie möglich zu erhalten. Es werden die wichtigsten Fitnesskomponenten auf sehr einfache Weise und ohne Hilfsmittel trainiert: Kraft, Schnelligkeit, Balance und Dehnbarkeit. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Heidi Pfrommer

montags, 09:45-10:45 Uhr, ab 24.09.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

15 Termine, 52,50 €



• MOE 17

Babys erster Brei -

Ernährung im ersten Lebensjahr

Für die gesunde Entwicklung eines Kindes hat die Ernährung bereits im Säuglingsalter eine große Bedeutung. In den ersten vier bis sechs Monaten sind Muttermilch oder Säuglingsnahrung die beste Mahlzeit für ein Kind. Danach reicht der Energie- und Nährstoffgehalt nicht mehr aus. Jetzt müssen die Milchmahlzeiten durch Beikost ergänzt werden.

Im Vortrag werden wichtigen Fragen rund um die Beikost beantwortet und ein ausgewogener Ernährungsplan für das erste Lebensjahr vorgestellt.

Kinder dürfen gerne mitgebracht werden.

Kerstin Schweizer

Mittwoch, 26.09.2018, 10:00-11:30 Uhr

Altes Schulhaus, 1. OG

8,00 €

• MOE 18

Essen wie die Großen -

Kindgerechte Kost nach dem ersten Lebensjahr

Wenn aus dem Baby ein Kleinkind geworden ist, interessiert es sich mehr und mehr für das Familiessen. Aber Essen ist viel mehr als Ernährung!

Anhand der aktuellen Ernährungsempfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) wird erläutert wie kindgerechte Kost aussehen kann, wie viel Kinder brauchen und wie die Umstellung vom Brei zum Familiessen gelingt.

Kinder dürfen gerne mitgebracht werden.

Kerstin Schweizer

Mittwoch, 06.02.2019, 10:00-11:30 Uhr

Altes Schulhaus, 1. OG

8,00 €

Bitte beachten Sie, dass die Kosten für vorbereitetes Material oder Lebensmittel sowie die Kursgebühr bei einer kurzfristigen Absage oder Nichterscheinen bezahlt werden müssen.

• MOE 19

Buffet mit den Schätzen des Herbstes -

Eine kulinarische Entdeckungsreise rund um Wildkräuter und Wildfrüchte

Umfangreicher Wildkräuter und Wildfrüchtekochkurs mit anschließendem Buffet. Sie lernen Brennnessel, Spitzwegerich, Schafgarbe, Hagebutte, Weißdorn, Schlehe usw. kennen. Sie erfahren, dass viele Wildkräuter und Wildfrüchte aus der "Schatzkammer Natur" nicht nur bei kleinen und großen Wehwechen helfen können, sondern auch noch gut schmecken.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Gefäße für Kostproben, Messer, Schneidebrett, 2 Gläser mit Schraubdeckel, Klebeetiketten

Anneliese Braitmaier

Samstag, 29.09.2018, 19:00-22:00

Uhr

Altes Schulhaus, Schulküche

12,00 € (+ 12,00 € Material, inkl. Rezeptheft, wird im Kurs bezahlt)



• MOE 20

Husten, Schnupfen, Heiserkeit-

Alte Volksheilmittel sind auch heute noch aktuell

Sie lernen verschiedene Pflanzen kennen, die man anwenden kann. Außerdem stellen wir einige Hausmittel aus der Volksheilkunde her z.B. Sirup, Balsam, Tinktur.

Bitte mitbringen: 3 mittelgroße Plastikschüsseln, 1 Stielsieb, 1 Eßlöffel, mehrere kleinere Gläser mit Deckel, Schere, Schreibzeug, Messer, Schneidebrett, evtl. wenn vorhanden Wiegemesser, Einfülltrichter, Klebeetiketten, Schürze, Geschirrtuch

Anneliese Braitmaier

Donnerstag, 04.10.2018, 19:00-22:00 Uhr

Altes Schulhaus, Schulküche

12,00 € (+ 10,00 € Material, inkl. Rezeptheft, wird im Kurs bezahlt)

• MOE 21

Geschenke aus der Küche für Weihnachten

Das Zubereiten von selbstgemachten Geschenken aus der Küche macht sehr viel Spaß.

Wir stellen im Kurs besondere Geschenkideen her, dabei verarbeiten wir auch Kräuter, Blüten und Gewürze., z.B. Gewürzmischungen, Kräuter, Aromazucker, eingelegter Käse, Pralinen, usw.

Bitte mitbringen: Verschiedene kleine Gläschen mit Deckel, mehrere Plastikschüsseln, 1 größeres Küchensieb, 1 Holzkochlöffel, 1 Schöpflöffel, Küchenmesser, Schneidebrett, falls vorhanden ein Wiegemesser, Löffel, Messer, Küchentuch, Schürze, Geschirrtuch, außerdem Papier, Schreibzeug, Schere, Klebeetiketten

Anneliese Braitmaier

Montag, 17.12.2018, 19:00-22:00 Uhr

Altes Schulhaus, Schulküche

12,00 € (+ 15,00 € Material, inkl. Rezeptheft, wird im Kurs bezahlt)

• MOE 22

Kräuter und Wildkräuter für Schönheit und Wohlbefinden

Pflegeprodukte selbst herstellen

Wir stellen miteinander verschiedene Produkte für Schönheit und Wohlbefinden aus natürlichen Produkten und Wildkräutern her, z.B. Badesalz, Fußbadesalz, Gesichtswasser, usw.

Bitte mitbringen: Mehrere kleine Gefäße, Gläser und Flaschen 150 ml bis max. 300 ml, Klebeetiketten, Küchentuch, Schneebesen, 1 kl. Schöpflöffel, Papier, Kugelschreiber, Filzstifte oder Buntstifte

Anneliese Braitmaier

Donnerstag, 24.01.2019, 19:00-22:00 Uhr

Altes Schulhaus, Schulküche

12,00 € (+ 15,00 € Material, inkl. Rezeptheft, wird im Kurs bezahlt)

● **MOE 23**

Dusch- und Baderaum

Pflegende Produkte wie Duschsalz, Badesalz, Badekugeln, Badeparalinen, Körperbutter usw. stellen wir mit Kräutern, Blumen, Ölen und vielem mehr her.

Bitte mitbringen: Mehrere kleine Gefäße und Gläser von ca. 100 ml bis max. 300 ml, Klebeetiketten, Küchentuch, Schneebesen, 1 kl. Schöpflöffel, Papier, Kugelschreiber

Anneliese Braitmaier

Donnerstag, 22.11.2018, 19:00-22:00 Uhr

Altes Schulhaus, Schulküche

12,00 € (+ 15,00 € Material, inkl. Rezeptheft, wird im Kurs bezahlt)

● **Silberschmiedekurs für Erwachsene**

Wir schmieden Ringe, Armspangen und Anhänger, die aus 935er Silberstreifen gearbeitet werden. Jeder kann im Kurs zwei Streifen verarbeiten. Anfänger arbeiten zuerst einen einfachen Ring. Für Fortgeschrittene ist es auch möglich, Steine zu fassen. Wenn Sie andere Maße für Silber brauchen oder bestimmte Vorstellungen haben, bitte dazu mit dem Kursleiter - zwei Wochen vor Kursbeginn - Rücksprache halten (mobil: 0174 - 9883615 oder mail: uhligart@aol.com). Gerne können Sie auch alte Schmuckstücke zum Aufarbeiten mitbringen.

Bitte mitbringen: Vesper und Getränke, Schreibzeug (schwarzer, feiner, wasserfester Filzstift, Bleistift, Spitzer, Papier und Geodreieck), bei langen Haaren ein Haargummi, nicht die neuesten Kleider, wenn nötig einen Mundschutz und Ohrenstöpsel.

MOE 24.00

für Anfänger und Fortgeschrittene

Michael Uhlig

Freitag, 26.10.2018, 18:00-22:00 Uhr

Samstag, 27.10.2018, 10:00-18:00 Uhr

Altes Schulhaus, Werkraum

2 Termine, 69,00 € (+ 4,00 € Werkzeugkosten und zzgl. Silberkosten werden im Kurs bezahlt)

MOE 24.01

Für Frauen (Anfängerinnen und Fortgeschrittene)

Michael Uhlig

Freitag, 11.01.2019, 18:00-22:00 Uhr

Samstag, 12.01.2019, 10:00-18:00 Uhr

Altes Schulhaus, Werkraum

2 Termine, 69,00 € (+ 4,00 € Werkzeugkosten und zzgl. Silberkosten werden im Kurs bezahlt)



● **MOE 25**

Silberschmiedekurs

für Jugendliche und Kinder ab 7 Jahre

Wir schmieden Erinnerungsschmuckstücke mit Namen- und Datumsgravur.

Ein bleibendes Andenken für die Zukunft.

Unter Anleitung eines erfahrenen Gold- und Silberschmiedes fertigt ihr individuelle Schmuckstücke aus 935er Silberblech wie z.B. Ringe, Armspangen und Anhänger.

Wenn ihr zum ersten Mal den Silberschmiedekurs besucht, arbeitet ihr einen einfachen 935 Silberring oder eine Armspange. Die Kinder können auch ihren Eltern oder Verwandten einen Ring schmieden. In den Ring gravieren wir dann z.B. "Von Linda für Mama 2019". Bitte bringt dazu die passende Ringgröße mit.

Jede/r Teilnehmer/in darf im Kurs 2 Silberstreifen verarbeiten. Die verschiedenen Größen und Preise dazu, könnt ihr in der Silberpreisliste unter

www.uhlig-silberschmiedekurs.de in Erfahrung bringen.

Beim Schmieden erlernt ihr den Umgang mit dem Werkzeug. Nach Fertigstellung des ersten Schmuckstückes können die kleinen und großen Schmiede dann selbständiger arbeiten.

Neu im Kurs! Mit einer neuen Technik, könnt ihr in die Schmuckstücke auch echte Edelsteine in allen Farben versenken.

Wichtig: Wenn Kinder alleine kommen, werden die Eltern gebeten die Silberkosten vor Kursbeginn mit dem Kursleiter zu besprechen.

Bitte mitbringen: Vesper und Getränke, Schreibzeug, bei langen Haaren ein Haargummi, nicht die neusten Kleider, einen Mundschutz und Hörschutz wenn nötig.

Michael Uhlig

Sonntag, 13.01.2019, 10:00-16:00 Uhr

Altes Schulhaus, Werkraum

35,00 € (+ 4,00 € Werkzeugkosten und zzgl. Silberkosten werden im Kurs bezahlt)

● **MOE 26**

Tips zum Sockenstricken mit der Bumerang-Ferse

Sockenstricken liegt im Trend ob als Accessoires, Sofasocken, Joga-socken, oder zum Wandern.

Einfach das perfekte Fußklima und angenehm.

Für Anfänger wird empfohlen, mit dicker Wolle zu beginnen, Sockenwolle 8fach.

Bitte mitbringen: Sockenwolle nach Wahl und passendes Nadelspiel

Ines Mack

Montag, 05.11.2018 und 08.10.2018 und Montag, 22.10.2018,

19:00-20:30 Uhr und 19:00-21:00 Uhr

Altes Schulhaus, 1. OG

3 Termine, 18,00 €



• **MOE 27**

Instinktives Bogenschießen

Kurs für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren

Wochenendkurs:

Freitags von 18.00-20.00 Uhr in der Gymnastikhalle in Mötzingen (Theorie, Einführung und die 4 Phasen des Bogenschießens)

Samstags von 14.00-17.00 Uhr auf der Bogenwiese in Mötzingen am Schützenhaus (Vertiefung der 4 Phasen und üben von Schüssen auf bis zu 40 Meter)

Sonntags von 11.00-13.00 Uhr Besuch eines Bogenparcours in Schömburg (<http://www.pfeil-bogenschlichemtal.de/3d-parcours/>) gegen Aufpreis

Erwachsene ab 18 Jahren 12,00 €

Jugendliche von 13-17 Jahren 7,00 €

Kinder von 10-12 Jahren 5,00 €

In Kooperation mit den Bogensportfreunden Mötzingen

Torsten Diefendahl

Freitag, 05.10.2018, 18:00-20:00 Uhr

Samstag, 06.10.2018, 14:00-17:00 Uhr

Sonntag, 07.10.2018, 11:00-13:00 Uhr

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

3 Termine, 17,00 €

• **MOE 28**

Geschlungene Weidenkugel

Unter Anleitung lernen die Teilnehmer das kreative Flechten einer Dekokugel aus Weiden (35 - 55 cm) für Haus und Garten.

Bitte mitbringen: Gartenschere, ggf. ein Vesper für die Pause

Michaela Derr

Samstag, 01.12.2018, 10:00-14:00 Uhr

Altes Schulhaus, Werkraum

20,00 € (+ 10,00 € Material werden im Kurs bezahlt)



Junge vhs

• **MOE 29**

Weihnachtliche Dekorationen

Für Kinder ab 6 Jahren

Wir stellen weihnachtliche Dekoration her wie z.B. Sterne, Engel, Weihnachtsmann, Rentier, usw.

Anneliese Braitmaier

Samstag, 24.11.2018, 10:30-13:00 Uhr

Altes Schulhaus, Schulküche

8,00 € (+ 8,00 € Material, inkl. Rezeptheft, wird im Kurs bezahlt)



• **MOE 30**

Kindertanzen

Tanzen für Grundschul Kinder (ab der 2.Klasse)

Zu fetziger Musik starten wir mit Tanz- und Bewegungsspielen. Einfache Steps zu aktuellen Hits sollen Freude und Spaß am Tanzen vermitteln. Spiele und Übungen für Haltung, Koordination und Balance sind ebenfalls Bestandteil des Kurses.

Ute Kugel

mittwochs, 16:45-17:45 Uhr, ab 26.09.2018

Schule Mötzingen, Gymnastikraum

10 Termine, 28,00 €

• **MOE 31**

Geisterstunde im Spukschloss

Für Kinder ab 7 Jahren

In diesem Schloss fühlen sich die kleinen Gespenster wohl.

Drei farbige Lichterketten unterstreichen die gruselige Stimmung.

Größe ca. 77cm.

Bitte mitbringen: Malkittel, Vesper, Getränk

Ursula Laur

Samstag, 20.10.2018,

09:30-13:00 Uhr

Altes Schulhaus, Werkraum

11,00 € (+ 18,00 € Materialkosten werden im Kurs bezahlt)



• **MOE 32**

Tannenbaum mit Lichterkette

Für Kinder ab 7 Jahren

Was wäre Weihnachten ohne Baum.

Größe ca. 40cm.

Bitte mitbringen: Malkittel, Vesper, Getränk

Ursula Laur

Samstag, 08.12.2018, 09:30-13:00 Uhr

Altes Schulhaus, Werkraum

11,00 € (+ 12,00 € Materialkosten werden im Kurs bezahlt)

• **Spiel, Spaß & Bewegung für Kinder und Eltern**

Bewegung ist für die Entwicklung von Kindern unablässig. Gemeinsam mit den Eltern wird den Kindern die Lust an Bewegung vermittelt.

MOE 33.00

Von 1-3 Jahren

Mandy Schiebel

donnerstags, 15:00-16:00 Uhr, ab 13.09.2018

Schule Mötzingen, Gemeindehalle

20 Termine, 5,00 € (werden im Kurs eingesammelt)

MOE 33.01

Von 1-3 Jahren

Tanja Wolf

donnerstags, 16:00-17:00 Uhr, ab 13.09.2018

Schule Mötzingen, Gemeindehalle

20 Termine, 5,00 € (werden im Kurs eingesammelt)

Verbindliche Anmeldung

Kurs- Nr.: Gebühr: Kurstitel:

| | | |
|--|--|--|
| | | |
| | | |
| | | |

Bei Kindern bitte Geburtsdatum: _____

Name, Vorname

Straße

PLZ, Wohnort

Tel., Fax

E-Mail

Datum

Unterschrift

Wenn Sie keine Nachricht erhalten, sind Sie angemeldet! Eine Teilnahmebestätigung wird **NICHT** verschickt. Notieren Sie sich deshalb den Kurstermin, damit Sie ihn nicht versäumen. Die bei der Anmeldung erhobenen Daten werden per EDV gespeichert. Sie werden ausschließlich für die Zwecke und Aufgaben der VHS verwendet. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht.

**Bitte füllen Sie die Einzugsermächtigung bzw. die SEPA-Lastschrift auf der nächsten Seite aus und geben diese bitte bei der VHS Leitung ab. Ohne die Abgabe dieses Formulars kann der Kurs nicht besucht werden.
WICHTIG: Wer bereits für frühere VHS-Kurse die SEPA-Lastschrift ausgefüllt hatte braucht diese nicht mehr erneut auszufüllen.**

Datenschutzerklärung

Wenn Sie das Angebot der VHS Mötzingen nutzen, werden personenbezogene Daten unter Beachtung der deutschen und der europäischen Datenschutzgesetze verarbeitet.

Auf den Schutz von personenbezogenen Daten legen wir als kommunale Einrichtung der Erwachsenenbildung großen Wert. Die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt gemäß dem Baden-Württembergischen Datenschutzgesetz (BWLDSG), der europäischen Datenschutz-Grundsatzverordnung (DSGVO) sowie dem Telemediengesetz (TMG). Alle Mitarbeiter*innen der VHS Mötzingen sind zur Verschwiegenheit und zur Einhaltung der Datenschutzbestimmungen verpflichtet worden.

Die VHS Mötzingen erhebt zur vertragliche Abwicklung von VHS-Kursen (Anmeldung, Durchführung, Abrechnung), Beratungen, Einstufungen und Schulabschlussbezogene Kurse und Umschulungen personenbezogenen Daten und verarbeitet diese.

Wir verarbeiten Ihre Daten nach Art. 6 Absatz 1 Buchstabe b) DSGVO. Es handelt sich um Verarbeitungsvorgänge, die für die Erbringung der genannten Leistungen notwendig oder um Verarbeitungsvorgänge, die zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen erforderlich sind.

Aufgrund der gesetzlich vorgeschriebenen bzw. zugelassenen oder durch Ihre Einwilligung legitimierten Datenerhebung ist die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten rechtmäßig.

Alle weiteren Informationen zu den erhobenen Daten und deren Verarbeitung sowie zuständigen Ansprechpartner*innen und Ihren Rechten können Sie unserer Datenschutzerklärung unter <https://vhs.moetzingen.de/informationen/datenschutzerklaerung.html> entnehmen.

Zahlungsempfänger
Bürgermeisteramt Mötzingen
Gemeindekasse
Schloßgartenstr.1
71159 Mötzingen

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE48MOE00000150716

Rahmenmandat: Volkshochschule

Mandatsreferenz: _____

Ich ermächtige die Gemeinde Mötzingen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Gemeinde Mötzingen auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Nachname (Kontoinhaber) Kursteilnehmer (wenn abweichend)

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

IBAN _ _ _ _ / _ _ _ _ / _ _ _ _ / _ _ _ _ / _ _ _ _ / _ _

BIC _ _ _ _ _ _ / _ _ _ _

Bank

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____

IBAN und BIC finden Sie auf Ihrem Kontoauszug!