

AMTLICHE BEKANNTMACHUNGEN

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

Verantwortlich für den Text: Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler am Trifels, Telefon 063 46 - 30 10

VERBANDSGEMEINDE



Bekanntmachung

über den Wahltag und Aufforderung zur Einreichung von Wahlvorschlägen

Wahl des Beirates für Migration und Integration des Landkreises Südliche Weinstraße

A.

Der Kreistag des Landkreises Südliche Weinstraße hat den Tag der Wahl des Beirates für Migration und Integration des Landkreises Südliche Weinstraße auf

Sonntag, den 27. Oktober 2019,

festgelegt.

B.

1.

Zur Vorbereitung der am 27. Oktober 2019 vorgesehenen Wahl des Beirates für Migration und Integration lade ich ein zur Einreichung von Wahlvorschlägen.

Gewählt werden 12 Beiratsmitglieder. Wahlvorschlag im Sinne der Satzung über den Beirat für Migration und Integration ist jeder vorgeschlagene Bewerber.

II.

Jeder Wahlberechtigte kann einen oder mehrere Wahlvorschläge bis zur anderthalbfachen Zahl der zu wählenden Mitglieder des Beirates für Migration und Integration einreichen; er kann sich auch selbst vorschlagen. In diesem Rahmen können auch Vereine, Verbände oder sonstige Organisationen sowie politische Parteien und Wählergruppen Wahlvorschläge einreichen. Es sind nur Wahlvorschläge mit schriftlicher Zustimmung des Bewerbers gültig. Der Wahlvorschlag ist außerdem vom Vorschlagenden zu unterzeichnen. Im Wahlvorschlag sind der Vorschlagende und die Bewerber (Name, Vorname und Anschrift) eindeutig zu bezeichnen und etwaige weitere Merkmale, sofern diese zur Identifizierung erforderlich sind. Der Vorschlagende stellt sicher, dass der Bewerberin oder dem Bewerber

die Datenschutzinformationen zur Zustimmungserklärung zur Wahl des Beirates für Migration und Integration gegeben werden.

III.

Die vollständig unterzeichneten Wahlvorschläge sollen möglichst frühzeitig beim Landrat Dietmar Seefeldt, Kreisverwaltung Südliche Weinstraße, An der Kreuzmühle 2, 76829 Landau i. d. Pf. eingereicht werden.

Die Einreichungsfrist läuft ab **am Montag, dem 9. September 2019, 18 Uhr. Diese Frist ist eine Ausschlussfrist.**

IV.

Vordrucke für Wahlvorschläge und Bescheinigungen der Wählbarkeit können Sie bei der Kreisverwaltung Südliche Weinstraße, Kommunalaufsicht, An der Kreuzmühle 2, 76829 Landau i. d. Pf., Zimmer 225 oder 226 erhalten. Wir stehen Ihnen auch gerne für Auskünfte (Telefon: 06341-940146 oder 06341-940147) und Hilfestellungen zur Verfügung.

C.

Die Wahl findet nicht statt, wenn keine Wahlvorschläge eingereicht oder zugelassen werden oder die Zahl der zugelassenen Bewerberinnen und Bewerber insgesamt nicht die Zahl der zu wählenden Mitglieder des Beirates übersteigt. Ob die Wahl stattfinden kann oder nicht, wird spätestens bis **15. Oktober 2019** bekanntgegeben.

Landau i. d. Pf., den 10.07.2019
Dietmar Seefeldt
Wahlleiter und Landrat

Bekanntmachung

des Wahlleiters zur Eintragung der von der Meldepflicht befreiten wahlberechtigten ausländischen Einwohnerinnen und Einwohner und der deutschen Einwohnerinnen und Einwohner mit Migrationshintergrund in das Wählerverzeichnis

I.

Am Sonntag, dem 27. Oktober

2019, findet die Wahl des Beirates für Migration und Integration des Landkreises Südliche Weinstraße statt.

II.

1. Wahlberechtigte **ausländische** Einwohnerinnen und Einwohner, die von der Meldepflicht befreit und deshalb in der Gemeinde nicht gemeldet sind und daher auch nicht von Amts wegen in das Wählerverzeichnis eingetragen werden können, können ihre Eintragung in das Wählerverzeichnis

a) wenn sie im Bereich der Verbandsgemeinde Annweiler a. Tr. wohnhaft sind, bei der Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler a. Tr., Meßplatz 1, 76855 Annweiler

b) wenn sie im Bereich der Verbandsgemeinde Bad Bergzabern wohnhaft sind, bei der Verbandsgemeindeverwaltung Bad Bergzabern, Königstraße 61, 76887 Bad Bergzabern

c) wenn sie im Bereich der Verbandsgemeinde Edenkoben wohnhaft sind, bei der Verbandsgemeindeverwaltung Edenkoben, Poststr. 23, 67480 Edenkoben

d) wenn sie im Bereich der Verbandsgemeinde Herxheim wohnhaft sind, bei der Verbandsgemeindeverwaltung Herxheim, Obere Hauptstraße 2, 76863 Herxheim

e) wenn sie im Bereich der Verbandsgemeinde Landau-Land wohnhaft sind, bei der Verbandsgemeindeverwaltung Landau-Land, An 44 Nr. 31, 76829 Landau i. d. Pf.

f) wenn sie im Bereich der Verbandsgemeinde Maikammer wohnhaft sind, bei der Verbandsgemeindeverwaltung Maikammer, Immengartenstraße 24, 67487 Maikammer

g) wenn sie im Bereich der Verbandsgemeinde Offenbach a. d. Qu. wohnhaft sind, bei der Verbandsgemeindeverwaltung Offenbach a. d. Qu., Konrad-Lerch-Ring 6, 76877 Offenbach a. d. Qu.

h) oder bei der Kreisverwaltung Südliche Weinstraße,

An der Kreuzmühle 2, 76829 Landau i. d. Pf. beantragen.

2. Aus dem Melderegister ist nicht ersichtlich, wie die deutsche Staatsangehörigkeit erworben wurde. Daher können wahlberechtigte deutsche Staatsangehörige, die die deutsche Staatsbürgerschaft erworben haben

a) als Spätaussiedler oder deren Familienangehörige nach § 7 des Staatsangehörigkeitsgesetzes,

b) durch Einbürgerung

c) nach § 4 Abs. 3 des Staatsangehörigkeitsgesetzes oder

d) nach § 4 Abs. 1 in Verbindung mit Abs. 4 des Staatsangehörigkeitsgesetzes und ein Elternteil Ausländer oder Spätaussiedler oder dessen Familienangehöriger nach § 7 des Staatsangehörigkeitsgesetzes ist,

(Wahlberechtigte mit Migrationshintergrund), nicht von Amts wegen in das Wählerverzeichnis eingetragen werden; sie können ebenfalls ihre Eintragung in das Wählerverzeichnis bei der jeweils für ihren Wohnsitz zuständigen Verbandsgemeindeverwaltung oder der Kreisverwaltung (siehe dazu die Auflistung unter II. 1. a - h) beantragen.

III.

Die nicht meldepflichtigen **ausländischen** Einwohnerinnen und Einwohner und die **deutschen** Wahlberechtigten mit Migrationshintergrund können ihre Eintragung in das Wählerverzeichnis

bis zum Freitag, dem 25. Oktober 2019, 18 Uhr,

bei der jeweils für ihren Wohnsitz zuständigen Verbandsgemeindeverwaltung oder der Kreisverwaltung (siehe dazu die Auflistung unter II. 1. a - h) beantragen. Antragsvordrucke können Sie bei der jeweils für ihren Wohnsitz zuständigen Verbandsgemeindeverwaltung oder der Kreisverwaltung (siehe dazu die Auflistung unter II. 1. a - h) erhalten.

IV.

Ich weise darauf hin, dass die Wahl nicht stattfindet, wenn keine Wahlvorschläge eingereicht oder zuge-

lassen werden oder die Zahl der zugelassenen Bewerberinnen und Bewerber insgesamt nicht die Zahl der zu wählenden Mitglieder des Beirates übersteigt. Ob die Wahl stattfinden kann oder nicht, wird spätestens

bis 15. Oktober 2019 bekanntgegeben.

Landau i. d. Pf. den 17.07.2019

Georg Kern
Stellvertretender Wahlleiter
und Erster Kreisbeigeordneter

Pressemitteilung der Stadt Landau in der Pfalz Existenzgründer – „Schnupper“ – Seminar

21. August 2019 in Landau

Die Wirtschaftsförderungen des Landkreises Südliche Weinstraße und der Stadt Landau bieten allen Existenzgründern und Interessierten einen „Schnupper“-Kurs an. Das Seminar wird durch ein zertifiziertes Unternehmen und einen bei der KfW-Beraterbörse gelisteten und erfolgreichen Gründungsberater durchgeführt.

Jeder Teilnehmer kann seine Inhalte zum Businessplan während des Seminars erarbeiten.

- Perfekten Businessplan schreiben, Inhalt, Aufbau, Berechnungen
- Finanzielle Zuschüsse z. B. (Gründungszuschuss – Darlehen)
- Wie Sie sich mit Alleinstellungsmerkmalen unterscheiden werden
- Wie kommen Sie an Zuschüsse (Gründungszuschuss etc.)
- Marketing und Vertrieb, Akquise, Angebote, Aufträge, Kundenbindung
- Vorteilhaften Umgang mit Finanzamt, Steuern, Buchhaltung, Kalkulation
- Vermittlung vieler kaufmännischer und buchhalterischer Themen
- Genehmigungen, Rechtsformen,

Rufbereitschaft der Stadt- und Verbandsgemeindewerke Annweiler am Trifels

Meldungen an die nachstehenden Rufnummern bzw. in dringenden Fällen über den Polizeinotruf 110

Elektrizitätsversorgung

0 63 46/30 09 - 16

Stadt Annweiler mit Stadtteilen und Ortsgemeinden Wernersberg und Gossersweiler-Stein

Wasserversorgung

0 63 46/30 09 - 17

Stadt- und Verbandsgemeinde Annweiler

Gasversorgung

0 63 41/2 89 - 1 92

Stadt Annweiler und Stadtteil Queichhambach

Kläranlagen der Verbandsgemeindewerke

0 63 46/30 09 - 18

Die Stadt- und Verbandsgemeindewerke sind während der allgemeinen Öffnungszeiten erreichbar unter:

0 63 46 / 30 09 - 0

Kalkulation, Online, Datenschutz
**Teilnahmegebühr pro Teilnehmer:
 59,00 Euro (inkl. USt.).**

Die Teilnehmer erhalten kostenlose Seminarunterlagen vom Veranstalter + ein Zertifikat.

Termin:

**21. August 2019 in Landau,
 08:00 – 16:00 Uhr, in Landau
 (Sitzungszimmer 8
 im Rathaus, Marktstraße 50,
 76829 Landau in der Pfalz)**

Anmeldung und Infos:

Wirtschaftsförderung
 Stadt Landau in der Pfalz
 Telefon 06341/13-2002,
 Fax 06341/13-88-2002
 E-Mail: jasmin.seither@landau.de

oder

Mittelstandsberatungs- und
 Betreuungsgesellschaft SÜW mbH
 Telefon 06341/940-451,
 Fax 06341/940-506
 E-Mail: u.koenig@mbb-suew.de

oder

KMU-Beratung un
 Existenzgründungen
 Telefon 0172/3531017

E-Mail: info@mennesclou.de
 KfW-BAFA Berater, Verkaufstrainer,
 Coach

Verbands- gemeindeverwaltung

**Annweiler am Trifels
 Bekanntmachung
 Nr.: 48/2019**

**Interessensabfrage zur
 Einrichtung eines Beirates für
 Migration und Integration
 in der Verbandsgemeinde
 Annweiler am Trifels**

Für Verbandsgemeinden besteht die Möglichkeit auf freiwilliger Basis einen Beirat für Migration und Integration einzurichten.

Aufgabe des Beirates ist die Förderung und Sicherung des gleichberechtigten Zusammenlebens der in der Verbandsgemeinde wohnenden Menschen verschiedener Kulturen, Nationalitäten und Religionen sowie die Weiterentwicklung des kommunalen Integrationsprozesses.

Der Beirat vertritt die Belange der Einwohnerinnen und Einwohner mit Migrationshintergrund und erörtert Fragen der kommunalen Integrationspolitik und vertritt diese auch gegenüber den Organen der Verbandsgemeinde.

Bevor der Verbandsgemeinderat abschließend über die Einrichtung eines Beirates für Migration und Integration berät, soll der Bedarf an der Einrichtung eines Beirates für Migration und Integration abgefragt werden.

Aus diesem Grunde werden alle Einwohner/Innen der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels (mit oder ohne Migrationshintergrund und unabhängig von der Staatsangehörigkeit) sowie Vereine oder Verbände, welche Interesse an der Einrichtung eines Beirates für Migration und Integration haben, gebeten, sich bis zum **09. August 2019** schriftlich oder per E-Mail bei der Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler am Trifels, Meßplatz 1, 76855 Annweiler am Trifels (E-Mail-Adresse: bwagner@annweiler.rlp.de) zu melden.

Bei weiteren Fragen zur Einrichtung eines Beirates für Migration und Integration wenden Sie sich bitte an Frau Wagner (06346/301-109).

**Annweiler am Trifels, 15.07.2019
 In Vertretung:
 Werner Kempf
 Erster Beigeordneter**

ANNWEILER



Bekanntmachung

**Nr. 63/2019
 der Stadt Annweiler am Trifels
 in der Verbandsgemeinde
 Annweiler am Trifels**

**1. -konstituierende- Sitzung des
 Stadtrates der Stadt Annweiler am
 Trifels (Wahlperiode 2019/2024)**

Am **Mittwoch, 14.08.2019, um
 18:00 Uhr**, findet, auf Wunsch des
 neu gewählten Stadtbürgermeisters,
 im Hohenstaufensaal, Landauer
 Straße 1, 76855 Annweiler

am Trifels, die 1. -konstituierende-
 Sitzung des Stadtrates mit folgen-
 der Tagesordnung statt:

Tagesordnung: Öffentlich:

- 1 Verpflichtung der Ratsmitglieder
- 2 Ernennung des Stadtbürgermeisters, Vereidigung und Einführung in das Amt
- 3 Wahl der Mitglieder des Wahlvorstandes
- 4 Wahl der ehrenamtlichen Beigeordneten, Ernennung, Vereidigung und Einführung in das Amt
- 4.1 Erste/r Beigeordnete/r
- 4.2 Weitere/r Beigeordnete/r
- 5 Beratung und Beschlussfassung über die Hauptsatzung der Stadt Annweiler am Trifels
- 6 Beratung und Beschlussfassung der Geschäftsordnung
- 7 Anträge und Anfragen
- 8 Informationen

**76855 Annweiler am Trifels,
 19. Juli 2019**

**Thomas Wollenweber
 geschäftsführender
 Stadtbürgermeister**



UNSER PROGRAMM FÜR DAS 2. HALBJAHR 2019

Mach mit, bleib fit! – Lebenslanges Lernen

Vorträge und Kurse der Volkshochschule Annweiler am Trifels.
 Eine Einrichtung der Verbandsgemeinde Annweiler, Tel.: 06346/ 301-217



Ihre
 Ansprechpartnerin
Marita Bretz
 Annweiler

Vortrag

A 204 Vortrag: Der letzte Wille sollte sein: zielgerichtet, günstig und nicht umsonst!

Bis 2020 werden in Deutschland 1,6 Billionen Euro vererbt. Nur jeder Zehnte trifft eindeutige Aussagen in seinem letzten Willen. Schlimme Fehler in Laientestamenten verhindern die Verwirklichung des letzten Willens. Der letzte Wille bleibt bloße Wunschvorstellung! Fälle aus der Praxis verdeutlichen die Anforderungen des Erbrechts. Jan Ole Ewert, Fachanwalt für Erbrecht
 Dienstag, 05.11.2019, 19.00 Uhr, Annweiler, Ratssaal der Verbandsgemeindeverwaltung, Messplatz 1, Kostenbeitrag 5 €

EDV

C 260 Senioren fit für's Internet

Die Digital-Botschafter sind vor Ort Ansprechpartnerinnen und -Partner für ältere Menschen und wollen ihnen den Einstieg in die digitale Welt erleichtern. Den Seniorinnen und Senioren wird die Möglichkeit geboten, sich in einer sogenannten „Computersprechstunde“ mit Fragen und Problemen rund um das Thema Handy, Tablet, PC und Co. an einen Digital-Botschafter zu wenden. In Einzelberatungen oder in Kleingruppen bis max. 3 Personen können Interessierte beispielsweise direkt mit Ihren eigenen Geräten vorstellig werden um eventuelle Problematiken mit dem entsprechenden Gerät direkt vor Ort zu klären oder Schulung im Umgang mit diesen Geräten zu erhalten.
 Kurt Leiner, Digital-Botschafter
 Freitag, 16.08.2019, 08.30 Uhr, Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler am Trifels. Die Teilnahme ist kostenlos.
 In der Folge findet dann die Computersprechstunde regelmäßig am ersten und dritten Freitag eines Monats von 8.30 bis 10.30 Uhr statt.
 Hier erhalten Sie auch weitere Informationen und die Ansprechpartner stehen Ihnen für Ihre Fragen gerne zur Verfügung.

C 261 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
 Montag, 14.10.2019, 19.15 - 21.30 Uhr,
 Kursgebühr 95 € (ab 8 Teilnehmer), 10 Termine + evtl. 15 € Lehrbuch, Albersweiler, Schulungsraum, Am Kanal 38

C 262 WORD Grundkurs

Microsoft Word zeichnet sich durch eine einfach zu erlernende und leicht bedienbare Oberfläche aus. Im Kurs Word Grundlagen erlernen Sie anhand praxisbezogener, leicht nachvollziehbarer Beispiele den effektiven Umgang mit Microsoft Word. Sie lernen, Dokumente ansprechend zu gestalten, seien es kurze Korrespondenzen oder längere Texte.
 Seminar- bzw. Schulungsinhalte:
 Multifunktionsleiste etc.: Die Arbeitsoberfläche von Word
 Eingeben, Markieren, Bearbeiten und Korrigieren von Texten
 Rechtschreibhilfe, Silbentrennung, Übersetzung
 Textgestaltung mit Hilfe von Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierung
 Kopieren, Ausschneiden, Drag + Drop, Umgang mit der Office-Zwischenablage
 Grundzüge zu Nummerierung und Aufzählung
 Texte mit Bausteinen, AutoKorrektur
 Einfache Kopf- und Fußzeilen, automatische Seitennummern
 Grundlagen von Tabellen und Tabulatoren (listenförmige Darstellungen)
 Grafiken und Bilder in Texte einbinden
 Einstieg in den Umgang mit Vorlagentexten und Designs
 Einstieg in das Arbeiten im Team

(Dokumente überarbeiten)
 Anpassen der Normalvorlage an vorgegebenes Geschäftspapier
 Wichtige Voreinstellungen verstehen und bei Bedarf ändern
 Datei-Management, Speichern, Drucken
 Kompatibilität zu Vorgängerversionen, Überblick der Dateiformate
 Tipps und Tricks
 Stefan Hoffmann, Informatik-Betriebswirt VWA
 Mittwoch, 04.09.2019, 19.15 - 21.30 Uhr,
 4 Termine, Kursgebühr 38 € (ab 8 Teilnehmer), Kleingruppe (6 Teilnehmer) 51 € + evtl. 15 € Lehrbuch, Albersweiler, Schulungsraum, Am Kanal 38

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
 Donnerstag, 17.10.2019, 19.15 - 21.30 Uhr,
 8 Termine, Kursgebühr 76 € (ab 8 Teilnehmer), Kleingruppe (6 Teilnehmer) 102 € + evtl. 15 € Lehrbuch, Albersweiler, Schulungsraum, Am Kanal 38

Sprachen

**Alle Sprachkurse finden statt in der Berufsbildenden
 Schule Annweiler, Herrenteich 12.
 Neu- und Quereinsteiger sind jederzeit willkommen**

Englisch für Wiedereinsteiger (A1)

Dieser Kurs richtet sich an alle, die zwar schon einmal mit der englischen Sprache gearbeitet haben, sie jedoch in den letzten Monaten und Jahren nicht genutzt haben. Um die vorhandenen Fähigkeiten aufzufrischen, sind Sprechen und Hören ganz elementare Werkzeuge. Aus diesem Grund richtet dieser Kurs das Hauptaugenmerk auf die praktische Verbesserung des Verständnisses sowie der sprachlichen Fertigkeiten.

Mirco Henigin/ Pauline Forkel

S 220 Montag, 12.08.2019, 17.30 – 19.00 Uhr, 6 Termine

S 221 Montag, 14.10.2019, 17.20 – 19.00 Uhr, 10 Termine
Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

Französisch mit Vorkenntnissen (A2)

Sie haben bereits ein Lehrwerk der vhs abgeschlossen oder ähnliche Kenntnisse und wollen Ihr Französisch aktivieren und vertiefen. Wir freuen uns über Verstärkung! Einstieg jederzeit möglich.

Lehrbuch: Facettes aktuell 2, Hueber-Verlag.

Laurence Wendland

S 232 Mittwoch, 22.08.2019, 16.30 - 18.00 Uhr, 6 Termine

S 233 Mittwoch, 16.10.2019, 16.30 - 18.00 Uhr,
10 Termine, Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

S 239 Italienisch für Anfänger

Lucrezia Gaia Fusi

Donnerstag, 19.09.2019, 18.30 – 20.00 Uhr, 10 Termine

Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

„Alla prossima volta“ - Italienisch mit Vorkenntnissen (A2)

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Wert auf Kommunikation legen und die erlernte Grammatik vertiefen möchten.

Lehrbuch: Espresso 2, Hueber-Verlag

Birgit Strehlitz-Runck

S 240 Montag, 12.08.2019, 16.30 - 18.00 Uhr, 7 Termine

S 241 Montag, 14.10.2019, 16.30 - 18.00 Uhr, 10 Termine
Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

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 242 Montag, 12.08.2019, 18.15 – 19.45 Uhr, 7 Termine

S 243 Montag, 14.10.2019, 18.15 – 19.45 Uhr, 10 Termine
Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

“I più forti” Italienisch Konversation (C1)

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, 13.08.2019, 19.30 – 21.00 Uhr,
7 Termine

S 245 Dienstag, 15.10.2019, 19.30 – 21.00 Uhr,
10 Termine

Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

„Allora, andiamo“ - Italienisch für Fortgeschrittene (B1)

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Wert auf Kommunikation legen und die erlernte Grammatik vertiefen möchten.

Lehrbuch: Espresso 2, Hueber-Verlag

Birgit Strehlitz-Runck

S 246 Mittwoch, 14.08.2019, 17.30 – 19.00 Uhr, 7 Termine

S 247 Mittwoch, 16.10.2019, 17.30 – 19.00 Uhr,
10 Termine, Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

Italienisch für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen (A1)

Lehrbuch: Con piacere nuovoA1, Klett-Verlag

Birgit Strehlitz-Runck

S 248 Mittwoch, 14.08.2019, 19.15 – 20.45 Uhr, 7 Termine

S 249 Mittwoch, 16.10.2019, 19.15 – 20.45 Uhr,

10 Termine, Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

S 250 Spanisch mit Vorkenntnissen (A2)

Lehrbuch: eñe, Der Spanischkurs, Hueber Verlag.

Lucia Yong de Siebeneicher

Montag, 16.09.2019, 19.30 – 21.00 Uhr, 10 Termine

Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

S 252 Spanisch mit Vorkenntnissen (B1)

Hier können Sie Ihre Spanischkenntnisse erweitern und weiter lernen erfolgreich auf Spanisch zu kommunizieren.

Lehrbuch: eñe, Der Spanischkurs, Hueber Verlag.

Lucia Yong de Siebeneicher

Mittwoch, 18.09.2019, 18.00 - 19.30 Uhr, 10 Termine

Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

S 254 Spanisch für Wiedereinsteiger (A1)

Sie erlernen u.a. 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, Der Spanischkurs, Hueber Verlag.

Mittwoch, 18.09.2019, 19.30 – 21.00 Uhr,

10 Termine, Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

Gesundheit**Fettverbrennungstraining**

Individuell pulsgesteuertes Fettverbrennungstraining an verschiedenen Geräten (Laufband, Crosstrainer, Ergometer, Liegefahrrad, Stepper und/oder Rudergerät). Ernährungsberatung kann optional vor Ort dazu gebucht werden.

Heinz Sieg,

Dipl. Sportwissenschaftler

G 200 Montag, 12.08.2019 – 30.09.2019,
17.30 – 18.30 Uhr, 8 Termine

G 201 Montag, 14.10.2019 – 02.12.2019,
17.30 – 18.30 Uhr, 8 Termine,

Annweiler, Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“,
Hauptstraße 60, Kursgebühr 41 €, 8 Termine,
54 € Kleingruppe (6 Teilnehmer)

Wirbelsäulengerechtes Krafttraining an Geräten

Nach einer 10-15minütigen Aufwärmphase wird an modernen Fitnessgeräten vor allem die Rumpfstützmuskulatur trainiert. Abgerundet wird das Training durch ein 5minütiges Abwärmen.

Tim Sieg, Sport- und Fitnesstrainer

G 202 Mittwoch, 14.08.2019 – 02.10.2019,
19.30 - 21.00 Uhr, 8 Termine

G 203 Mittwoch, 16.10.2019 – 04.12.2019,
19.30 - 21.00 Uhr, 8 Termine,

Annweiler, Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“,
Hauptstraße 60, Kursgebühr 55 €,
73 € Kleingruppe (6 Teilnehmer)

G 205 Fasten für Gesunde nach Dres. Buchinger/Lütznier

Entgiften – Abnehmen – Bewegen – Neubeginn

Fasten heißt:

- Nichts essen, z. B. für eine Woche
- Nur trinken: Tee, Wasser, Säfte
- Leben aus körpereigenen Depots
- Ausscheidung fördern
- Reinigung von Körper, Seele und Geist
- Impuls zur Korrektur des Lebensstils

In dieser Zeit erhalten Sie:

- Informationen zu fastenunterstützenden Maßnahmen
 - Ernährungstipps (vitalstoffreiche Vollwertkost)
 - Fastensuppe und Getränke
 - Waldbaden und Entspannen in Wernersberg
- Sinnvoll ist es, in der Fastenwoche viel Zeit für sich selbst einzuplanen, das Arbeitstempo etwas zu reduzieren, um

ein reibungsloses und nachhaltiges Fasten zu gewährleisten. In einem Zeitraum von einer Woche treffen wir uns jeden Nachmittag (außer Mittwoch) für ca. 2 - 3 Stunden.

Susanne Schweinsberg, Fastenleiterin (BV-FE)

Freitag, 18.10.2019 – 25.10.2019, 16.00 - 18.00 Uhr,

außer Mittwoch, 7 Termine, Kursgebühr 129 €,

Wernersberg, Schulstraße.

Begrenzte Teilnehmerzahl (6 Personen)

G 206 piano – Tanz - forte

In der Bewegung zur Musik – live mit Klavier – kannst du dich in unterschiedlichen Ausdrucksformen ausprobieren: deinen Körper wahrnehmen, freies Tanzen, deine Stimme erleben. Wir laden dich herzlich ein, Neues zu entdecken und noch nicht gespielte Saiten in dir zum Schwingen zu bringen. Vom kreativen Chaos bis zur wohlklingenden Harmonie - alles kann entstehen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

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

Karin Sobiesinsky,

kreative Tanz- und Ausdruckstherapeutin

Rüdiger Böhm, Musiker, System & Life Coach

Mittwoch, 16.10.2019, 16.00 – 19.00 Uhr, 1 Termin,

Kursgebühr 19 €, Veranstaltungsort wird noch bekannt gegeben

G 207 Happy Balance – ein ganzheitliches Training für Körper, Geist und Seele –

Wir trainieren sanft und funktionell Muskeln, Sehnen und Bänder, die durch Kräftigungsübungen gestärkt werden. Bei den Dehnübungen fließen fernöstliche Bewegungsübungen aus dem Qi Gong oder Yoga ein, um die Faszien zu dehnen.

Zum Entspannen orientieren wir uns an den westlichen Methoden wie z.B. Progressive Muskelentspannung nach Jacobson oder Autogenes Training nach Schultz.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte oder Decke, warme und bequeme Kleidung.

Diana Heft, Trainerin für Entspannung/Stressbewältigung

und Allgemeiner Breitensport

Dienstag, 24.09.2019, 17.00 – 18.00 Uhr, 7 Termine,

Kursgebühr 40 €, Kleingruppe 53 €, Annweiler, DRK-Haus, Südring 52

G 208 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/Stressbewältigung

und Allgemeiner Breitensport

Dienstag, 24.09.2019, 18.30 - 20.00 Uhr,

7 Termine, Kursgebühr 52 €, Kleingruppe 70 €, Annweiler, DRK-Haus, Südring 52

G 209 Tanz der Stille

Ein Nachmittag in der dunklen Jahreszeit, um im freien Ausdruckstanz in deinen inneren Raum der Stille einzutauchen. Zunächst lädt dich kraftvolle Musik ein, altes Angestautes in deinem Körper, deinen Emotionen loszulassen. So kannst du äußerlich und innerlich ruhiger werden und dich schließlich mit deiner Stille in dir verbinden. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Mitbringen: Bequeme Kleidung, Antirutschsocken, Matte, Decke

Karin Sobiesinsky,

kreative Tanz- und Ausdruckstherapeutin

Samstag, 09.11.2019, 15.00 -18.00 Uhr, 1 Termin,

Kursgebühr 19 €, Annweiler-Queichhambach,
Dorfgemeinschaftshaus, Queichtalstraße 39

G 210 Yoga für den Rücken

Durch spezielle einfache Übungen (Asanas) wird die gesamte Rumpfmuskulatur gedehnt und gekräftigt. So wird die Wirbelsäule gestützt und hochgradige Belastungen und Druck auf die Wirbelsäule genommen. Fehlhaltungen der Wirbelsäule werden verbessert, so dass eine aufrechtere

10283237_10_1

Haltung möglich ist.

Am Ende der Einheit erfolgt eine Tiefenentspannung um den gesamten Körper und den Geist in Einklang zu bringen. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke und Matte

Mona Kirsch, Fitnesstrainerin
Montag, 16.09.2019, 17.30 – 18.30 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 56 €, Annweiler,
Evang. Gemeindehaus, Kirchgasse

G 211 Hormon-Yoga

Das Hormon Yoga wurde von Dinah Rodrigues in Brasilien unter der Bezeichnung „Hormonelle Yogatherapie“ entwickelt und besteht aus einer dynamischen Yoga-Übungsreihe mit speziellen Atemtechniken. Diese Übungen wirken hauptsächlich auf das hormonelle Drüsensystem der Frau ein und Beschwerden in den Wechseljahren wie z.B. Hitzewallungen, Schlafstörungen, Haarausfall, Depressionen, Gedächtnisschwäche etc. können durch sie gelindert werden. Ebenso dient Hormon Yoga zur Vorbeugung gegen Folgeerscheinungen von u. a. auch durch Östrogenmangel hervorgerufenen Krankheitsbildern wie Osteoporose, Cholesterinerhöhung und hierdurch bedingte Herz- und Gefäßkrankungen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke und Matte

Mona Kirsch, Fitnesstrainerin
Mittwoch, 18.09.2019, 18.00 – 19.30 Uhr, 10 Termine,
Kursgebühr 80 €, Annweiler-Queichhambach,
Dorfgemeinschaftshaus, Queichtalstraße 39

Hatha-Yoga -Eine Reise zu sich Selbst

Der Weg des Hatha-Yoga führt auf eine persönliche Reise zu sich Selbst. Durch Körper- und Atemübungen lernen wir unseren Körper, Geist und Seele wieder miteinander zu verbinden. Das Erlangen des inneren Friedens, geistiger und körperlicher Harmonie auf Basis des Gewaltverzichtes steht dabei an erster Stelle. Asanas aus dem Hatha-Yoga fördern unsere Beweglichkeit, kräftigen die Muskulatur, mobilisieren die Gelenke und verändern unser Denken auf positive Weise. Das Üben von Pranayama, (Atemkontrolle und rhythmische Atmung) beruhigt unseren Geist und lässt einen tiefen inneren Frieden in uns entstehen. Eine abschließende Tiefenentspannung, einer Reise in unser Innerstes, durch Konzentration auf Körper und Atmung, befreit unseren Geist und kann uns dabei unterstützen die Selbstheilungskräfte in unserem Körper zu aktivieren.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Kissen und Decke, Yogamatte

Crysanti Ruppert, Yogalehrerin S.Y.
G 212 Montag, 16.09.2019, 18.15 - 19.45 Uhr,
10 Termine

G 213 Montag, 16.09.2019, 20.00 - 21.30 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 80 €, Annweiler-Bindersbach,
Dorfgemeinschaftshaus, Münzstraße 24

G 214 Donnerstag, 19.09.2019, 18.15 - 19.45 Uhr,
10 Termine

G 215 Donnerstag, 19.09.2019, 20.00 - 21.30 Uhr,
10 Termine,

Kursgebühr 80 €, Annweiler-Bindersbach, Dorfgemeinschaftshaus, Münzstraße 24

Yoga in Ramberg - durch Bewegung zur Ruhe kommen – Körperliche Beweglichkeit trainieren, den eigenen Körper neu wahrnehmen und kräftigen, auftanken mit Atem- und Entspannungsübungen, den Alltag loslassen und Gelassenheit gewinnen. Der Kurs ist für Yoga-Einsteiger nicht geeignet.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Matte, Decke, bequeme Kleidung

Susanne Hanke, Yogalehrerin
G 219 Montag, 12.08.2019, 20.00 - 21.30 Uhr,
7 Termine, Kursgebühr 39 €

G 220 Montag, 14.10.2019, 20.00 - 21.30 Uhr,
9 Termine, Kursgebühr 50 €,

Ramberg, Grundschulturnhalle, Dekan-Schill-Straße 1A

Yoga für Alle in Albersweiler

Den Körper kräftigen und Spannungen lösen, Achtsamkeit entwickeln, Lebensfreude entdecken - Yoga bringt auf einfachste Weise Körper, Atem und Geist in Einklang. Entspannungsübungen laden ein zur Ruhe zu kommen. Dieser Kurs ist für alle Menschen, welche die wohltuende Wirkung des Yoga im Wechsel zwischen aktiven und entspannenden Sequenzen erfahren möchten. Einsteiger und Geübte sind

beide willkommen.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Matte, Decke, bequeme Kleidung

Susanne Hanke, Yogalehrerin
G 221 Mittwoch, 14.08.2019, 19.30 – 21.00 Uhr,
7 Termine, Kursgebühr 51 €

G 222 Mittwoch, 16.10.2019, 19.30 – 21.00 Uhr,
9 Termine, Kursgebühr 65 €,

Seminarraum Physio Schneiders, Weinstraße 104,
Albersweiler

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, 14.08.2019, 09.30 - 11.00 Uhr,
7 Termine, Kursgebühr 63 €

G 225 Mittwoch, 16.10.2019, 09.30 - 11.00 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 89 €

Annweiler-Queichhambach, Dorfgemeinschaftshaus,
Queichtalstraße 39

G 230 LEBENSLUST anstatt Diätfrust

Du möchtest dich endlich leichter fühlen und du bist bereit etwas Neues auszuprobieren. Dann bist du herzlich eingeladen zu diesem Tagesworkshop, wo du in einem geschützten und achtsamen Raum dich in freiem Ausdruckstanz, bei Wahrnehmungsübungen für deinen Körper, bei Achtsamkeitsübungen bewegen kannst. Vermittlung ganzheitlicher Sichtweisen zur Gewichtsreduktion, Tipps zur Entgiftung von Körper-Geist-Emotionen, Stärkung des Selbstvertrauens und der Selbstliebe sind weitere Inhalte dieses Workshops.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Antirutschsocken, Matte, Decke, dein Lieblingsessen für die Mittagspause, Getränk

Karin Sobiesinsky,
kreative Tanz- und Ausdruckstherapeutin
Samstag, 23.11.2019, 10.00 – 16.00 Uhr, 1 Termin,
Kursgebühr 26 €, Kleingruppe 34 €, Annweiler-Queichhambach, Dorfgemeinschaftshaus, Queichtalstraße 39

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 244 Mittwoch, 14.08.2019, 19.00 – 20.00 Uhr,
7 Termine, Kursgebühr 29 €
G 245 Mittwoch, 16.10.2019, 19.00 – 20.00 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 41 €,
Albersweiler, Grundschulturnhalle, Auf der Lehr 1

Zumba®

Sie sind bereit, sich fit zu bewegen? Denn genau darum geht es beim Zumba®-Programm. Es ist ein Tanzfitnessworkout zu lateinamerikanischer Musik, das einfach zu erlernen ist, Kalorien verbrennt und fit hält.

Anette Foltin-Roth
G 246 Dienstag, 13.08.2019, 19.00 – 20.00 Uhr,
7 Termine Kursgebühr 40 €,

G 247 Dienstag, 15.10.2019, 19.00 – 20.00 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 56 €,

Annweiler, Evang. Gemeindehaus, Kirchgasse

Zumba® Gold

Dieser Kurs ist perfekt für aktive ältere Erwachsene, die

nach einem passenden Zumba® Kurs suchen, der die beliebten Original-Bewegungen mit geringerer Intensität anbietet.

Der Kurs enthält einfache Zumba® Choreographien, die sich vorrangig auf die Verbesserung von Gleichgewicht, Bewegungsumfang und Koordination konzentrieren. Sei bereit, so richtig zu schwitzen und dann mit neuer Kraft aus dem Kurs zu kommen.

Der Kurs enthält alle Fitness-Elemente: Herz-Kreislaufübungen, Muskel-Training, Verbesserung von Flexibilität und Gleichgewicht!

Anette Foltin-Roth
G 249 Freitag, 16.08.2019, 18.30 -19.30 Uhr,
7 Termine Kursgebühr 44 €,

G 250 Freitag, 18.10.2019, 18.30 - 19.30 Uhr,
8 Termine, Kursgebühr 50 €,

Annweiler, Queichhambach, Dorfgemeinschaftshaus,
Queichtalstraße 39

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 251 Montag, 12.08.2019, 09.30 - 10.30 Uhr,
7 Termine, Kursgebühr 46 €

G 252 Montag, 14.10.2019, 09.30 - 10.30 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 65 €,

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 253 Montag, 12.08.2019, 18.45 – 19.45 Uhr,
7 Termine, Kursgebühr 40 €

G 254 Montag, 14.10.2019, 18.45 – 19.45 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 56 €,

Annweiler, Evang. Gemeindehaus, Kirchgasse

AROHA® für Fortgeschrittene

AROHA® ist ein neuer Trendsport, der effektiv und unkompliziert im ¾ Takt ausgeführt wird. Ständig wechselnde spannungsvolle und entspannende Elemente setzen verborgene Energien frei und tragen zum Wohlbefinden bei. Er festigt Gesäß, Oberschenkel, Bauch und führt zu einer gewissen Ausgeglichenheit. AROHA® dient der Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems, der Fettreduzierung und sorgt für eine ausgezeichnete Durchblutung und damit Sauerstoffversorgung. Sie optimieren ihr Koordinationsvermögen und lösen Muskelverspannungen auf. Der Sport richtet sich an Jung und Alt, Sportler und Einsteiger, Personen mit leichten Gelenk- und Rückenbeschwerden, übergewichtige und leistungsschwächere Menschen. Die AROHA®-Elemente sind langsam und risikolos, aber effektiv. Er spricht auch ältere Sportler an, die noch nie an einem Kurs teilgenommen haben.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung.

Shiva Shankar,
Sport- und Fitnesstrainer
G 256 Dienstag, 13.08.2019, 19.30 – 20.30 Uhr,

7 Termine, Kursgebühr 49 €
G 257 Dienstag, 15.10.2019, 19.30 – 20.30 Uhr,
 10 Termine, Kursgebühr 70 €, Annweiler-
 Queichhambach, Dorfgemeinschaftshaus,
 Queichtalstraße 39

AROHA® für Fortgeschrittene

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung.

Shiva Shankar,

Sport- und Fitnesstrainer

G 258 Donnerstag, 15.08.2019, 19.00 – 20.00 Uhr,
 7 Termine, Kursgebühr 49 €

G 259 Donnerstag, 17.10.2019, 19.00 – 20.00 Uhr,
 10 Termine, Kursgebühr 70 €

Annweiler-Queichhambach, Dorfgemeinschaftshaus,
 Queichtalstraße 39

Qi Gong

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.

Teilnahme ab 18 Jahren. Bei diesem Kurs ist ein Einstieg jederzeit möglich.

Regina Brachat-Schwab, Qi Gong-Kursleiterin

G 262 Donnerstag, 15.08.2019, 18.00 – 19.00 Uhr,
 7 Termine, Kursgebühr 46 €

G 263 Donnerstag, 17.10.2019, 18.00 – 19.00 Uhr,
 10 Termine, Kursgebühr 66 €

(bei 6 Teilnehmer), Annweiler, DRK-Haus, Südring 52

G 264 Pilates für einen gesunden Rücken

Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum steht 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 Übungen fördern das Bewusstsein für den eigenen Körper, sind sehr effektiv und zeigen rasch Erfolge. Gut für alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen. Sehr geeignet auch für Menschen die etwas gegen körperliche Beschwerden unternehmen wollen

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Gymnastikmatte, Decke.

Diana Jablonski, Fitness- und Gesundheitstrainerin
 Montag, 16.09.2019, 17.30 – 18.30 Uhr, 8 Termine,
 Kursgebühr 36 €, Silz, Bürgerhaus, Hauptstraße

G 266 Drums Alive®

Drums Alive® macht Spaß und baut Stress ab. Genervt 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 auszutrommeln und allen Energien freien Lauf zu lassen. Drums Alive® 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 und jeder Menge Spaß das Herzkreislaufsystem fördert und trainiert. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Unter www.drumsalive.de gibt es weitere gute Informationen.

Diana Jablonski, Fitness- und Gesundheitstrainerin
 Montag, 16.09.2019, 18.30 - 19.30 Uhr, 8 Termine,
 Kursgebühr 36 €, Silz, Bürgerhaus, Hauptstraße

G 268 Power Hour

Ein Fitnessworkout, das die im Trend liegenden Begriffe wie Bodyweight-Training, Intervall-Training, Core-Training, Faszientraining, Circle-Training, Brainfitness und vieles mehr beinhaltet. Auch „Aerobic is back“ ist wieder schwer im Trend. Wir machen alles was uns Spaß macht und haben viel Freude daran. Werde Teil einer tollen Gruppe.

Diana Jablonski, Fitness- und Gesundheitstrainerin
 Montag, 16.09.2019, 19.30 - 20.30 Uhr, 8 Termine,
 Kursgebühr 36 €, Silz, Bürgerhaus, Hauptstraße

G 272 Gesundes Walken für Teilnehmer ab 60+(++)

Nordic Walking ist eine Ausdauersportart, welche sich

in den letzten Jahren in Deutschland zunehmend 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
 Mittwochs, 10.30 - 12.00 Uhr, 12 Termine,
 Kursgebühr 89 € (Kleingruppe), Annweiler

H 212 Trüffel und Pralinés selbstgemacht

Selbstgemachte Trüffel und Pralinés - eine Besonderheit - ob auf Ihrem Adventsteller oder als Geschenk. 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, geruchsfreies Schneidebrett, Geschirrhandtuch, Behälter für fertige Pralinés, Getränke nach Wunsch, Spültuch/Schwamm, Spülmittel

Wer hat, bringt bitte eine mittelgroße Metallschüssel und einen passenden Topf für ein Wasserbad mit.

Tanja Plickert, Diplom-Oecotrophologin (FH)

Montag, 25.11.2019, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 Termin,
 Kursgebühr 17 €, Kleingruppe 22 € plus 12 € Lebensumlage, Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Küche, Herrenteich 12

Junge Vhs

G 227 Yoga für Kinder von 7 – 12 Jahren

Yoga für Kinder und Jugendliche 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. Kinder und 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 S.Y.

Mittwoch, 18.09.2019, 16.00 - 17.30 Uhr, 10 Termine,
 Kursgebühr 68 € (ab 8 Teilnehmer), 92 €
 (bei 6 Teilnehmer), Annweiler, Gesundheitsstudio
 „die Wirbelsäule“, Hauptstraße 60

K 219 Malkurs für Kinder im Alter ab 8 Jahren

Selbstgemalte Bilder sind ein toller Blickfang für jedes Zimmer und ein ganz besonderes Geschenk. In diesem Kurs werden die wichtigsten Grundlagen der Acrylmalerei vermittelt und eine grundlegende Einführung bietet zudem reichlich Inspiration. Eine Vielzahl von Techniken bieten gestalterische Freiheit - gerade auch für Anfänger. Das wichtige Basiswissen wird Schritt-für-Schritt erklärt und begleitet die Kinder so zu ihrem ganz persönlichen Meisterwerk.

Bitte mitbringen: 2 – 3 Leinwände oder Papier, dieses Papier muss 300 g stark sein, Acrylfarbe. Farben und Pinsel können auch gegen eine Gebühr i.H.v. 4,00 € bei Frau Wüst mitbenutzt werden.

Annemarie Wüst, Freitag, 29.11.2019, 15.00 – 17.30 Uhr und Samstag, 30.11.2019, 15.00 – 17.30 Uhr, 2 Termine,
 Kursgebühr 28 € (maximal 6 Teilnehmer), Annweiler,
 Malraum, Burgenring 73

Kultur und Gestalten

K 221 Lust auf Kunst?

Kunst ist – insbesondere die Malerei – eine besondere Form der Kommunikation, zunächst einmal mit sich selbst und dann natürlich auch mit den Menschen, die sie wahrnehmen. Es ist wichtig, die Leidenschaft und Begeisterung für die Malerei zu teilen und weiterzugeben. Dieser Kurs richtet sich an alle, die Kunst nicht nur anschauen und bewundern, sondern selbst einmal kreativ werden wollen. Dabei kann jeder sein Talent entdecken, Neues ausprobieren, Ideen umsetzen, die Seele baumeln lassen, mit anderen (nicht nur über Kunst) ins Gespräch kommen. Unser wichtigster Grundsatz: Wir bewerten unsere Kunst nicht! Gearbeitet wird nach eigenen Vorstellungen. Anfängern und Ungewöhnten oder Unentschlossenen wird mit Vorlagen, Tipps und Anregungen geholfen.

Bitte mitbringen: Mindestens 3 Leinwände in verschiedenen Größen sowie Ihre Malutensilien und Arbeitskleidung (Pinsel und Farbe können im Kurs erworben werden).

Annemarie Wüst, Donnerstag, 31.10.2019,
 18.30 – 21.30 Uhr, 4 Termine, Kursgebühr 66 €,
 (maximal 6 Teilnehmer), Annweiler, Malraum,
 Burgenring 73

K 224 Aquarellmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Techniken wie z.B. Nass-in-Nass-Technik, Nass-in-Trocken-Technik und Lasurmalerei. Sie erlernen einfache Motive in Farbe und Bildaufbau zu erfassen und umzusetzen. Motive, Fotos etc. können mitgebracht werden.

Bitte mitbringen: Pinsel Nr. 3, 8, 18, Aquarellblock 300 g/m².

Walburga Weber, dienstags und donnerstags
 ab 10.09.2019, 18.00 – 20.00 Uhr,
 Kursgebühr 70 €, 6 Termine, (maximal 6 Teilnehmer),
 Albersweiler/St. Johann, Malraum, Löwensteinstraße 2

K 225 Krippenbaukurs

Kaum jemand kann sich dem Zauber einer Weihnachtskrippe entziehen. Träumen sie nicht auch schon lange von einer eigenen selbstgebauten Krippe. Die Teilnehmer dieses Kurses haben die Möglichkeit, unter fachmännischer Anleitung von Krippenbaumeister

Lutz Kuhl ihre eigene Krippe bzw. Module zu bauen, an denen alle Techniken des Krippenbaus angewendet werden. Die Art und Ausstattung der Krippe kann frei gewählt werden, die Größe der Grundplatte sollte nicht mehr als 70 cm x 60 cm sein, bei einer Figurengröße von 12 cm. In einer Gruppe von max. 6 Personen vermittelt Ihnen der Krippenbauer die Kenntnisse die Sie benötigen, um eine eigene Krippe zu bauen. Der Materialbedarf für den Bau der Krippe wird gestellt. Elektromaterial und Botanik sowie Figuren können im Kurs erworben werden. Etwas handwerkliches Können sollte vorhanden sein.

Lutz Kuhl, Krippenbaumeister

Donnerstag 26.09.2019, 18:00 Uhr, Infoabend
 Samstag 28.09.2019, 09.00 – 18.00 Uhr (1 Stunde Pause)
 Montag 30.09.2019, 17.00 – 22.00 Uhr
 Dienstag 01.10.2019, 17.00 – 22.00 Uhr
 Mittwoch 02.10.2019, 17.00 – 22.00 Uhr
 Donnerstag 03.10.2019, 17.00 – 22.00 Uhr
 Freitag 04.10.2019, 16.00 – 22.00 Uhr
 Samstag 05.10.2019, 09.00 – 18.00 Uhr (1 Stunde Pause),
 8 Termine, Kursgebühr 199 €, Annweiler, Werkraum im
 Staufer-Schulzentrum, Westgebäude, Herrenteich 2

Die Gitarrenkurse finden in der Berufsbildenden Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12, 76855 Annweiler am Trifels, statt.

Gitarre: Einzelunterricht

Neben den Gruppenkursen wird Gitarrenunterricht auch als Einzelunterricht angeboten. Nähere Informationen hierzu erhalten Sie unter 06346-301-217.

E-Gitarre: Einzelunterricht

E-Gitarrenkurse werden ausschließlich als Einzelunterricht angeboten. Freie Termine und weitere Informationen können unter 06346-301-217 nachgefragt werden.

Gitarre für Anfänger

Vermittelt werden Grundakkorde und einfache Anschlagstechniken zur Liedbegleitung.

Notenkenntnisse sind nicht erforderlich
Michael Becker

M 246 Dienstag, 13.08.2019, 18.40 – 19.40 Uhr,
Kursgebühr 54 € (bei 4 Teilnehmer), 7 Termine

M 266 Dienstag, 15.10.2019, 18.40 – 19.40 Uhr,
Kursgebühr 76 € (bei 4 Teilnehmer), 10 Termine

Gitarre: Kleingruppe

Dieser Kurs baut auf dem Anfängerkurs auf. Die Teilnehmenden erlernen weitere Akkorde und erweitern ihre Spieltechnik. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

M 247 Dienstag, 13.08.2019, 19.45 – 20.15 Uhr,
Kursgebühr 55 € (2 Teilnehmer), 7 Termine

M 267 Dienstag, 15.10.2019, 19.45 – 20.15 Uhr,
Kursgebühr 78 € (2 Teilnehmer), 10 Termine

Ukulele spielen lernen – Einstiegskurs für Anfänger

In diesem Kurs werden die ersten Akkorde und Schlagmuster für die Liedbegleitung vermittelt. Da die Ukulele ein vergleichsweise recht einfach zu erlernendes Musikinstrument ist, finden spieltechnische Übungen ohne lange Umwege praktische Anwendung beim Spielen von bekannten und beliebten Liedern.

Michael Becker

M 248 Dienstag, 13.08.2019, 20.20 – 21.20 Uhr,
Kursgebühr 54 € (bei 4 Teilnehmer), 7 Termine

M 268 Dienstag, 15.10.2019, 20.20 – 21.20 Uhr,
Kursgebühr 76 € (bei 4 Teilnehmer), 10 Termine

Gitarre für Anfänger mit Vorkenntnissen

Dieses Angebot baut auf dem Anfängerkurs auf. Die Teilnehmenden erlernen weitere Akkorde und erweitern ihre Spieltechnik. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

M 253 Mittwoch, 14.08.2019, 17.30 – 18.30 Uhr,
Kursgebühr 54 € (bei 4 Teilnehmer), 7 Termine

M 273 Mittwoch, 16.10.2019, 19.25 – 20.25 Uhr,
Kursgebühr 76 € (bei 4 Teilnehmer), 10 Termine

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 Gitarrenbegleitung variantenreicher zu gestalten und den Charakter eines Stückes durch die entsprechende Vortragsweise zu unterstreichen. Gruppenunterricht.

Quereinsteiger sind herzlich willkommen.

Michael Becker

M 254 Mittwoch, 14.08.2019, 19.25 – 20.25 Uhr,
Kursgebühr 54 € (bei 4 Teilnehmer), 7 Termine

M 274 Mittwoch, 16.10.2019, 19.25 – 20.25 Uhr,
Kursgebühr 76 € (bei 4 Teilnehmer), 10 Termine

Gitarre für leicht Fortgeschrittene

Schwerpunkt in diesem Kurs: Lieder mit einfachen Zupfmustern begleiten.

M 259 Donnerstag, 15.08.2019, 19.15- 20.15 Uhr,
Kursgebühr 54 € (bei 4 Teilnehmer), 7 Termine

M 279 Donnerstag, 17.10.2019, 19.15 – 20.15,
Kursgebühr 76 € (bei 4 Teilnehmer), 10 Termine

M 284 Akkordeon-Unterricht

Akkordeon spielen lernen mit beiden Händen

Walter Halde

Dienstag, 13.08.2019, 19.00 - 19.45 Uhr, 10 Termine,
Kursgebühr 60 € (bei 4 Teilnehmer), keine Ermäßigung,
Annweiler, Rathaus, Hauptstraße 20

M 285 Akkordeonorchester

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

Walter Halde

Dienstag, 13.08.2019, 20.00 - 21.30 Uhr, 15 Termine,
entgeltfrei, Annweiler, Rathaus, Hauptstraße 20

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 für die Kurse rechtzeitig an.
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 des amtlichen Teils

Vorstellung der neuen Beigeordneten

Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels informiert

Annweiler. Werner Kempf (CDU), Ulrich Böck (FWG) und Reiner Niederberger (FDP) heißen die neuen Beigeordneten, die vom Verbandsgemeinderat am 25. Juni 2019 gewählt wurden und dieses Ehrenamt nun für die kommenden fünf Jahre ausüben werden.

Sowohl Werner Kempf als auch Ulrich Böck betreten mit dieser Aufgabe Neuland, während Reiner Niederberger sowohl schon das Amt des Beigeordneten der Stadt Annweiler am Trifels bekleidete, als auch in der Legislaturperiode 1999 bis 2004 Beigeordneter der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels war.

Werner Kempf, der zum Ersten Beigeordneten und damit zum allgemeinen Vertreter von Bürgermeister Christian Burkhart bei dessen Verhinderung gewählt wurde, ist bereits seit mehreren Jahren auf kommunalpolitischer Ebene tätig. So ist er bereits einige Jahre Mitglied im Verbandsgemeinderat und seit 1999 Ortsbürgermeister der Ortsgemeinde Waldrohrbach. Er bringt somit ideale Voraussetzungen für seine neue Tätigkeit mit. Er ist ge-



Die neuen Beigeordneten der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels Wahlperiode 2019/2024 von links nach rechts: Werner Kempf, Bürgermeister Christian Burkhart, Reiner Niederberger und Ulrich Böck.

FOTO: VGV

spannt welche Herausforderungen auf ihn zukommen, freut sich aber sehr auf seine Aufgabe und erhofft sich eine gute Zusammenarbeit auch mit dem neu konstituierten Verbandsgemeinderat. Beruflich ist er als Mitarbeiter bei der Deutschen Telekom AG Weinstraße und ist seit 2018 im Ruhestand. Er möchte nun gemeinsam mit Bürgermeister Christian Burkhart, seinen Beigeordneten Kollegen und dem Verbandsgemeinderat sowohl die bisher gut geleistete Arbeit fortführen, als auch neue Impulse und kreative Ideen einbringen.

Ulrich Böck war bisher auf kommunalpolitischer Ebene noch nicht tätig. Das hatte sich

Er hofft, dass er die Erfahrungen und Kenntnisse, die er während seiner langjährigen Verwaltungstätigkeit erworben hat, auch in seine neue Funktion mit-

einfließen lassen kann. Reiner Niederberger ist, wie auch Werner Kempf, auf kommunalpolitischer Ebene seit einigen Jahren sehr engagiert. Er war viele Jahre erfolgreich mit seinem eigenen Betrieb als Tischlermeister, bevor er diesen vor einiger Zeit aus Altersgründen aufgegeben hat. Auch wenn er bereits Erfahrungen auf dem kommunalpolitischen Parkett sammeln konnte, gilt es doch immer wieder andere Aufgaben zu bewältigen und sich auf neue Situationen einzustellen. Das macht diese Tätigkeit abwechslungsreich und interessant. Auch er freut sich auf die kommende Zeit und ist voller Erwartung was ihn in den nächsten Jahren für Projekte und spannende Begegnungen erwarten werden.

Bürgermeister Christian Burkhart ist sich sicher, dass mit seinem Beigeordneten-Team die richtigen Personen gewählt wurden. Eine gute Mischung aus vie-

len Jahren kommunalpolitischer Tätigkeit von Herrn Kempf und Herrn Niederberger, als auch die jahrelange Berufserfahrung im Verwaltungsbereich von Herrn Böck. Er ist sich sicher, dass sie somit die idealen Voraussetzungen für die neue Aufgabe mitbringen, die sicherlich auch nicht immer ganz leicht sein wird. Er erhoffe sich von seinen Vertretern und dem gesamten Verbandsgemeinderat eine gute Zusammenarbeit, kreative Ideen und neue Impulse, um weiterhin die richtigen Weichen für eine starke Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels zu stellen.

Die Beigeordneten sehen der Herausforderung mit Freude und Spannung entgegen.

Ihre Arbeit haben sie bereits aufgenommen und freuen sich darauf, mit Unterstützung des neu gewählten Rates und der Verwaltung, die Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels mit neuen Ideen und Anregungen weiterzuentwickeln. Sie betonten dabei, dass durch ihre Vorgänger stets sehr gute Arbeit geleistet wurde und sie diese entsprechend fortsetzen wollen. |vvgv