

Amtliche Bekanntmachungen

der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels und der Ortsgemeinden Albersweiler, Annweiler am Trifels, Dernbach, Eußerthal, Gossersweiler-Stein, Münchweiler am Klingbach, Ramberg, Rinntal, Silz, Völkersweiler, Waldhambach, Waldrohrbach, Wernersberg

Verantwortlich für den Text: Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler am Trifels, Telefon (06346) 30 10

Verbandsgemeinde



Verbandsgemeindeverwaltung
Annweiler am Trifels
Bekanntmachung
Nr.: 83/2013

Öffnungszeiten zwischen Weihnachten und Neujahr
Am Montag, 23.12.2013 sind die Verbandsgemeindeverwaltung sowie die Stadt- und Verbandsgemeindewerke nur bis 16:00 Uhr geöffnet. Die Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler am Trifels ist vom 24.12.2013 bis einschl. 31.12.2013 geschlossen. Die Stadt- und Verbandsgemeindewerke sind zwischen den Feiertagen zu den üblichen Dienstzeiten erreichbar. Das **Standesamt** sowie das **Einwohnermelde- und Passamt** sind am Freitag, 27.12.2013 in der Zeit von 08.30 – 12.00 Uhr geöffnet. Das **Büro für Tourismus** ist vom 23.12.2013 bis 03.01.2014 geschlossen. **76855 Annweiler am Trifels, 29. November 2013**
Wagenführer
Bürgermeister

Verbandsgemeindeverwaltung
Annweiler am Trifels
Bekanntmachung
Nr.: 94/2013

Ergänzung
Öffnungszeiten zwischen Weihnachten und Neujahr
Als **Ergänzung zu unserer Bekanntmachung Nr. 83/2013** weisen wir auf folgendes hin:
Auf Grund von Renovierungsarbeiten ist das **Büro für Tourismus** in Annweiler am Trifels

in der Zeit vom **19. Dezember 2013 bis 10. Januar 2014** geschlossen.

Ab 02. Januar 2014 besteht die Möglichkeit während den Öffnungszeiten der Verbandsgemeindeverwaltung allgemeine Informationen und Prospekte zu erhalten.
76855 Annweiler am Trifels, 13. Dezember 2013
Wagenführer
Bürgermeister

Verbandsgemeindeverwaltung
Annweiler am Trifels
Bekanntmachung
Nr.: 95/2013

Vollzug des Preisangabengesetzes;
hier: **Bekanntgabe der Wasserentgelte und Beiträge 2013**

Aufgrund des Preisangabengesetzes vom 03.12.1984 (GVBl. I S. 1429) und der Preisangabenverordnung vom 18.10.2002 in der zur Zeit gültigen Fassung, werden die im Rahmen der Haushaltssatzung beschlossenen Wasserentgelte und Beiträge ab 01. Januar 2013 wie folgt bekanntgegeben:

Gebühr pro Kubikmeter
ohne Mehrwertsteuer 1,45 € einschließlich
7 % Mehrwertsteuer 1,55 €
Wiederkehrende Beiträge pro Quadratmeter beitragspflichtige Grundfläche
ohne Mehrwertsteuer 0,15 € einschließlich
7 % Mehrwertsteuer 0,16 €
Einmalige Beiträge pro Quadratmeter beitragspflichtige Grundstücksfläche
a) für Straßenleitungen in Neubaugebieten
ohne Mehrwertsteuer 4,74 € einschließlich
19 % Mehrwertsteuer 5,64 €
im Ortsbereich
ohne Mehrwertsteuer 2,13 €

einschließlich 19 % Mehrwertsteuer 2,53 €
b) für übrige Anlagen in Neubaugebieten
ohne Mehrwertsteuer 2,07 € einschließlich
19 % Mehrwertsteuer 2,46 €
im Ortsbereich
ohne Mehrwertsteuer 2,07 € einschließlich
19 % Mehrwertsteuer 2,46 €
Geltungsbereich ist das Gebiet der Verbandsgemeinde ohne die Stadt Annweiler am Trifels mit ihren Stadtteilen.
Annweiler am Trifels, den 16. Dezember 2013
(Wagenführer)
Bürgermeister

Verbandsgemeindeverwaltung
Annweiler am Trifels
Bekanntmachung
Nr.: 96/2013

Im Rahmen der Gewässerunterhaltung werden im Zeitraum vom **14.12.2013** bis einschließlich **21.12.2013** Arbeiten an folgenden Gewässern durchgeführt:

OG Albersweiler:
- Gewässer „Im Klemmenthal“ (ab Schreinerei bis Sandfang)
- „Schwelterbach“ ab Tennisclub bis Weinstraße (St. Johann)
- „Groschelbach“ (ab Sandfang Feldweg bis Groschelstraße 17)
OG Eußerthal:
- „Waltersbach“ (ab Scheune Haus Nr. 2 gegen Fleißrichtung)
- Gewässer „Im Birkenenthal“ (Bereich Koppel; Birkenenthalstraße 6 bis Birkenenthalstraße 8)
OG Gossersw-Stein:
- „Kaiserbach“ (parallel zur Straße „Im Bangert“)
OG Rinntal:
- „Mühlgraben“ (Bereich NBG „Hubwiesen“)
OG Waldhambach:

- „Wolfsbach“ (Bereich Durchlass B48)
OG Wernersberg:
- „Bornbach“ (Bereich Wiesenstraße)
Wir bitten die Bevölkerung um Beachtung.
Annweiler am Trifels, den 11.12.2013
Wagenführer
Bürgermeister

Beschlusszusammenfassung zur 17. Sitzung des Haupt- und Finanzausschusses Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels vom 28.11.2013

öffentliche Sitzung
Veröffentlicht werden nachfolgend nur die Tagesordnungspunkte, bei denen **Beschlüsse gefasst wurden:**
1 Entscheidung über die Annahme von Spenden gem. § 94 Abs. 3 GemO
Der Haupt- und Finanzausschuss beschließt einstimmig die Annahme der vorgenannten Spenden in Höhe von 700 €.

Annweiler



AZ: 3 K 44/13

TERMINBESTIMMUNG

Der nachstehend bezeichnete Grundbesitz soll **zur Aufhebung der Gemeinschaft** versteigert werden:

A) Grundbuch von Annweiler am Trifels Blatt 1689,
lfd. Nr. 8.

Gemarkung Annweiler am Trifels, Flurstück 3318/1, Waldfläche im Buchholz, Größe: 944 qm;
- laut Gutachten handelt es sich um ein unbebautes

Grundstück; genutzt als Waldfläche
Gemarkung Annweiler am Trifels, Flurstück 3318/2, Waldfläche im Buchholz, Größe 5466 qm;
- laut Gutachten handelt es sich um ein unbebautes Grundstück; genutzt als Waldfläche
- Objektadresse laut Gutachten: Waldflächen im Buchholz, 76855 Annweiler am Trifels

Wert: 3.500,-- EUR

B) Grundbuch von Annweiler am Trifels Blatt 1690,

lfd. Nr. 1. Gemarkung Annweiler am Trifels, Flurstück 4145, Garten, Sarnstall an der Annweilerstraße, Größe: 873 qm;
- laut Gutachten handelt es sich um ein unbebautes Grundstück; aktuell verwilderte Gründfläche
- Objektadresse laut Gutachten: Garten, Sarnstall an der Annweilerstraße, 76855 Annweiler

Wert: 19.500,-- EUR

lfd. Nr. 5. Gemarkung Annweiler am Trifels, Flurstück 4266, Landwirtschaftsfläche, Waldfläche ober der Landstraße, Größe: 780 qm;
- laut Gutachten handelt es sich um ein unbebautes Grundstück; genutzt als Waldfläche

Wert: 3.500,-- EUR

Festgesetzter Verkehrswert (§ 74 a Abs.- 5 ZVG):
siehe oben

Tag der Eintragung des Zwangsversteigerungsvertrags: 17.05.13

Versteigerungstermin:
Wochentag und Datum:

Dienstag, den 04.02.14
Uhrzeit: 13.00 Uhr
Raum: Sitzungssaal 517 (Neubau STA)

Ort: im Gerichtsgebäude Landau in der Pfalz, Marienring 13

Aufforderung nach § 37 Abs. 4, 5 ZVG:

STÖRUNGSDIENSTE IM VERBANDSGEMEINDEBEREICH

► **Stadtwerke - Elektrizitäts- und Wasserversorgung** sowie

► **Verbandsgemeindewerke - Wasserversorgung**

Saarlandstr. 13 in Annweiler am Trifels

Tel.: 06346/3009-0
Fax: 06346/3009-40

Nach Dienstschluss bei Störmeldungen:

Mobil-Telefon: 0 173/4638091

► **Pfalzwerke - Stromversorgung**

Bei Störmeldungen:

Bezirksstelle Hinterweidenthal: 06396/92130

► **Verbandsgemeindewerke - Abwasserbeseitigung**

Kläranlage Annweiler am Trifels

Nach Dienstschluss bei Störmeldungen:

Tel.: 06346/2822

Mobil-Telefon: 0 173/371 2068

► **Pfalzgas - Gasversorgung**

Bei Störmeldungen:

Tel.: 06233/6040

für die Stadt Annweiler am Trifels und den Stadtteil Annweiler-Queichhambach

► **Energie Südwest AG, Landau - Gasversorgung**

Bei Störmeldungen: Tel.: 0 63 41/28 91 92 - für die Gemeinde Albersweiler

Rechte, soweit sie zur Zeit der Eintragung des Versteigerungsvermerks aus dem Grundbuch nicht ersichtlich waren, sind spätestens im Versteigerungstermin vor der Aufforderung zur Abgabe von Geboten anzumelden, und wenn der Antragsteller oder ein dem Verfahren beigetretener Gläubiger widerspricht, glaubhaft zu machen.

Nicht angemeldete Rechte werden bei der Festsetzung des geringsten Gebotes nicht berücksichtigt und bei der Verteilung des Versteigerungserlöses dem Anspruch eines dem Verfahren beigetretenen Gläubigers und den übrigen Rechten nachgesetzt werden. Wer ein Recht hat, das der Versteigerung des Grundbesitzes oder des nach § 55 ZVG mithaftenden Zubehörs entgegensteht, wird aufgefordert, vor der Erteilung des Zuschlags die Aufhebung oder einstweilige Einstellung des Verfahrens herbeizuführen, widrigenfalls für das Recht der Versteigerungserlös an die Stelle des versteigerten Gegenstandes tritt.

Landau in der Pfalz,

den 02.12.13

Amtsgericht

- Vollstreckungsgericht

gez. Kaiser, Rechtspfleger

AZ: 3 K 62/13

TERMINSBESTIMMUNG

Der nachstehend bezeichnete Grundbesitz soll durch Zwangsvollstreckung versteigert werden:

Grundbuch von Annweiler am Trifels Blatt 1620,

lfd. Nr. 11, Gemarkung Annweiler am Trifels, Flurstück 288, Gebäude- und Freifläche Altenstraße 10, Größe: 151 qm;

- laut Gutachten Grundstück bebaut mit gemischt benutzter Immobilie mit Vorder- und Hinterhaus; zu gewerblichen Zwecken und Wohnzwecken (Gaststätte und zwei Wohnungen) genutzt; zweigeschossig, teilunterkellert; Satteldach mit ausgebautem Dachgeschoss; mit Dachaufbauten; auf dem Grundstück befinden sich keine Stell- und Garagenplätze;

- Objektadresse laut Gutachten: Altenstraße 10, 76855 Annweiler

Wert: 186.500-EUR

mibewertete Gegenstände:

Wert: 7.500,-EUR

Gesamt: Wert: 194.000-EUR

Festgesetzter Verkehrswert (§ 74 a Abs. 5 ZVG):

siehe oben

Tag der Eintragung des Zwangsversteigerungsvermerks: 22.05.13

Versteigerungstermin:

Wochentag und Datum:

Donnerstag, den 06.02.14

Uhrzeit: 13.00 Uhr

Raum: Sitzungssaal 519
(Neubau StA)
Ort: im Gerichtsgebäude
Landau in der Pfalz,
Marienring 13

Aufforderung nach § 37 Abs. 4, 5 ZVG:

Rechte, soweit sie zur Zeit der Eintragung des Versteigerungsvermerks aus dem Grundbuch nicht ersichtlich waren, sind spätestens im Versteigerungstermin vor der Aufforderung zur Abgabe von Geboten anzumelden, und wenn der Antragsteller oder ein dem Verfahren beigetretener Gläubiger widerspricht, glaubhaft zu machen.

Nicht angemeldete Rechte werden bei der Festsetzung des geringsten Gebotes nicht berücksichtigt und bei der Verteilung des Versteigerungserlöses dem Anspruch eines dem Verfahren beigetretenen Gläubigers und den übrigen Rechten nachgesetzt werden. Wer ein Recht hat, das der Versteigerung des Grundbesitzes oder des nach § 55 ZVG mithaftenden Zubehörs entgegensteht, wird aufgefordert, vor der Erteilung des Zuschlags die Aufhebung oder einstweilige Einstellung des Verfahrens herbeizuführen, widrigenfalls für das Recht der Versteigerungserlös an die Stelle des versteigerten Gegenstandes tritt.

Landau in der Pfalz,

den 02.12.13

AMTSGERICHT

- Vollstreckungsgericht -

gez. Kaiser, Rechtspfleger

**Beschlusszusammenfassung zur 11. Sitzung des Ortsbeirates
Stadt Annweiler am Trifels-
Stadtteil Sarnstall
vom 27.11.2013**

öffentliche Sitzung

Veröffentlicht werden nachfolgend nur die Tagesordnungspunkte, bei denen Beschlüsse gefasst wurden:

2 Terminierung Seniorennachmittag

Der Ortsbeirat beschließt einstimmig die Durchführung des Seniorennachmittages. Eingeladen werden sollen alle Einwohner ab 65 Jahre sowie deren Partner.

Bekanntmachung

Nr. 50/2013

der Stadt

Annweiler am Trifels

in der Verbandsgemeinde

Annweiler am Trifels

Vollzug des Preisangabengesetzes;

hier: Bekanntgabe der Wasserentgelte 2013

Aufgrund des Preisangabengesetzes vom 03.12.1984 (GVBl. I S. 1429) und der

Preisangabeverordnung vom 18.10.2002 in der zur Zeit gültigen Fassung, werden die im Rahmen der Haushaltssatzung beschlossenen Wasserentgelte ab 01. Januar 2013 wie folgt bekanntgegeben:

Gebühr pro Kubikmeter
ohne Mehrwertsteuer 1,45 € einschließlich

7 % Mehrwertsteuer 1,55 €
Wiederkehrende Beiträge pro Quadratmeter beitragspflichtige Grundfläche

ohne Mehrwertsteuer 0,12 € einschließlich

7 % Mehrwertsteuer 0,12(8) €
Annweiler am Trifels,

den 16. Dezember 2013

(Wollenweber)

Stadtbürgermeister

Bekanntmachung

Nr. 51/2013

der Stadt

Annweiler am Trifels

in der Verbandsgemeinde

Annweiler am Trifels

**Jahresabschluss 2012 der Gemeinnützigen Wohnungsbau-
gesellschaft mbH Annweiler am Trifels**

Die Stadt Annweiler ist mit Euro 184.065,07 = 90 % am Stammkapital der Gesellschaft beteiligt. Die Veröffentlichung erfolgt gem. § 87 Abs. 3 Nr. 2 im Hinblick auf § 90 Abs. 1 Gemeindeordnung. Die Gesellschafterversammlung hat in ihrer Sitzung vom 5.12.2013 die vom Prüfungsverband Südwestdeutscher Wohnungsunternehmen e.V. geprüfte Bilanz und die Jahresabschlussrechnung 2012 wie folgt festgestellt:

1. Bilanz per 31. Dezember 2012

Die Bilanz schließt in Aktiva und Passiva mit einer Summe von 2.363837,98 Euro ab.

2. Jahreserfolgsrechnung 2012

Umsatzerlöse Euro 315.544,42, Bestandsveränderungen und sonstige betriebliche Erträge Euro 28.662,80, ergibt Euro 344.207,22

./. Aufwendungen für Hausbewirtschaftung Euro 134.849,19, ergibt ein Rohergebnis von Euro 209.358,03.

./. übrige Aufwendungen Euro 110.528,43 ergibt einen Jahresgewinn von Euro 87.432,69.

Laut Bericht der Prüfungsgesellschaft wird festgestellt, dass die Geschäfte der Gesellschaft ordnungsgemäß mit Umsicht und Sorgfalt geführt werden und dass die Vermögens- und Kapitalverhältnisse geordnet sind und die Geschäftsführung keinen Anlass zu Beanstandungen gibt. Der uneingeschränkte Bestätigungsvermerk des Prüfungsverbandes hat folgenden Wortlaut:

Wir haben den Jahresabschluss - bestehend aus Bi-

lanz, Gewinn- und Verlustrechnung sowie Anhang - unter Einbeziehung der Buchführung und den Lagebericht der Gemeinnützigen Wohnungsbau-
gesellschaft mbH, Annweiler, für das Geschäftsjahr vom 01.01.2012 bis 31.12.2012 geprüft.

Die Buchführung und die Aufstellung von Jahresabschluss und Lagebericht nach den deutschen handelsrechtlichen Vorschriften und den ergänzenden landesrechtlichen Vorschriften sowie den ergänzenden Bestimmungen des Gesellschaftsvertrages liegen in der Verantwortung der gesetzlichen Vertreter der Gesellschaft. Unsere Aufgabe ist es, auf der Grundlage der von uns durchgeführten Prüfung eine Beurteilung über den Jahresabschluss unter Einbeziehung der Buchführung und über den Lagebericht abzugeben.

Wir haben unsere Jahresabschlussprüfung nach § 317 HGB unter Beachtung der vom Institut der Wirtschaftsprüfer (IDW) festgestellten deutschen Grundsätze ordnungsmäßiger Abschlussprüfung vorgenommen. Danach ist die Prüfung so zu planen und durchzuführen, dass Unrichtigkeiten und Verstöße, die sich auf die Darstellung des durch den Jahresabschluss unter Beachtung der Grundsätze ordnungsmäßiger Buchführung und durch den Lagebericht vermittelten Bildes der Vermögens-, Finanz- und Ertragslage wesentlich auswirken, mit hinreichender Sicherheit erkannt werden. Bei der Festlegung der Prüfungshandlungen werden die Kenntnisse über die Geschäftstätigkeit und über das wirtschaftliche und rechtliche Umfeld der Gesellschaft sowie die Erwartungen über mögliche Fehler berücksichtigt. Im Rahmen der Prüfung werden die Wirksamkeit des rechnungslegungsbezogenen internen Kontrollsystems sowie Nachweise für die Angaben in Buchführung, Jahresabschluss und Lagebericht überwiegend auf der Basis von Stichproben beurteilt. Die Prüfung umfasst die Beurteilung der angewandten Bilanzierungsgrundsätze und der wesentlichen Einschätzungen der gesetzlichen Vertreter der Gesellschaft sowie die Würdigung der Gesamtdarstellung des Jahresabschlusses und des Lageberichts. Wir sind der Auffassung, dass unsere Prüfung eine hinreichend sichere Grundlage für unsere Beurteilung bildet.

Unsere Prüfung hat zu keinen Einwendungen geführt. Nach unserer Beurteilung aufgrund der bei der Prüfung gewonnenen Erkenntnisse entspricht der Jahresabschluss den gesetzlichen Vorschriften und den ergänzenden Bestim-

mungen des Gesellschaftsvertrags und vermittelt unter Beachtung der Grundsätze ordnungsmäßiger Buchführung ein den tatsächlichen Verhältnissen entsprechendes Bild der Vermögens-, Finanz- und Ertragslage der Gemeinnützigen Wohnungsbau-
gesellschaft mbH, Annweiler. Der Lagebericht steht im Einklang mit dem Jahresabschluss, vermittelt insgesamt ein zutreffendes Bild von der Lage der Gesellschaft und stellt die Chancen und Risiken der zukünftigen Entwicklung zutreffend dar.

Frankfurt am Main,

15.08.2013

Verband der Südwestdeutschen Wohnungswirtschaft e.V.

gez. Dr. Schirduan, Wirt-

schaftsprüfer

gez. Schultze, Wirtschaftsprüfer

Die Gesellschafterversammlung stellt die Jahresrechnung der Gemeinnützigen Wohnungsbau-
gesellschaft mbH für 2012 fest und stimmt dem Vorschlag der Geschäftsführung zu, einen Betrag von Euro 79.252,02 in die freie Rücklage einzustellen. Der dadurch entstehende Bilanzgewinn von Euro 8.180,67 ist an die Gesellschafter auszusütten. Der Jahresabschluss, einschließlich Lagebericht und Bestätigungsvermerk liegt in der Zeit vom 19.12.2013 bis 20.01.2014 im Zimmer 107 der Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler am Trifels, Messplatz 1, während der üblichen Dienststunden zur Einsichtnahme aus.

Annweiler am Trifels,

den 13. Dezember 2013

(Wollenweber)

Stadtbürgermeister

Albersweiler



Bekanntmachung

Nr. 28/2013

der Ortsgemeinde

Albersweiler

in der Verbandsgemeinde

Annweiler am Trifels

Einwohnerversammlung

Am Dienstag, 21. Januar 2014, um 19:00 Uhr, lädt die

Ortsgemeinde Albersweiler, um 19:00 Uhr, ins Katholische Pfarrheim, Kirchstraße 17, 76857 Albersweiler, zu einer Einwohnerversammlung ein.

Die Tagesordnung umfasst:

Themen:

1. Ausweisung eines Sanierungsgebietes im Ortskern
2. Vorstellung des neuen Urnenabfeldes auf dem Friedhof
3. Baumaßnahmen 2014
4. Informationen / Sonstiges

Alle EinwohnerInnen von Albersweiler sind zu dieser informativen Veranstaltung sehr herzlich eingeladen.
**76857 Albersweiler,
 16. Dezember 2013
 Spieß
 Ortsbürgermeister**

**Gossersweiler-
 Stein**



Beschlusszusammenfassung zur 31. Sitzung des Ortsgemeinderates Ortsgemeinde Gossersweiler-Stein vom 28.10.2013

öffentliche Sitzung
 Veröffentlicht werden nachfolgend nur die Tagesordnungspunkte, bei denen Beschlüsse gefasst wurden:
2 Beratung und Beschlussfassung über Renovierung

Berglandhalle
 Der Gemeinderat beschließt einstimmig, die Westfront der Berglandhalle zu renovieren.
3 Beratung und Beschlussfassung über Platzierung der Urnenwände auf dem Friedhof

Der Gemeinderat beschließt einstimmig die Platzierung der Urnenwände auf den Friedhöfen Stein und Gossersweiler.

Rinntal



Beschlusszusammenfassung zur 34. Sitzung des Ortsgemeinderates Ortsgemeinde Rinntal vom 20.11.2013
öffentliche Sitzung
 Veröffentlicht werden nachfolgend nur die Tagesord-

nungspunkte, bei denen Beschlüsse gefasst wurden:
2 Beratung und Beschlussfassung der 1. Nachtrags- haushaltssatzung für das Haushaltsjahr 2013

Der Gemeinderat beschließt einstimmig die 1. Nachtrags- haushaltssatzung in der vorgelegten Fassung.

Völkensweiler



Bekanntmachung Nr.: 12/2013 der Ortsgemeinde Völkensweiler in der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels
Neufassung der Satzung der Jagdgenossenschaft Völkensweiler Niederschrift der Jagdgenossenschaft vom

14.10.2013

Die Genossenschaftsversammlung hat am 14.10.2013 die Satzung der Jagdgenossenschaft Völkensweiler beschlossen. Die Satzung wurde der Kreisverwaltung Südliche Weinstraße in Landau/Pfalz als Untere Jagdbehörde angezeigt. Mit Schreiben vom 03.12.2013 wurde mitgeteilt, dass keine Beanstandungen erhoben werden.

Die Satzung und die Niederschrift liegen in der Zeit vom 19.12.2013 bis einschließlich 20.01.2014 bei der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels, Messplatz 1, 76855 Annweiler am Trifels, Zimmer 130, während der üblichen Dienststunden zu jedermanns Einsichtnahme öffentlich aus.
76857 Völkensweiler, den 12.12.2013 (Braun)
Ortsbürgermeister und Jagdvorsteher

**Unser
 Anzeigen-
 telefon**

**Jens Kleinod
 06346/965966**

**Anita Hammer
 06346/965965**

**Vorträge und Kurse
 der Volkshochschule
 Annweiler am Trifels
 Eine Einrichtung der
 Verbandsgemeinde
 Annweiler**

Tel.: 06346 - 301-217



**Unser Programm
 für das 1. Halbjahr 2014
 Mach mit, bleib fit!**

Lebenslanges lernen!

Führungen - Vorträge

A 201 Der Hartsteinbruch Albersweiler für Kinder und Jugendliche von 6 – 14 Jahren

Kinder und Jugendliche erfahren den Steinbruch in ihrer eigenen Welt. Erklärungen zur Entstehung der verschiedenen Gesteine und am Ende wieder deren Zerfall, werden mit Unterrichtsmaterial ergänzt. Das Schulfach „Erdkunde“ vermittelt Wissen über unsere Erde, auf der wir stehen. Ebenso erfahren Kinder den Unterschied zwischen hartem und weichem Stein und was damit geschieht. Die Information in Geologie kann auch durch Aktionen der Firma BAG im Steinbruch erweitert werden. Das Unternehmen unterstützt uns und gibt Schutzhelme aus. Wer auf Steine klopfen will, muss Augenschutz und Hammer/ Meisel mitbringen. Den Abschluss bildet eine Führung durch die Mineralienausstellung im Rathaus, die das vorher Gesehene vertieft.

Angepasste Kleidung und entsprechendes Schuhwerk

Anmeldung wegen begrenzter Teilnehmerzahl unbedingt erforderlich!

Herwig Wolf, zertifizierter Gästeführer
 Freitag, 16.05.2014, 14.30 - 18.00 Uhr, Albersweiler, Steinbruch, Parkplatz der BAG,
 Kostenbeitrag 3 € Kinder, 6 € Erwachsene als Begleiter

A 202 Der Hartsteinbruch Albersweiler – Eine bildhafte Zeitreise in die Erdgeschichte
 Deutschlandweit einzigartig gewährt der Steinbruch

einen Blick in die Geschichte unserer Erde. Wenn Ihnen ein zertifizierter Gästeführer die Zusammenhänge erklärt, wird der Besuch zu einem faszinierenden Erlebnis. Die Farben der Erdkruste erzählen die Geschichte der letzten 200 Millionen Jahre unserer Zeit. Mit Anschauungsmaterial untermauert, erhalten Sie Infos zur Geologie und der Geomorphologie unserer Heimat. Zum Abschluss wird Ihnen eine Führung durch die Mineralienausstellung in Albersweiler angeboten, die das vorher Gesehene vertieft. Angepasste Kleidung und entsprechendes Schuhwerk.

Anmeldung wegen begrenzter Teilnehmerzahl unbedingt erforderlich!
 Herwig Wolf, zertifizierter Gästeführer
 Samstag, 17.05.2014, 14.30 - 18.00 Uhr, Albersweiler, Steinbruch, Parkplatz der BAG,
 Kostenbeitrag 8 € Erwachsene, 4 € Jugendliche (12 bis 16 Jahre)

A 203 Was ist eigentlich Astrologie?

Stellen Sie sich folgende Szene vor: Sie befinden sich abseits der Zivilisation irgendwo auf einem fernen Kontinent, die Technik versagt und Sie stehen vor einem Schild, das Sie nicht lesen können. Ihr Gefühl sagt Ihnen, dass das Schild was mit Ihrem Weg zu tun hat, aber Sie können mit der Schrift und den Symbolen nichts anfangen. Ein Übersetzer könnte Ihnen da weiterhelfen. Was hat das mit Astrologie zu tun? Auch in der Astrologie gibt es Begriffe und Symbole, die man nicht gleich auf Anhieb versteht, weil sie verschlüsselt sind. Sie befinden sich in jedem einzelnen Horoskop und werden erst verständlich, wenn man den Schlüssel dazu hat. Ein Astrologe kann Ihnen helfen, die Symbole und Begriffe Ihres Horoskops zu entschlüsseln und in Ihre Sprache zu übersetzen, so dass Sie die Informationen für Ihren weiteren Weg nutzen können.

Wie diese „Übersetzungsarbeit“ funktioniert, soll in diesem Vortrag erklärt werden.

Hedwig Ullemeyer, zertifizierte Astrologin
 Donnerstag, 27.02.2014, 19.00 - 21.00 Uhr, Annweiler, Verbandsgemeindeverwaltung, Messplatz 1,
 Kostenbeitrag 3 €, 1 Termin

A 204 Generationen Beratung – für die Zukunft alles Wichtige geregelt – mit Sicherheit

Nichts ist schöner als die eigene Zukunft in jeder Lebensphase selbst zu planen, sodass all Ihre Wünsche und Bedürfnisse genügend Raum haben. Nach dem aktiven Erwerbsleben, wenn Sie Ihren wohlverdienten Ruhestand genießen wollen, treffen einem überraschend eintretende Veränderungen oft hart. Aus unterschiedlichen Gründen ist man plötzlich auf

fremde Hilfe angewiesen. Im Vortrag Generationen Beratung lernen Sie die wichtigen Bausteine kennen, die Ihnen ein selbstbestimmendes Leben garantieren. Die Generationen Beratung beschäftigt sich mit den Bereichen Vollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung, Pflege und Elternunterhalt, ebenso wie Vermögensübertragung und Erbfolge. Wer sein Leben nicht ungewollt in fremde Hände geben möchte, kann selbst festlegen, wie er behandelt werden möchte und wer seine finanziellen Angelegenheiten regeln soll. Im Vortrag lernen Sie auch Wege kennen, wie sie Ihre Familie und Angehörige bei diesem heiklen Thema entlasten. So finden Sie eine Lösung für sich und ein liebevolles Miteinander der einzelnen Generationen einer Familie. Es ist genügend Zeit vorgesehen für die Beantwortung individueller Fragen.
 Marita Wolf, Bankkauffrau/Geldlehrerin
 Dienstag, 18.03.2014, 18.30 – 21.00 Uhr, Annweiler, Verbandsgemeindeverwaltung, Messplatz 1, Kostenbeitrag 3 €, 1 Termin

V 201 Stolperfälle Finanzen: Was Sie schon immer wissen wollten!

Oder: Voller Durchblick bei Bank und Co.

Viele Menschen stehen finanziellen Themen oft hilflos gegenüber und wissen nicht wo sie beginnen sollen und wem sie vertrauen können. In diesem Vortrag erfahren Sie genau wie sie das ändern können. Auf einfachste Weise können Sie selbst auf den ersten Blick kompliziert erscheinende Berechnungen leicht und schnell nachprüfen, mit einem speziellen Taschenrechner, den jeder bedienen kann.

Das Erlernen Sie im Einzelnen: Wie bediene ich den Finanzrechner; Sparen oder Finanzieren – was steckt hinter den Zahlen? Zins- und Zinszinseffekt; Welche Auswirkung hat die Inflation?

Nutzen Sie die Chance und schaffen Sie sich Ihr eigenes Basiswissen zu diesem umfangreichen Thema. Anschließend ist jeder in der Lage, Rendite, Zinsen und Co. zu berechnen und kann bisherige und künftige Finanzgeschäfte bewerten. Die Teilnehmer erhalten für den Vortrag einen speziellen Finanzrechner leihweise zur Verfügung gestellt.

Marita Wolf, Bankkauffrau/Geldlehrerin
 Dienstag, 11.03.2014, 19.00 – 21.15 Uhr, Annweiler, Verbandsgemeindeverwaltung,
 Messplatz 1, Kostenbeitrag 3 €, 1 Termin

V 202 Finanzen und Versicherungen

Über Finanzen und Versicherungen sind meist wenig Kenntnisse vorhanden und diese werden oft durch falsche Informationen und teils negative Erfahrungen geprägt. In diesem Vortrag geht es um vorrangig

um Aufklärung, was sind Versicherungen allgemein, wann sind sie entstanden und warum. Folgende Punkte werden verständlich erklärt und greifbar gemacht, u.a. mit Textbeispielen: Unterschiede bei den Verkäufern nach rechtlicher Definition, Privathaftpflicht, Hausrat/Wohngebäude, Unfall, Berufsunfähigkeit, Gesundheitssystem, Rentensystem.
Björn Wicke, Versicherungsfachmann (BwV)
Dienstag, 08.04.2014, 19.00 - 20.30 Uhr, Annweiler, Verbandsgemeindeverwaltung, Messplatz 1, Kostenbeitrag 3 €, 1 Termin

Arbeit-Beruf

C 261 Aktiv im Alter! Silver Surfer – sicher im Umgang mit PC und Internet

Im Unterschied zu den jüngeren Nutzern ist die Generation 50+ nicht mit den neuen Medien wie dem Computer und Internet groß geworden. Wollen Sie einen Einblick in das Internet bekommen? Wollen Sie wissen was www oder http bedeutet? Wollen Sie wissen, was Sie benötigen, um das Internet betreiben zu können? Sie lernen die Funktionen, die Technik und den Nutzen des Internets kennen. Voraussetzung: Mindestkenntnisse über die Bedienung von Windowsfenstern mit der Maus
Stefan Hoffmann, Informatik-Betriebswirt VWA
Montag, 17.02.2014, 19.15 - 21.30 Uhr, Albersweiler, Schulungsraum, Am Kanal 38,
Kursgebühr 54 €, 6 Termine, 84 € Kleingruppenpreis

C 262 EDV/Computer – Orientierung ohne Eile

Zielgruppe: Anfänger/-innen, auch für Senioren ohne Vorkenntnisse
Sie möchten Computerkenntnisse erwerben und die Anwendung selbst in aller Ruhe ausprobieren. Dabei lernen sie in Ansätzen mit Texten und Tabellen umzugehen.
Stefan Hoffmann, Informatik-Betriebswirt VWA
Donnerstag, 20.02.2014, 19.15 - 21.30 Uhr
Albersweiler, Schulungsraum, Am Kanal 38, Kursgebühr 89 € + evtl. 15 € Lehrbuch,
10 Termine, 141 €, Kleingruppenpreis

C 263 Sicherheit im Internet

Das Internet bietet neben dem immensen Nutzen auch Gefahren und Bedrohungen. Lernen Sie, wie Einstellungen im Betriebssystem, im Browser und in der Sicherheitssoftware zu Ihrem Schutz beitragen. Erfahren Sie den Nutzen von Updates, Virenschutz, Antispyware und der Firewall. Umgang mit Passwörtern und Sicherheit bei Emailverkehr, sowie der Schutz vor Trojanern und anderen Schädlingen werden immer wichtiger.
Stefan Hoffmann, Informatik-Betriebswirt VWA
Dienstag, 29.04.2014, 19.15 - 21.30 Uhr, Albersweiler, Schulungsraum, Am Kanal 38,
Kursgebühr 18 €, 2 Termine, 28 € Kleingruppenpreis

C 266 Excel Grund- und Aufbaukurs – Intensiv-Training

Mit Programmen wie Excel, kann man am Computer einfach mit Daten umgehen. Mit Excel kann man Formblätter erstellen, Rechnungen ausführen lassen und Daten zu anschaulichen Diagrammen umsetzen. Am Ende können Sie spezielle Excel-Funktionen nutzen und generell Excel effektiver einsetzen.
Voraussetzung: Kenntnisse von Windows
Stefan Hoffmann, Informatik-Betriebswirt VWA
Mittwoch, 30.04.2014, 19.15 - 21.30 Uhr, Albersweiler, Schulungsraum, Am Kanal 38,
Kursgebühr 72 €, 8 Termine, 96 € Kleingruppenpreis + evtl. 15 € Lehrbuch

C 284 3 – 2 – 1 – meins – eBay für Anfänger

Die Vielfalt ist riesig: Fast alles auf dem Markt gibt es auch bei eBay, häufig wesentlich günstiger als im Handel. Wenn es auch Sie reizt, nicht nur von eBay zu hören, sondern einmal selbst Schnäppchen zu

machen und vielleicht auch private Dinge zu verkaufen, so ist dieser Kurs der richtige Einstieg. Sie lernen, wie Sie selbst an Auktionen teilnehmen und sicher und erfolgreich handeln. Außerdem lernen Sie, wie Sie selbst Artikel bei eBay anbieten und verkaufen.

Voraussetzung: Geringe Kenntnisse im Umgang mit dem PC und Internet. E-Mail-Adresse und dazugehöriges Passwort sind Voraussetzung und muss dem Teilnehmer bekannt sein. Wer etwas verkaufen möchte, sollte die Produktbeschreibung, Preisvorstellung etc. mitbringen.

Rebecca Schwarz
Montag, 28.04.2014, 18.30 - 21.30 Uhr, Albersweiler, Schulungsraum, Am Kanal 38,
Kursgebühr 28 €, 1 Termin, 37 € Kleingruppenpreis

F 285 Erstellen eines Fotobuches

Sie möchten ein Fotobuch mit den digitalen Fotos Ihrer Urlaubsreise oder von Ihrer Familienfeier etc. erstellen? Im Kurs lernen Sie mit der gängigen Bestellsoftware eines Discounters, wie man ein solches Buch gestalten kann. Welche Fotos sollen in das Buch? Wie sollen die Fotos auf den Seiten angeordnet und sortiert werden? Und wie kommen sie am besten zur Geltung. Die Vorführung erfolgt Schritt für Schritt mit digitalen Beispielfotos. Anschließend können Sie unter Anleitung aus Ihren mitgebrachten Bildern selbstständig ein Fotobuch erstellen. Email-Adresse ist notwendig. Jeder Teilnehmer erhält per Email eine ausführliche Anleitung mit Text und Bild für das Gestalten zuhause.

Bitte mitbringen: Bilder auf USB-Stick
Rebecca Schwarz

Montag, 05.05.2014, 18.30 - 21.30 Uhr, Albersweiler, Schulungsraum, Am Kanal 38,
Kursgebühr 30 €, 2 Termine, 40 € Kleingruppenpreis

Sprachen

Termine	10	12	15
€ ab 12 Teilnehmenden und mehr	38,00	46,00	58,00
€ bei 8 - 11 Teilnehmenden	52,00	63,00	78,00
€ bei 7 Teilnehmenden	61,00	72,00	90,00
€ bei 6 Teilnehmenden	70,00	84,00	105,00
€ bei 5 Teilnehmenden	83,00	99,00	123,00

Englisch für Wiedereinsteiger (A1-A2)

Wenn Ihr Schul-Englisch schon etwas zurückliegt und Sie Ihre Englischkenntnisse auffrischen und erweitern wollen, dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Im Vordergrund stehen die Aktivierung alltäglicher Redemittel sowie das Training des freien Sprechens und des Hörverstehens. Um diese Fertigkeiten gut zu beherrschen, werden differenzierte Sprechanklässe angeboten. Gelegentliche Grammatikübungen sind unerlässlich und notwendig. Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben

Karen Albert

S 220 Montag, 13.01.2014, 17.00 - 18.30 Uhr

S 221 Montag, 28.04.2014, 17.00 - 18.30 Uhr

Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 10 Termine

Englisch für leicht Fortgeschrittene (B1)

This course offers the possibility to expand your knowledge of English; we train our language competence by various communicative activities, interactive games, reading short stories, newspaper articles etc.. Learning to express our personal opinion on different subjects is very important for us.

Erforderliche Vorkenntnisse: Knowledge of tenses, questions
Lehrbuch: New Headway Intermediate, Cornelsen & Oxford

Karen Albert

S 222 Montag, 13.01.2014, 18.30 - 20.00 Uhr

S 223 Montag, 28.04.2014, 18.30 - 20.00 Uhr

Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 10 Termine

Englisch für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen (A2)

Unser Ziel ist es, die Kenntnisse in der englischen Sprache zu erweitern, um Alltagssituationen ohne Probleme bewältigen zu können. Wir versuchen auch jetzt schon möglichst häufig in der Fremdsprache miteinander zu kommunizieren.

Erforderliche Vorkenntnisse: Fragebildung mit do/does/did, Verneinung

Lehrbuch: New Headway – Pre Intermediate, Cornelsen & Oxford

Elke Wagner

S 224 Dienstag, 14.01.2014, 18.30 - 20.00 Uhr

S 225 Dienstag, 29.04.2014, 18.30 - 20.00 Uhr

Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 10 Termine

English for Advanced (C1)

Do you feel the need to speak? So you are just the right person for this course. We improve and broaden our language competence by various communicative activities, discussions on different subjects, reading, short stories and newspaper articles etc.

Lehrbuch: Straight Forward/Advanced, Cornelsen & Oxford

Elke Wagner

S 226 Dienstag, 14.01.2014, 20.00 - 21.30 Uhr

S 227 Dienstag, 29.04.2014, 20.00 - 21.30 Uhr

Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 10 Termine

S 228 Englisch für den Beruf (B1)

Sie beschäftigen sich mit Situationen und Themen aus dem beruflichen Alltag im Büro und im Kontakt mit internationalen Unternehmen. Sie erweitern Ihre Wortschatz- und Grammatikkenntnisse gezielt im Hinblick auf berufsbezogene Gespräche und Texte, z.B. Terminvereinbarungen, Telefongespräche, Empfang von Gästen, Geschäftsreisen, Briefe, Emails, Konferenzen usw.

Erforderliche Vorkenntnisse: Grundkenntnisse.

Lehrbuch: Basis for Business B1

Karen Albert

Mittwoch, 12.02.2014, 18.30 - 20.00 Uhr, Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 16 Termine, Kursgebühr 91 € ab 8 Teilnehmer

Französisch Konversation (C1-C2)

Quoi de neuf cette semaine? Wir unterhalten uns in diesem fortlaufenden Kurs auf Französisch über aktuelle Themen, frei oder anhand von Zeitungsartikeln (Revue de la presse, Ecoute). Vor allem freuen wir uns auf neue Mitstreiter. Einstieg ist jederzeit möglich.

Geneviève Schneiders

S 230 Montag, 13.01.2014, 18.15 - 19.45 Uhr

S 231 Montag, 28.04.2014, 18.15 - 19.45 Uhr

Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 13 Termine

Französisch Konversation am Vormittag (C1)

Hier geht es um freies Sprechen in entspannter Atmosphäre. Sie sollten Sicherheit im Anwenden der französischen Sprache gewinnen.

Laurence Wendland

S 232 Dienstag, 14.01.2014, 10.00 - 11.30 Uhr

S 233 Dienstag, 29.04.2014, 10.00 - 11.30 Uhr

Albersweiler, Grundschule, 14 Termine

Französisch für leicht Fortgeschrittene (A1)

Sie haben bereits ein Lehrwerk der vhs abgeschlossen oder ähnliche Kenntnisse und wollen Ihr Französisch aktivieren und vertiefen.

Lehrbuch: On y va (A2), Hueber Verlag

Laurence Wendland

S 234 Mittwoch, 15.01.2014, 17.30 - 19.00 Uhr

S 235 Mittwoch, 30.04.2014, 17.30 - 19.00 Uhr

Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 12 Termine

Französisch mit leichten Vorkenntnissen (A1)

Dieser Kurs bietet einen schnellen Einstieg in die französische Sprache, wobei Sprechen und interkultureller Hintergrund Schwerpunkt sind.

Lehrbuch: On y va, (A1), Hueber Verlag, Lektion 5 Laurence Wendland

S 236 Donnerstag, 16.01.2014, 17.15 - 18.45 Uhr

S 237 Donnerstag, 08.05.2014, 17.15 - 18.45 Uhr
Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 12 Termine

Französisch mit Vorkenntnissen (A2)

Sie haben bereits zwei Lehrwerke der vhs abgeschlossen oder ähnliche Kenntnisse und wollen Ihr Französisch aktivieren und vertiefen. Quereinsteiger sind willkommen.

Lehrbuch: On y va (B1), Hueber Verlag, Lektion 5 Laurence Wendland

S 238 Donnerstag, 16.01.2014, 19.00 - 20.30 Uhr

S 239 Donnerstag, 08.05.2014, 19.00 - 20.30 Uhr
Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 12 Termine

Italienisch für Fortgeschrittene (B2)

Dieser Kurs möchte den Teilnehmer/-innen den Übergang vom lehrbuchbezogenen Unterricht zum Konversationskurs erleichtern. Auf der Grundlage von kurzen Texten und Zeitungsartikeln mit Vokabelhilfe soll trainiert werden, Meinungen auszudrücken und diese mit anderen auszutauschen. Kleine Übungen tragen zur Erweiterung des Wortschatzes und Wiederholung der Grammatik bei.

Birgit Strehlitz-Runck

S 240 Montag, 13.01.2014, 18.00 - 19.30 Uhr

S 241 Montag, 28.04.2014, 18.00 - 19.30 Uhr
Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 12 Termine

Italienisch mit Vorkenntnissen (A2)

Lehrbuch: Espresso, Hueber Verlag

Birgit Strehlitz-Runck

S 242 Montag, 13.01.2014, 19.45 - 21.15 Uhr

S 243 Montag, 28.04.2014, 19.45 - 21.15 Uhr
Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 12 Termine

Italienisch Konversation (C2)

Le lezioni saranno basate su testi di letteratura moderna ed articoli di attualità. Esercizi di vocabolario e d'ascolto consentiranno di approfondire e consolidare le conoscenze d'italiano già acquisite.

Birgit Strehlitz-Runck

S 244 Dienstag, 14.01.2014, 19.30 - 21.00 Uhr

S 245 Dienstag, 29.04.2014, 19.30 - 21.00 Uhr
Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 12 Termine

Italienisch für Fortgeschrittene (B1)

Lehrbuch: Espresso, Hueber Verlag

Birgit Strehlitz-Runck

S 246 Mittwoch, 08.01.2014, 18.00 - 19.30 Uhr

S 247 Mittwoch, 30.04.2014, 18.00 - 19.30 Uhr
Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 12 Termine

Italienisch für leicht Fortgeschrittene (A1)

Lehrbuch: Espresso, Hueber Verlag

Birgit Strehlitz-Runck

S 248 Mittwoch, 08.01.2014, 19.45 - 21.15 Uhr

S 249 Mittwoch, 30.04.2014, 19.45 - 21.15 Uhr
Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 12 Termine

Spanisch mit leichten Vorkenntnissen (A1)

Lebensmittel einkaufen, nach dem Preis fragen, Gefallen und Missfallen ausdrücken, im Restaurant bestellen, sich über Essgewohnheiten unterhalten, über alltägliche Tätigkeiten berichten, Zeitangaben

ausdrücken, Kurznachrichten lesen und erstellen, eine Stadt beschreiben, nach dem Weg fragen und ihn beschreiben, Kleidungsstücke beschreiben, Produkte und Preise vergleichen, Möbelstücke benennen, eine Wohnung beschreiben, eine Auswahl treffen und begründen.

Lehrbuch: eñe A1, Der Spanischkurs, Hueber Verlag Lucia Yong de Siebeneicher

S 250 Dienstag, 14.01.2014, 18.00 - 19.30 Uhr

S 251 Dienstag, 29.04.2014, 18.00 - 19.30 Uhr
Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 12 Termine

Spanisch mit Vorkenntnissen (A2)

Hier können Sie Ihre Spanischkenntnisse erweitern und weiter lernen erfolgreich auf Spanisch zu kommunizieren. Das geschieht in zahlreichen Partner- und Gruppenaktivitäten, in denen Sie die gelernten Inhalte gleich wieder in wirklichkeitsnahen Situationen anwenden können.

Lehrbuch: eñe A2, Der Spanischkurs, Hueber Verlag Lucia Yong de Siebeneicher

S 252 Mittwoch, 15.01.2014, 18.00 - 19.30 Uhr

S 253 Mittwoch, 30.04.2014, 18.00 - 19.30 Uhr
Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 13 Termine

Spanisch mit Vorkenntnissen (A2)

Das Niveau A2 steht im Zeichen der Vergangenheit. Es werden Redemittel erlernt, um über die eigene Biographie und andere vergangene Ereignisse zu sprechen. Im weiteren Verlauf des Kurses geht es weiter mit dem Thema Wünsche äußern, Objektbeschreibungen und die Arbeitssuche in einem spanisch sprechenden Land.

Erforderliche Vorkenntnisse: Spanisch auf dem Niveau A1.

Lehrbuch: eñe, Der Spanischkurs, Hueber Verlag Jimena Ruiz

S 254 Donnerstag, 09.01.2014, 20.00 - 21.30 Uhr

S 255 Donnerstag, 08.05.2014, 20.00 - 21.30 Uhr
Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 13 Termine,
Kursgebühr 75 € ab 8 Teilnehmer

Gesundheit**Nordic-Walking - Kompaktseminar**

Innerhalb dieses Kompaktseminars werden die theoretischen und praktischen Grundlagen der Nordic-Walking Grundtechnik vermittelt und geübt. Stöcke können im Kurs gegen 5 € Leihgebühr gestellt werden.

Heinz Sieg, Nordic-Walking Master Instructor

G 200 Samstag, 29.03.2014, 10.30 - 15.30 Uhr

G 201 Samstag, 17.05.2014, 10.30 - 15.30 Uhr
Annweiler, Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“, Hauptstraße 60,
Kursgebühr 16 €, 1 Termin, 24 € Kleingruppenpreis

Vibrations-Training (Fitvibe)

Die Vibrationsplatte erobert die Fitness-Welt. Man sieht sie inzwischen überall in Fitness-Studios, Reha- und Wellness-Zentren. Vor Jahren noch unbekannt, sind sie jetzt aus der Fitness-Branche nicht mehr wegzudenken. Mittlerweile ist es kein Geheimnis mehr, welche beachtliche Trainingserfolge man dank einer Vibrationsplatte haben kann und das in kürzester Zeit. Vibrationstraining ist eine äußerst effektive Form des Krafttrainings, da dabei eine Vielzahl von Muskelfasern, besonders in der Tiefenmuskulatur, stimuliert werden.

Uwe Ehrlich, Sport- und Fitnesstrainer

G 202 Dienstag, 11.02.2014, 19.00 - 20.30 Uhr

G 203 Dienstag, 06.05.2014, 19.00 - 20.30 Uhr
Annweiler, Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“, Hauptstraße 60,
Kursgebühr 45 €, 8 Termine, 60 € Kleingruppenpreis

Abnehmen, ... aber richtig!

In diesem Kurs wird, basierend auf einer individuellen Analyse, ein Ernährungsplan erstellt und ein einfaches, wirbelsäulengerechtes und gelenkschonendes Sportprogramm für jeden Teilnehmer/In erarbeitet. 14-tägig werden das Gewicht, der Körperfettgehalt, das Viszeralfett, der Wasserhaushalt und die Muskelmasse ermittelt. Der Kurs umfasst eine Einführungsveranstaltung, am 05.02.2014 / 07.05.2014, anschließend 17 Einheiten in 8 Wochen (1Termin/Woche Theorie immer mittwochs, 1Termin/Woche Training), Termine frei wählbar.

Michaela Sieg, Ernährungstrainerin

Heinz Sieg, Diplom-Sportwissenschaftler

G 204 Mittwoch, 05.02.2014, 18.30- 20.00 Uhr,

G 205 Mittwoch, 07.05.2014, 18.30 - 20.00 Uhr,
Annweiler, Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“, Hauptstraße 60,
Kursgebühr 95 €, 17 Termine + 29,90 € Ernährungsanalyse, 126,00 € Kleingruppenpreis

Basenfasten: Abspecken mit Obst und Gemüse

Basenfasten ist eine milde Form des Fastens, für die man eine kurze Zeit –meist ein oder zwei Wochen – auf alle Säurebildner in der Nahrung verzichtet. Anders als beim traditionellen Heilfasten dürfen Sie essen – und zwar alles was der Körper basisch verstoffwechseln kann: Obst, Gemüse, Kräuter und frische Keimlinge. Sie lassen lediglich alle säurebildenden Nahrungsmittel weg, unter anderem Fleisch, Eier und Kaffee. Dadurch arbeitet der Stoffwechsel unverändert weiter, aber die Belastungsfaktoren fallen weg. So entsäuert und entgiftet der Körper und verliert ein paar Pfunde. Ziel des Basenfastens ist, den Körper zu entsäuern und zu entschlacken – eine Art Frühjahrsputz zur Gesundheitsvorsorge, der aber auch chronische Krankheiten lindern oder gar heilen kann.

Michaela Sieg, Ernährungstrainerin

G 206 Donnerstag, 13.03.2014, 18.30 - 20.30 Uhr
Infoabend

Donnerstag, 20.03.2014, 18.30 - 20.30 Uhr

Samstag, 22.03.2014, 10.30 - 12.30 Uhr

Montag, 24.03.2014, 18.30 - 20.30 Uhr

Donnerstag, 27.03.2014, 18.30 - 20.30 Uhr

G 207 Donnerstag, 03.07.2014, 18.30 - 20.30 Uhr
Infoabend

Donnerstag, 10.07.2014, 18.30 - 20.30 Uhr

Samstag, 12.07.2014, 10.30 - 12.30 Uhr

Montag, 14.07.2014, 18.30 - 20.30 Uhr

Donnerstag, 17.07.2014, 18.30 - 20.30 Uhr

Annweiler, Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“, Hauptstraße 60,
Kursgebühr 36 € + 10 € Unkostenbeitrag, 5 Termine,
57 € Kleingruppenpreis

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Durch die systematische Schulung der Achtsamkeit sensibilisiert die Progressive Muskelentspannung das Zusammenspiel von Muskeltonus, Lebensgefühl und Gedankenwelt und stärkt so die Fähigkeit, eigenverantwortlich zu mehr innerer Ruhe sowie seelischer und körperlicher Ausgeglichenheit zu gelangen. Die Progressive Muskelentspannung ist eine alltagstaugliche Methode zur Stressbewältigung und ein Weg zur Schulung von Achtsamkeit. Die Methode ist höchst effektiv und leicht erlernbar. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte oder Decke, warme und bequeme Kleidung

Diana Heft, Trainerin für Entspannung und Stressbewältigung

G 208 Dienstag, 14.01.2014, 18.30 - 19.30 Uhr

G 209 Dienstag, 29.04.2014, 18.30 - 19.30 Uhr
Annweiler, DRK-Haus, Südring 52, Kursgebühr 60 €, 12 Termine, 81 € Kleingruppenpreis

Rückenfit/Stretch/Entspannung

Durch ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit Übungselementen aus dem Gesundheitssport, Therapiesport, dem Yoga und diverser Entspannungstechniken, soll durch das regelmäßige Training ein körperliches Gleichgewicht zwischen Kraft und

Beweglichkeit hergestellt werden. So können Defizite ausgeglichen und Ihr Wohlbefinden verbessert werden. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Jérôme Lebaillly

G 210 Mittwoch, 05.02.2014, 10.00 - 11.30 Uhr, Annweiler, DRK-Haus, Südring 52, Kursgebühr 77 €, 10 Termine, 102 € Kleingruppenpreis

G 211 Montag, 13.01.2014, 17.00 - 18.30 Uhr, Rinthal, Bürgerhaus, Schulstraße, Kursgebühr 85 €, 13 Termine, 114 € Kleingruppenpreis

G 212 Montag, 28.04.2014, 17.00 - 18.30 Uhr, Rinthal, Bürgerhaus, Schulstraße, Kursgebühr 79 €, 12 Termine, 104 € Kleingruppenpreis

Yoga am Abend - dem Alltag eine Pause gönnen

Lernen Sie die wohltuende Wirkung von Yoga kennen. Es werden Körperhaltungen vermittelt, die die Beweglichkeit fördern, die Muskulatur dehnen und kräftigen und die Gelenke mobilisieren. Sehr wirkungsvoll sind die Übungen bei Rücken-, Schulter- und Nackenproblemen. Das Erlernen der bewussten Atmung und Entspannungseinheiten runden die Abende ab.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Matte, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken

Crysanti Ruppert, Yogalehrerin

G 213 Montag, 10.02.2014, 18.15 - 19.45 Uhr

G 214 Montag, 10.02.2014, 20.00 - 21.30 Uhr

Kursgebühr 60 €, 8 Termine, 80 € Kleingruppenpreis

G 215 Montag, 28.04.2014, 18.15 - 19.45 Uhr

G 216 Montag, 28.04.2014, 20.00 - 21.30 Uhr
Kursgebühr 68 €, 10 Termine, 91 € Kleingruppenpreis, Annweiler, Gewölbekeller im Hohenstaufensaal, Landauer Straße 1

G 217 Freitag, 14.02.2014, 18.00 - 19.30 Uhr

G 218 Freitag, 14.02.2014, 19.45-21.15 Uhr

Kursgebühr 49 €, 8 Termine, 66 € Kleingruppenpreis

G 219 Freitag, 02.05.2014, 18.00 - 19.30 Uhr

G 220 Freitag, 02.05.2014, 19.45 - 21.15 Uhr
Kursgebühr 62 €, 10 Termine, 82 € Kleingruppenpreis, Annweiler, Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“, Hauptstraße 60

GG 221 Yoga – durch Bewegung zur Ruhe kommen

Yoga ist ein Weg zur Stärkung und zur Entspannung von Körper und Geist, in jedem Alter, für Mann und Frau und für Einsteiger oder Geübte. Mit Körperübungen trainieren Sie Ihre Beweglichkeit, lösen Spannungen in der Muskulatur und kräftigen und lernen Ihren Körper neu wahrzunehmen. Atem- und Entspannungsübungen helfen Ihnen dabei den Alltag loszulassen und Gelassenheit zu gewinnen. Bitte mitbringen: rutschfeste Matte, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken. Der Einstieg in laufende Kurse ist jederzeit möglich.

Susanne Hanke, Yogalehrerin

Montag, 20.01.2014, 20.00 - 21.30 Uhr, Kursgebühr 93,00 €, 20 Termine, 124 € Kleingruppenpreis Ramberg, Grundschulturnhalle, Dekan-Schill-Straße 1A,

Yoga für alle... für Frauen und Männer, Alt und Jung, Einsteiger und Geübte

Sie lernen in diesem Kurs Körperübungen aus dem Hatha-Yoga sowie Atem- und Entspannungstechniken kennen, die Ihnen helfen, den Alltag loszulassen und Gelassenheit zu gewinnen. Kommen Sie und trainieren Sie Ihre Beweglichkeit, lösen Sie Spannungen in der Muskulatur und lernen Sie, Ihren Körper neu wahrzunehmen.

Bitte mitbringen: rutschfeste Matte, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken

Susanne Hanke, Yogalehrerin

G 222 Mittwoch, 22.01.2013, 20.00-21.30 Uhr, Kursgebühr 76 €, 12 Termine, 101 € Kleingruppenpreis

G 223 Mittwoch, 07.05.2014, 20.00 - 21.30 Uhr, Kursgebühr 51 €, 8 Termine, 68 € Kleingruppenpreis, Albersweiler, Seminarraum Physio Schneiders, Weinstraße 104

Yoga am Vormittag

Yoga ist eine uralte indische Lehre und Praxis, die einen Weg „zur menschlichen Weiterentwicklung“ beschreibt. Die im Westen zumeist praktizierte Form des Hatha-Yoga arbeitet mit bestimmten Entspannungs-, Atem-, Konzentrations- und Bewegungsübungen. Bei regelmäßigem Üben bewirkt Hatha-Yoga eine innere Ausgeglichenheit und erhöhte Konzentrationsfähigkeit, um auf diesem Wege neue Kräfte für den Alltag zu gewinnen. Ob Anfänger oder bereits praktizierender Yogi - hier bekommen alle interessante Anregungen und ein abwechslungsreiches Yogaprogramm.

Heike Heinz, Yogalehrerin

G 224 Mittwoch, 08.01.2014, 09.30 - 11.00 Uhr, Kursgebühr 77 €, 14 Termine, 103 € Kleingruppenpreis

G 225 Mittwoch, 30.04.2014, 09.30 - 11.00 Uhr; Annweiler, Kursgebühr 71,50 €; 13 Termine, 96 € Kleingruppenpreis, Veranstaltungsraum der VR Bank, Messplatz 16;

G 226 Lach-Yoga/Humor als Erfolgskonzept für Alltag und Beruf

Lachen ist gesund, es stärkt das Immunsystem, fördert die Kreativität und das soziale Miteinander, hilft Konflikte zu lösen, macht fit und erfolgreich im Alltag. Und das Beste ist: Intensives Lachen verändert unser Denken und macht uns zu rundum positiv gestimmten Menschen. Lachen ist wesentlich mehr als nur „lustig“ sein. Wer viel lacht, ist glücklicher, erfolgreicher und gesünder. Erfahren Sie, wie Sie in einfachen Schritten mehr Glück und Unbeschwertheit in Ihr Leben holen, wie Sie sich eine Grundhaltung aneignen, die Sie gegen die Regentage des Lebens wappnet, wie Sie vom Opfer zum Gestalter des Lebens werden. Ein spezielles Humortraining, auch Lach-Yoga genannt, hilft Ihnen dabei, sich aus Problemen flugs herauszulachen. Humor wird nach wissenschaftlichen Erkenntnissen und Untersuchungen mittlerweile als lern- und entwickelbare Fähigkeit betrachtet, die als Bewältigungsstrategie bei Berufs- und Alltagsproblemen immer mehr an Bedeutung gewinnt. Erleben Sie, wie befreiend es ist, Körper und Seele mit Lebensfreude anzureichern und durch neue Impulse das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu stärken. Der Einstieg ist jederzeit möglich und erfordert keinerlei Vorkenntnisse.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, leichte Sportschuhe, genügend zu trinken.

Sonja Kison, Yogalehrerin

Samstag, 15.03.2014, 10.00 - 15.00 Uhr, Annweiler, Ratssaal Verbandsgemeindeverwaltung, Messplatz 1, Kursgebühr 20 €, 1 Termin, 23 € Kleingruppenpreis

Klangmeditationsabend

Während die Klangschale angeschlagen wird und ihre beruhigende und harmonisierende Wirkung entfaltet, wird eine Meditation an Sie gesprochen, die Sie in Ihren Körper führt. Auf diese Weise gelingt es Ihnen leicht sich zu entspannen, abzuschalten, aufzutanken, was immer Sie momentan am nötigsten brauchen.

Ursula Schaefer,

Physiotherapeutin

G 230 Mittwoch, 29.01.2014, 19.30 - 20.30 Uhr

G 231 Donnerstag, 27.02.2014, 19.30 - 20.30 Uhr

G 232 Dienstag, 25.03.2014, 19.30 - 20.30 Uhr

G 233 Mittwoch, 21.05.2014, 19.30 - 20.30 Uhr

Annweiler, Energie-Oase, Friedensstraße 11, Kursgebühr 10 €, 1 Termin

Erste Hilfe-Auffrischung

Die Erste Hilfe-Auffrischung ist ein Wiederholungslehrgang zur Auffrischung von Erste-Hilfe-Wissen und Training von Erste-Hilfe-Kenntnissen. in theoretischen und praktischen Unterrichtseinheiten

Miguel dos Santos, Rettungsassistent

G 240 Freitag, 14.03.2014, 18.00 - 21.00 Uhr

G 241 Donnerstag, 03.04.2014, 18.00 - 21.00 Uhr

Annweiler, Fahrschule Peter Grimm, Hauptstraße 55, Kursgebühr 11 €, 1 Termin, 17 € Kleingruppenpreis

Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule

Den Rücken stark machen, den Körper in Balance bringen und sich geschmeidig bewegen. Die Gelenk schonende Gymnastik stabilisiert den Rücken, löst Verspannungen und sorgt für eine bessere Haltung, dabei steht auch Ihre individuelle Situation im Mittelpunkt. Sie lernen viele nützliche Tricks kennen, die Ihnen dabei helfen, Ihre Wirbelsäule zu Hause und am Arbeitsplatz zu entlasten. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl. Gut für – alle, die Ihrem Rücken etwas Gutes tun möchten. Auch für Menschen, die leichte Verschleißerscheinungen an der Wirbelsäule haben, Osteoporose oder Arthrose vorbeugen möchten, ist dieser Kurs ideal. Bitte mitbringen: Isomatte

Elisabeth Bruck-Ritter, Physiotherapeutin

G 243 Mittwoch, 08.01.2014, 19.00 - 20.00 Uhr, Kursgebühr 52 €, 14 Termine,

64 € Kleingruppenpreis

G 244 Mittwoch, 30.04.2014, 19.00 - 20.00 Uhr,

Kursgebühr 48 €, 13 Termine

69 € Kleingruppenpreis Albersweiler, Grundschul-

turnhalle, Auf der Lehr 1

G 249 Pilates für Anfänger

Diana Jablonski, Fitness- und Gesundheitstrainerin
Montag, 13.01.2014, 17.00 - 18.00 Uhr, Silz, Bürgerhaus, Kursgebühr 19 €, 5 Termine, 32 € Kleingruppenpreis

Wirbelsäulengymnastik mit Pilates

Es handelt sich hierbei um ein systematisches Ganzkörpertraining zur Prävention von Beschwerden, die infolge von Bewegungsmangel auftreten, sowie dem Entgegenwirken schon vorhandener Probleme. In diesem Kurs wird mit verschiedenen Methoden gearbeitet, um die Muskelbalance herzustellen, die Beweglichkeit des Körpers zu verbessern, und die konditionelle Situation zu stärken. Das individuelle Wohlbefinden jedes einzelnen Kursteilnehmers steht immer im Vordergrund. Zum Ausklang der Stunde findet immer eine kurze Entspannungseinheit mit verschiedenen Entspannungstechniken statt. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Gymnastikmatte, Handtuch

Eva Dahl, Physiotherapeutin

G 250 Montag, 13.01.2014, 09.30 - 10.30 Uhr,

G 251 Montag, 28.04.2014, 09.30 - 10.30 Uhr, 53 €, 10 Termine, Kursgebühr 70 € Kleingruppenpreis, Annweiler, Evang. Gemeindehaus, Kirchgasse

Ich beweg mich – Pilates - Das sanfte Training bringt schnelle Erfolge

Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken, die Körpermitte, im Pilates auch „Powerhouse“ genannt. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Die Bewegungen werden sehr bewusst und mit großer Konzentration ausgeführt. Die Übungen sind sehr effektiv und zeigen rasch Erfolge. Wie intensiv das Training ist, können Sie individuell variieren. Gut für – alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen.

Pilates ist für jedes Alter geeignet!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Gymnastikmatte, Handtuch

Mona Kirsch, Fitnesstrainerin

G 252 Montag, 06.01.2014, 17.15 - 18.15 Uhr

G 253 Montag, 06.01.2013, 18.30 - 19.30 Uhr
Annweiler, Evang. Gemeindehaus, Kirchgasse, Kursgebühr 53 €, 12 Termine, 70 € Kleingruppenpreis

Ich beweg mich – Pilates - Das sanfte Training bringt schnelle Erfolge

Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen.

Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken, die Körpermitte, im Pilates auch „Powerhouse“ genannt. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Die Bewegungen werden sehr bewusst und mit großer Konzentration ausgeführt. Die Übungen sind sehr effektiv und zeigen rasch Erfolge. Wie intensiv das Training ist, können Sie individuell variieren. Gut für – alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen.

Für diesen Kurs sind Kenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Gymnastikmatte, Handtuch

Diana Jablonski, Fitness- und Gesundheitstrainerin

G 254 Montag, 06.01.2014, 18.00 - 19.00 Uhr

G 255 Montag, 28.04.2014, 18.00 - 19.00 Uhr

Silz, Bürgerhaus, Kursgebühr 45 €, 12 Termine, 60 € Kleingruppenpreis

Qi Gong 18 Bewegungen

Qi Gong, ein ganzheitliches Gesundheitsmodell aus der traditionellen chinesischen Medizin, hält für alle Menschen, unabhängig von Alter und Konstitution die Möglichkeit bereit, die Gesundheit, das Wohlbefinden und die Ausgeglichenheit entscheidend zu verbessern und Ruhe und Kraft für den Alltag zu gewinnen.

Regina Brachat-Schwab, Qi Gong-Kursleiterin

G 256 Donnerstag, 09.01.2014, 17.30 - 18.30 Uhr

G 257 Donnerstag, 08.05.2014, 19.00 - 20.00 Uhr

Annweiler, DRK-Haus, Südring 52, Kursgebühr 44 €, 10 Termine, 70 € Kleingruppenpreis

Drums Alive®

Drums Alive® macht Spaß und baut Stress ab. Gernert in der Arbeit? Der Kopf ist voll und die Gedanken wollen nicht loslassen? Dann ist eine Stunde Drums Alive® genau das Richtige um den Alltag zu vergessen und Freude im eigenen Tun zu bekommen. Sie haben die Möglichkeit sich so richtig auszutummeln und allen Energien freien Lauf zu lassen. Drums Alive® trainiert nicht nur einzelne Körperpartien sondern den ganzen Körper. Es ist ein Ganzkörpertraining, das viel mit koordinativen Aspekten der Muskulatur und des gesamten Bewegungsapparates spielt. Durch die Inhalte von kreuzkoordinativen Bewegungen werden Gedächtnis und Gehirnleistung gefördert. Es ist ein super Ausdauertraining, welches mit hohem Kalorienverbrauch das Herzkreislaufsystem fördert und trainiert. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Unter www.drumsalive.de gibt es weitere gute Informationen

Diana Jablonski, Fitness- und Gesundheitstrainerin

G 258 Montag, 06.01.2013, 19.00 - 20.00 Uhr

G 259 Montag, 28.04.2014, 19.00 - 20.00 Uhr

Silz, Bürgerhaus, Hauptstraße, Kursgebühr 45 €, 12 Termine, 60 € Kleingruppenpreis

Bodyforming

Eine gezielte Ganzkörpergymnastik die an den Problemzonen ansetzt. Nach einem Warm-up mit Aerobic-Elementen formen wir unsere Problemzonen Bauch, Beine, Po, stärken die Muskulatur, unsere Fitness und dadurch unser Körperbewusstsein. Beim Dehnen lockern wir unsere trainierte Muskulatur. Zum Abschluss lassen wir die Stunde mit verschiedenen Entspannungsübungen ausklingen.

Diana Jablonski,

Fitness- und Gesundheitstrainerin

G 260 Donnerstag, 09.01.2014, 19.30 - 20.30 Uhr

G 261 Donnerstag, 08.05.2014, 19.30 - 20.30 Uhr

Silz, Bürgerhaus, Hauptstraße, Kursgebühr 45 €, 12 Termine, 60 € Kleingruppenpreis

G 262 Gesundes Walken für Teilnehmer ab 60+(++)

Nordic Walking ist eine Ausdauersportart, welche sich in den letzten Jahren in Deutschland zuneh-

mend stärker, auch bei Senioren, durchgesetzt hat. Die Beliebtheit dieses Sports nimmt ständig zu, wobei gerade ältere Menschen sich dafür immer häufiger begeistern. Gerade für Senioren sind die Bewegungseinheiten von großer Bedeutung und helfen dabei, auch im Alter körperlich fit zu bleiben. Ein großer Vorteil von Nordic Walking ist die geringe Beanspruchung für die Gelenke beim Laufen. Diese Bewegungsart ist vor allem für Ausdauer, Kraftentwicklung, Koordinationsfähigkeit und Beweglichkeit zu empfehlen.

Dr. Meike Köster-Töpfer, Heilpraktikerin

Montag, 10.03.2014, 10.30 - 12.00 Uhr, Annweiler am Trifels, Kursgebühr 56 €, 12 Termine, 89 € Kleingruppenpreis

G 265 Zeit für sich

Indem wir wieder Zugang zu unseren Sinnen bekommen, ist es ganz einfach, trotz Alltagshektik innere Ruhe & Entspannung zu finden. Die Natur bietet uns dazu vielfältigste Möglichkeiten. Sie erlernen auf abwechslungsreiche Weise Ihre Fähigkeiten die Natur anders wahrzunehmen und dadurch eine Bereicherung Ihres Alltags zu erfahren. Der Kurs findet bei jedem Wetter im Freien statt. Es werden maximal 2-3 km zurückgelegt.

Sabine Flaskämper, zertifizierte Naturführerin

Dienstag, 06.05.2014, 18.00 - 20.00 Uhr, Ort: Mardenburgparkplatz,

Kursgebühr 39 €, 6 Termine, 64 € Kleingruppenpreis

G 270 Quantenheilung – Erlebnisabend

Was ist Quantenheilung? Was bewirkt Quantenheilung? Quantenheilung ist eine einfache und rasche Methode zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Sie transformiert psychische und physische Blockaden, klärt und löst Lebensthemen, wie Beziehungen, Beruf, Geld, Gewohnheiten, Glaubenssätze usw. Sie erfahren Wissenswertes über die Quantenheilung, Meditation und praktische Anwendung. Erleben Sie Entspannung, Leichtigkeit, Freude und Glück.

Karin Sobiesinsky, kreative Tanz- und Ausdruckstherapeuthin

Dienstag, 01.04.2014, 18.30 - 20.30 Uhr, Albersweiler, Zentrum für Gesundheit und Lebenskraft über der Löwenstein-Apotheke, Weinstraße 87, Kursgebühr 9 €, 1 Termin,

11 € Kleingruppenpreis

G 271 GEO-Form-Balance – Vortrag und Übung

Die Symbole aus der Heiligen Geometrie können uns unterstützen unsere eigene Schwingung wahrzunehmen und so bewusster mit ihr umzugehen. Im späteren Verlauf bezieht sich diese Wahrnehmung auch auf die Schwingung unserer Mitmenschen. Die Symbole der Spirale für die Erde, liegende Acht für den Mond und den Kreis für die Sonne als Urformen der Heiligen Geometrie dienen als Hilfsmittel. Es entsteht ein intaktes Schwingungsgebilde in unserem feinstofflichen Energiefeld, das Wohlbefinden und Selbstvertrauen fördert.

Elisabeth Doll, Heilerin

Donnerstag, 09.01.2014, 19.00 - 21.00 Uhr, Dernbach, Seminarhaus Leben, Am Berg 1

Kursgebühr 8 €, 1 Termin, 12 € Kleingruppenpreis

G 272 Schamanisch Heilen – Vortrag und Heilritual

Eine Vielzahl der Psychologen und Ärzte, die sich auf ganzheitliche Medizin und auf psychosomatische Störungen spezialisieren, teilen die Meinung der Schamanen: alle Krankheiten die sich im menschlichen Körper manifestieren, haben ihren Ursprung in der Seele. Die Schamanen sehen keine Trennung von Körper und Seele. Diese ganzheitliche Sicht ist nicht nur eine Annahme, sie basiert auf praktischer Erfahrung von Generationen der Schamanen aus allen Kulturen der Welt. Wie oder was geschieht bei einer solchen Heilung?

Elisabeth Doll, Heilerin

Montag, 10.02.2014, 19.00 - 21.00 Uhr, Dernbach, Seminarhaus Leben, Am Berg 1
Kursgebühr 8 €, 1 Termin, 12 € Kleingruppenpreis

G 273 Reiki - Was ist Reiki, wie wirkt Reiki – Vortrag, Meditation, Übungen

Sanftes Handauflegen auf bestimmte Körperregionen aktiviert die Selbstheilungskräfte aller Wesen. Die natürlichste Sache der Welt. Initiiert werden heißt, mit einer unermesslich großen Quelle der Liebe verbunden werden.

Elisabeth Doll, Heilerin

Montag, 10.03.2014, 19.00 - 21.00 Uhr, Dernbach, Seminarhaus Leben, Am Berg 1

Kursgebühr 8 €, 1 Termin, 12 € Kleingruppenpreis

G 274 Die Kraft der Elemente – Vortrag mit Naturerfahrung

Um mit ihnen in Kontakt zu treten, nutzt der Schamane die verschiedenen Ebenen unseres Seins oder auch, wie er es nennt, die Anderswelt. Diese Welt lebt in jedem von uns. In dir, in dir und in dir. Jeder trägt in sich diese Welt. Und wie ist sie entstanden? Sie entstand aus den vielen Erfahrungen die du in deinen unzähligen Leben gemacht hast. Mit dem Zugang in diese Welt lernst du dich mehr und mehr kennen. Die Elemente sind das Tor zur Anderswelt.

Elisabeth Doll, Heilerin

Mittwoch, 14.05.2014, 19.00 - 21.00 Uhr, Dernbach, Seminarhaus Leben, Am Berg 1

Kursgebühr 8 €, 1 Termin, 12 € Kleingruppenpreis

G 275 Projekt Venusblume

Projekt Venusblume besteht darin, an vielen Plätzen unserer Erde Venusblumen mit Seinen oder anderen Materialien aufzulegen. Durch das bewusste Auflegen der Venusblume sollen klare Friedens- und Heilungsimpulse in das globale menschliche Bewusstsein gesetzt werden.

Ein Bewusstsein für: einen neuen Einklang von Mensch und Mutter Erde, die Befreiung der Liebesfähigkeit des Menschen, einen daraus resultierenden tatsächlichen und nachhaltigen Weltfrieden.

Elisabeth Doll, Heilerin

Mittwoch, 14.05.2014, 19.00 - 21.00 Uhr, Dernbach, Seminarhaus Leben, Am Berg 1,

Kursgebühr 8 €, 1 Termin, 12 € Kleingruppenpreis

H 210 Trüffel und Pralinés selbstgemacht

Selbstgemachte Trüffel und Pralinés - eine Besonderheit - da wird Ihr Osterhase staunen. Nach diesem Kurs werden Sie die sahnigen Köstlichkeiten - mit und ohne Alkohol - leicht in Ihrer eigenen Küche zubereiten können. Lernen Sie mehr über den Umgang mit Schokolade und der Verarbeitung dieser zartschmelzenden Verführung. Jeder Teilnehmer wird viel Gelegenheit zum Üben haben und die Rezepte sowie eine Menge Trüffel und Pralinés mit nach Hause nehmen. Es bleibt Ihnen überlassen, ob Sie damit Ihre Familie und sich verwöhnen oder liebe Menschen beschenken möchten.

Bitte mitbringen: Schürze, scharfes Messer, Teigschaber, Handrührgerät, geruchfreies Schneidebrett, Behälter für fertige Pralinés, Getränke nach Wunsch, Spültuch/Schwamm, Spülmittel, Geschirrhandtuch.

Tanja Plickert, Dipl.Oecotrophologin

Donnerstag, 10.04.2014, 18.00 - 22.00 Uhr, Annweiler, Realschule plus im Stauer-Schulzentrum, Herrenteich 12, Kursgebühr 15 € zzgl. 10 Euro Lebensmittelgebühr, 1 Termin,

24 € Kleingruppenpreis

H 212 Alpenküche - kulinarische Urlaubsgrüße aus den Bergen

Die Alpen: wer denkt dabei nicht an schneebedeckte Berge, eine urige Gemütlichkeit und kulinarische Leckerbissen? Lassen Sie sich in Urlaubs-laune versetzen und lernen Sie in diesem Kurs deftige und süße Schmankerl des Alpenraumes zu zubereiten. Erfahren Sie, was die Alpenküche ausmacht und welche Produkte traditionell verwendet werden.

Bitte mitbringen: Schürze, scharfes Messer, Schneidebrett, Geschirrhandtuch, Behälter für Speisenreste, Getränke nach Wunsch, Spültuch/Schwamm, Spülmittel.

Tanja Plickert, Dipl.Oecotrophologin

Donnerstag, 26.02.2014, 18.00 - 22.00 Uhr, Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, Kursgebühr 15 € zzgl. 10 Euro Lebensmittelgebühr, 1 Termin, 24 € Kleingruppenpreis

Junge vhs

G 227 Yoga für Kinder von 6 – 10 Jahren

„Baum, Löwe, Katze, Berg“ - auch mit diesen einprägsamen Übungen, die an das Hatha-Yoga angelehnt sind, lernen die Kinder auf spielerische und konzentrierte Weise, ihren Körper und sich selbst wahrzunehmen. Bei lustigen Bewegungsspielen, Phantasie-Reisen und leichten Entspannungsübungen machen die Kinder Erfahrungen in der Gruppe, die ihnen auch helfen können, Ängste und Stress zu bewältigen.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Matte, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken.

Crysanti Ruppert, Yogalehrerin

Mittwoch, 19.02.2014, 15.00 – 16.00 Uhr, Annweiler, Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“, Hauptstraße 60, Kursgebühr 44 €, 10 Termine, 59 € Kleingruppenpreis

G 228 Yoga für Jugendliche von 11 - 16 Jahren

Yoga für Jugendliche – also für die Altersstufe von 11 bis 16 Jahren – ist bisher im Angebot der Yogaszene kaum vertreten. Dies ist umso erstaunlicher, wenn man berücksichtigt, dass in der Yogatradition Indiens dies meist genau die Zeit war, in der Menschen mit Yoga begannen. Jugendliche wachsen heute in einer Welt auf, in der es immer schwieriger wird sich zu orientieren, den eigenen Platz zu finden. Das scheinbar unvermeidliche Chaos der Pubertät muss eben so gut es geht „durchlebt“ werden. Es wird zu wenig Raum geboten für eine ganzheitliche Förderung der Persönlichkeit. Reizüberflutung, Bewegungsmangel, schädliche Umwelteinflüsse, Schulstress und Zukunftsängste belasten viele Jugendliche. Yoga schon in jungen Jahren zu beginnen ist eine besondere Chance, um zu einem bewussten und verantwortungsvollen Menschen heranzureifen. Bitte mitbringen: Rutschfeste Matte, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken.

Crysanti Ruppert, Yogalehrerin

Mittwoch, 19.02.2014, 16.15 – 17.15 Uhr, Annweiler, Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“, Hauptstraße 60, Kursgebühr 44 €, 10 Termine, 59 € Kleingruppenpreis

G 229 Wenn der Löwe brüllt - Yoga für Kinder von 7 – 11 Jahren

Mit Spiel und Spaß werden wir gemeinsam die Welt der Yogaübungen entdecken, mit dem Löwen unsere Stärke fühlen, mit dem Vulkan explodieren und mit „Zitronenzehen“ zur Ruhe kommen. Wie die großen Yogis werden wir üben die Sonne zu grüßen und in Traumreisen entspannen. In den Yogaübungen können ruhige Kinder ihre Stärke und lebhaft Kinder ihre ruhige Seite kennenlernen.

Bitte mitbringen: rutschfeste Matte, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken

Susanne Hanke, Yogalehrerin

Dienstag, 11.02.2014, 16.00 - 17.00 Uhr, Ramberg, Grundschulturnhalle, Dekan-Schill-Straße 1A, Kursgebühr 26 €, 8 Termine, 34 € Kleingruppenpreis

Kunst – Musik – Tanz

Acryl-Malerei: Besondere Struktureffekte – Wochenend-Workshop -

Erlernen Sie in diesem Kurs Farblehre und die Anfer-

tigung von Energiebildern. „Jeder ist ein Künstler“. Das plastische Gestalten auf Leinwand mit Strukturpaste und diversen Materialien steht im Vordergrund. Materialien können im Kurs günstig erworben werden.

Annemarie Wüst

K 221 Freitag, 07.02.2014, 19.00 - 21.30 Uhr und Samstag, 08.02.2014,

13.00 - 17.00 Uhr, Annweiler, Burgenring 73, Kursgebühr 23 € + Materialkosten, 2 Termine

37 € Kleingruppenpreis

K 222 Freitag, 21.02.2014, 19.00 - 21.30 Uhr und Samstag, 22.02.2014,

13.00 - 17.00 Uhr, Annweiler, Burgenring 73, Kursgebühr 23 € + Materialkosten, 2 Termine,

37 € Kleingruppenpreis

E-Gitarre (ab 12 Jahren)

Dieses Kursangebot richtet sich an Interessenten, die das E-Gitarre-Spielen ohne den üblichen Umweg über die akustische Gitarre lernen wollen. Dafür sprechen folgende Gründe:

Erstens hat sich das moderne E-Gitarrenspiel in vielen Bereichen von den herkömmlichen Spieltechniken der akustischen Gitarre entfernt (z. B. Anschlagtechnik bei verzerrtem Gitarrensound, Stimmung der Saiten, Akkorde), zweitens gibt es mittlerweile brauchbare Einsteiger-Sets (E-Gitarre, Verstärker und Zubehör) zu sehr günstigen Preisen; und drittens ist es viel motivierender, gleich mit einer E-Gitarre anzufangen. Der Unterricht kann in Kleingruppen bis zu 3 Personen oder als Einzelunterricht erteilt werden.

Bitte mitbringen: E-Gitarre und ein Kabel; Übungsverstärker werden gestellt

Michael Becker

M 246 Dienstag 14.01.08.2014, nachmittags

M 255 Donnerstag 16.01.2014, nachmittags

Für weitere detaillierte Auskünfte wenden Sie sich bitte vormittags an unsere Geschäftsstelle.

Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12,

Kursgebühr 120 €, 10 Termine

M 253 Gitarre für leicht Fortgeschrittene

Unterrichtsinhalte:

1. Erlernen von Ersatzakkorden, mit denen Barrégriffe zunächst umgangen werden können.
2. Übungen zur Entlastung der Hand durch eine verbesserte Körperhaltung.
3. Einführung der Barréakkorde in optimalen Bereichen des Griffbretts.
4. Erlernen von Liedern mit Barréakkorden, in denen diese zunächst durch Ersatzakkorde ersetzt werden können, um erst nach und nach mit fortschreitendem Lernerfolg den Wechsel zur Barrétechnik einzuleiten.

Michael Becker

Dienstag, 14.01.2014, abends, Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 45 €, 10 Termine.

Für weitere detaillierte Auskünfte wenden Sie sich bitte vormittags an unsere Geschäftsstelle.

M 260 Gitarre für Anfänger

Vermittelt werden Grundakkorde und einfache Anschlagstechniken zur Liedbegleitung.

Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Michael Becker

Mittwoch, 15.01.2014, 20.30 - 21.30 Uhr, Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, Kursgebühr 45 €, 10 Termine

M 261 Gitarre für Fortgeschrittene

In diesem Kurs werden vorrangig Lieder behandelt, in denen unterschiedliche Spieltechniken verwendet werden (z. B. gezupfte Strophe – geschlagener Refrain). Des Weiteren werden verschiedene Anschlagstechniken mit Variationen der Anschlagdynamik eingeführt (Dämpfen der Saiten, Betonung bestimmter Schläge). Die Teilnehmer lernen dadurch, ihre Gitar-

renbegleitung variantenreicher zu gestalten und den Charakter eines Stückes durch die entsprechende Vortragsweise zu unterstreichen

Michael Becker

Donnerstag, 16.01.2014, 20.00 - 21.00 Uhr, Annweiler, Realschule plus im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, Kursgebühr 45 €, 10 Termine

M 262 Akkordeon-Unterricht

Akkordeon spielen lernen mit beiden Händen

Walter Halde

Dienstag, 14.01.2014, 19.00 – 19.45 Uhr, Annweiler, Rathaus, Hauptstraße 20,

Kursgebühr 85 €, 15 Termine, keine Gebührenermäßigung

M 264 Akkordeonorchester

Das Orchester veranstaltet Konzerte und nimmt an öffentlichen Veranstaltungen teil. Fortgeschrittene und auch perfekte Akkordeonspieler sind hier herzlich willkommen.

Walter Halde

Dienstag, 14.01.2014, 20.00 - 21.30 Uhr, Annweiler, Rathaus, Hauptstraße 20, 15 Termine, gebührenfrei

Orientalischer Tanz

Der Orientalische Tanz steht für Lebensfreude, Sinnlichkeit, Stärke und zählt zu den ältesten Kulturtänzen der Welt. Neben dem Spaß am Tanz fördert er durch seine Vielfalt an Bewegungen eine neue Körperwahrnehmung, stärkt die Rückenmuskulatur und bringt ungeahnte Muskelpartien in Bewegung. Die Bewegungsabläufe sind in jedem Alter erlernbar, trainieren den Körper ganzheitlich und unterstützen eine aufrechte Haltung. Jede Kursstunde wird mit gezielten Aufwärmübungen begonnen und mit einer Entspannungsphase beendet.

Grundkenntnisse Orientalischer Tanz sind erforderlich.

Bitte mitbringen: Tuch für die Hüfte

Alexandra Wienen

T 230 Mittwoch, 15.01.2014, 20.15 - 21.45 Uhr,

Kursgebühr 69 €, 10 Termine, 91 € Kleingruppenpreis

T 231 Mittwoch, 07.05.2014, 20.15 - 21.30 Uhr,

Kursgebühr 82 €, 12 Termine, 109 € Kleingruppenpreis, Annweiler, Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“, Hauptstraße 60

Schenken Sie Bildung mit einem Gutschein der Volkshochschule Annweiler am Trifels

Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 8 Personen, Kleingruppen mindestens 6 Personen.

Alle Vorträge und Kurse können bei entsprechender Teilnehmerzahl in Annweiler oder in den Gemeinden stattfinden. Bitte melden Sie sich rechtzeitig an und fragen Sie in der vhs-Geschäftsstelle auch nach weiteren Vorträgen und Kursen.

Rufen Sie uns an, teilen Sie uns Ihre Wünsche mit, wir informieren und beraten Sie gerne.

**Anmeldung und Information:
Volkshochschule Annweiler am Trifels,
Messplatz 1
Telefon: 06346-301-217
Homepage: www.vhs-annweiler.de
Email: info@vhs-annweiler.de**

Geschäftszeiten:

**Montag von 8.30 - 12.00 Uhr + 14.00 - 17.30 Uhr,
Dienstag und Mittwoch von 8.30 - 12.00 Uhr,
Freitag von 8.30 - 12.30 Uhr,
donnerstags ist die Geschäftsstelle geschlossen**

**Ende der amtlichen
Bekanntmachungen**