



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

VERBANDS- GEMEINDE



Bekanntmachung Nr. 7/2024 der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels

4. Sitzung des Rechnungsprüfungsausschusses der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels (Wahlperiode 2019/2024)

Am **Montag, 19.02.2024, um 18:30 Uhr**, findet im Sitzungssaal des Rathauses der Verbandsgemeinde, Meßplatz 1, 76855 Annweiler am Trifels, die 4. Sitzung des Rechnungsprüfungsausschusses mit folgender Tagesordnung statt:

Tagesordnung:

Öffentlich:

- 1 Prüfung des Gesamtabschlusses 2015
- 2 Prüfung des Gesamtabschlusses 2016
- 3 Prüfung des Gesamtabschlusses 2017
- 4 Prüfung des Jahresabschlusses 2021

Nicht öffentlich:

- 5 Prüfung des Jahresabschlusses 2021 - Belegprüfung

Öffentlich:

- 6 Beschlussfassung über Empfehlung an den
Verbandsgemeinderat

76855 Annweiler am Trifels, 30. Januar 2024

Michael Martin,

Vorsitzender des Rechnungsprüfungsausschusses

Bekanntmachung Nr.: 8/2024

Öffnungszeiten am Rosenmontag und Faschingsdienstag
Die Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler am Trifels, die Stadt- und Verbandsgemeindewerke und das Büro für Tourismus sind am

**Rosenmontag, 12. Februar 2024
und am**

**Faschingsdienstag, 13. Februar 2024
geschlossen.**

Im Falle einer Störung ist der Bereitschaftsdienst der Stadt- und Verbandsgemeindewerke Annweiler am Trifels wie folgt erreichbar:

- a) Stromversorgung (Annweiler am Trifels, Gossersweiler-Stein, Wernersberg): 06346/3009-16
 - b) Wasserversorgung (gesamte Verbandsgemeinde und Stadt): 06346/3009-17
 - c) Gasversorgung (Annweiler am Trifels): 06341/289-192
 - d) Abwasserentsorgung: 06346/3009-18
- 76855 Annweiler am Trifels, 02. Februar 2024
Christian Burkhart, Bürgermeister

Trausamstage 2024

im Standesamt Annweiler am Trifels und Trautage auf der Burg Trifels

Auch im Jahr 2024 bietet das Standesamt Annweiler am Trifels den Service der Trausamstage.

An folgenden Samstagen sind Eheschließungen im Rathaus der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels möglich: **13. April, 04. Mai, 29. Juni, 27. Juli, 17. August, 28. September, 19. Oktober und 07. Dezember.**

Selbstverständlich können Trauungen auch zu den sonstigen Öffnungszeiten vereinbart werden, dabei spielt es insgesamt keine Rolle ob die Eheschließenden im Bereich der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels einen Wohnsitz inne haben oder nicht.

Eheschließungen auf der Burg Trifels können an folgenden Freitagnachmittagen gebucht werden: 28. Juni, 26. Juli, 16. August.

Vor das Ja-Wort hat das Personenstandsrecht bekanntlich die Formalitäten gesetzt. Alle Einzelheiten und Möglichkeiten jedoch hier aufzulisten wäre zu umfangreich. Rufen Sie an, Telefon-Nummer: 0 63 46 / 301 – 130 oder 301 – 136, oder schicken Sie eine E-Mail: abraun@annweiler.rlp.de bzw. jrlink@annweiler.rlp.de, das Standesamtsteam steht bei allen Fragen rund um die Eheschließung hilfreich zur Seite.

Amtsblatt des Landkreises Südliche Weinstraße Nr. 8 vom 30.01.2024

Öffentliche Bekanntmachung über den Vollzug des Grundstücksverkehrsgesetzes; hier: Ermittlung kaufinteressierter Landwirte

- Bekanntmachung vom 30.01.2024 -

Über die Genehmigung der Veräußerung des nachstehend aufgeführten landwirtschaftlichen Grundstückes ist nach dem Grundstücksverkehrsgesetz zu entscheiden:

Gemarkung Frankweiler Flurstücks-Nr. 2259/2

Nutzungsart: Weinberg

Lage: „Am Busenberg“ Größe: 0,3454 ha

Landwirte, die zur Aufstockung ihres Betriebes am Erwerb des Grundstückes interessiert sind, werden gebeten, dies der Unteren Landwirtschaftsbehörde bei der Kreisverwaltung Südliche Weinstraße in Landau innerhalb von 10 Tagen nach der Bekanntmachung schriftlich mitzuteilen.

Hinweis: Für den Fristbeginn ist die Veröffentlichung im Amtsblatt des Landkreises Südliche Weinstraße maßgebend. Nicht das Erscheinen in den Mitteilungsblättern der Verbandsgemeinden. Siehe auf der Homepage des Landkreises Südliche Weinstraße, www.suedliche-weinstrasse.de unter - Aktuelles Amtsblatt -.

Landau, 30.01.2024

Theis, Beschäftigte

Öffentliche Bekanntmachung

gemäß § 3a des Gesetzes über die Umweltverträglichkeitsprüfung (UVPG)

- Bekanntmachung vom 30.01.2024 -

Bekanntgabe gemäß § 3a des Gesetzes über die Umweltverträglichkeitsprüfung (UVPG):

Die Kreisverwaltung Südliche Weinstraße als zuständige untere Wasserbehörde gibt bekannt, dass im Rahmen des wasserrechtlichen Genehmigungsverfahrens nach § 68 Wasserhaushaltsgesetz der LIDL Dienstleistung GmbH & Co. KG, Speyer, zur Renaturierung des Triefenbachs im Zug des Neubaus des LIDL Lebensmittelmarktes Edenkoben, (Az. 231334/WP) eine Umweltverträglichkeitsprüfung nicht durchgeführt wird.

Die gemäß § 114 a Abs. 2 Landeswassergesetz i.V. mit der Anlage 2 (Liste der UVP-pflichtigen Vorhaben) erfolgte allgemeine Vorprüfung hat ergeben, dass das Vorhaben keine erheblichen nachteiligen Umweltauswirkungen haben kann.

Landau, 29.01.2024

Huber, Kreisamtfrau

Amtsblatt des Landkreises Südliche Weinstraße Nr. 9 vom 31.01.2024

Öffentliche Bekanntmachung des Landrats zur Eintragung der von der Meldepflicht befreiten wahlberechtigten Staatsangehörigen anderer Mitgliedstaaten der Europäischen Union in das Wählerverzeichnis

- Bekanntmachung vom 31.01.2024 -

Am **Sonntag, dem 09. Juni 2024, von 8 bis 18 Uhr** findet die Wahl der/des Ortsvorsteherin/Ortsvorstehers - Ortsbürgermeisterin/Ortsbürgermeisters - Stadtbürgermeisterin/Stadtbürgermeisters - Bürgermeisterin/Bürgermeisters sowie des Ortsbeirats - Gemeinderats - Stadtrats - Verbandsgemeinderats - Kreistags - und am **Sonntag, dem 23. Juni 2024, von 8 bis 18 Uhr** die etwaige Stichwahl der/des Ortsvorsteherin/Ortsvorstehers - Ortsbürgermeisterin/Ortsbürgermeisters - Stadtbürgermeisterin/ Stadtbürgermeisters - Bürgermeisterin/Bürgermeisters statt.

II.

Wahlberechtigte Staatsangehörige anderer Mitgliedstaaten der Europäischen Union, die von der Meldepflicht befreit sind und deshalb in der Gemeinde nicht gemeldet sind und daher auch nicht von Amts wegen in das Wählerverzeichnis eingetragen werden können, werden hiermit aufgefordert, ihre Eintragung in das Wählerverzeichnis bis zum 03. Mai 2024, 12 Uhr, bei der zuständigen Verbandsgemeindeverwaltung zu beantragen.

Der Antrag soll nach dem Muster der Anlage 1 a der Kommunalwahlordnung gestellt werden. Antragsdrucke können Sie bei den Verbandsgemeindeverwaltungen erhalten.

Landau i.d.Pf., den 18. Januar 2024

Dietmar Seefeldt, Landrat, zugleich Kreiswahlleiter

Annweiler am Trifels



Beschlusszusammenfassung zur 16. Sitzung des Werkausschusses Stadt Annweiler am Trifels vom 14.11.2023

öffentliche Sitzung

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

4 Beratung und Beschlussfassung über die Übertragung der Elektroladesäulen auf die Verbandsgemeindewerke Annweiler am Trifels

Der Werkausschuss beschließt einstimmig die Übereignung beider Ladesäulen mit allen Rechten und Pflichten auf die Verbandsgemeinde – Verbandsgemeindewerke Wasserversorgung & Regenerative Energien – zum Preis von 1,00 € zu übernehmen.

Bekanntmachung Nr. 3/2024

der Stadt Annweiler am Trifels in der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels

33. Sitzung des Stadtrates der Stadt Annweiler am Trifels (Wahlperiode 2019/2024)

Am **Mittwoch, 14.02.2024, um 18:30 Uhr**, findet im großen Sitzungssaal des Rathauses der Stadt, Hauptstraße 20, 76855 Annweiler am Trifels, die 33. Sitzung des Stadtrates mit folgender Tagesordnung statt:

Tagesordnung:

Öffentlich:

- 1 Einwohnerfragestunde
- 2 Entscheidung über die Annahme von Spenden gem. § 94 Abs. 3 GemO
- 3 Nachwahl (Entsendung) eines Aufsichtsratsmitglieds für die Energie Südpfalz Erneuerbare Energien GmbH & Co KG sowie Energie Südpfalz Shared Service GmbH
- 4 Beratung und Beschlussfassung über die Teilnahme am Programm „PEK-RP“
- 5 Aufgabenübertragung kommunale Wärmeplanung an Verbandsgemeinde
- 6 Klarstellungssatzung „Krämerstraße“ Erweiterung- und Ergänzungssatzung nach § 34 Abs. 4 Satz 1 Nr. 3 Baugesetzbuch (BauGB)
 1. Beratung und Beschlussfassung über die eingegangenen Stellungnahmen anl. der durchgeführten Beteiligung der Behörden und sonstigen Behörden so wie der Offenlage
 2. Satzungsbeschluss gem. § 10 BauGB
- 7 Beratung und Beschlussfassung über die Änderung der Friedhofsgebührensatzung
- 8 Informationen über die Vergaben von Aufträgen und Arbeiten durch den Stadtbürgermeister gem. § 8 der Hauptsatzung der Stadt Annweiler am Trifels
- 9 Auftragsvergaben
- 9.1 Beratung und Fassung eines Vorratsbeschlusses zur Reparatur des Daches am Hohenstaufensaal
- 9.2 Beratung und Fassung eines Vorratsbeschlusses für die Vergabe von Stahlbauarbeiten für den Neubau des städtischen Bauhofs

- 9.3 Weitere Auftragsvergaben
 10 Anträge und Anfragen
 10.1 Antrag der Fraktionen SPD und BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN
 10.2 Beratung und Beschlussfassung über einen Antrag auf Mitgliedschaft in der Arbeitsgemeinschaft „Orte der Demokratiegeschichte“
 10.3 Weitere Anträge und Anfragen
 11 Informationen
Nicht öffentlich:
 12 Vertragsangelegenheiten
 13 Grundstücksangelegenheiten
 14 Pachtangelegenheiten
 15 Anträge und Anfragen
 16 Informationen
 76855 Annweiler am Trifels, 5. Februar 2024
 Benjamin Seyfried, Stadtbürgermeister

Waldrohrbach



Beschlusszusammenfassung zur 18. Sitzung des Ortsgemeinderates Ortsge- meinde Waldrohrbach vom 07.12.2023

öffentliche Sitzung

Veröffentlicht werden nachfolgend nur die Tagesordnungs- punkte, bei denen Beschlüsse gefasst wurden:

2 Entscheidung über die Annahme von Spenden gem. § 94 Abs. 3 GemO

Alle 3 Spenden i. H. v. insgesamt 4.986,30 € wurden jeweils einstimmig angenommen.

5 Beratung und Beschlussfassung über die Festsetzung der Realsteuerhebesätze für die Haushaltsjahre 2024 und 2025

Der Gemeinderat beschließt einstimmig die Realsteuerhebesätze ab 2024 wie folgt festzusetzen:

Grundsteuer A: 345 v.H.

Grundsteuer B: 465 v.H.
 Gewerbesteuer: 380 v.H.

6 Beratung und Beschlussfassung über die Festsetzung des wiederkehrenden Beitrags Wirtschaftswege für 2024 und 2025

Der Ortsgemeinderat beschließt einstimmig, den wiederkehrenden Beitrag für Wirtschaftswege auf 7,67 € festzusetzen.

7 Auftragsvergaben

7.1 Beratung und Beschlussfassung über die Vergabe von Wegebauarbeiten in der Gewanne „Stalläcker“

Der Gemeinderat beschließt mit 7 Ja-Stimmen, 1 Nein-Stimme und 1 Enthaltung, den Auftrag an die Fa. Frank Bernhart GmbH, aus Ranschbach, zum Preis von 10.448,20 € brutto, zu vergeben.

7.2 Beratung und Fassung eines Vorratsbeschlusses zur Herstellung des neuen Wiesenpfades

Nach kurzer Beratung fasste der Gemeinderat einstimmig bei 2 Enthaltungen folgenden Vorratsbeschluss:

Ortsbürgermeister Thomas Wick wird ermächtigt, zur Herrichtung des neuen Wiesenpfades 3 Angebote einzuholen und den Auftrag an den günstigsten Bieter zu vergeben.

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

Elektrizitätsversorgung

0 63 46/30 09 - 16

Stadt Annweiler am Trifels mit Stadtteilen und der Ortsgemeinde Wernersberg und Ortsgemeinde Gossersweiler-Stein

Wasserversorgung

0 63 46/30 09 - 17

Stadt- und Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels

Gasversorgung

0 63 41/2 89 - 1 92

Stadt Annweiler am Trifels und Stadtteil Queichhambach

Kläranlagen der Verbandsgemeindewerke 0 63 46 / 30 09-18

Die Stadt- und Verbandsgemeindewerke Annweiler am Trifels sind während der allgemeinen Öffnungszeiten erreichbar unter: 0 63 46 / 30 09-0

IMPRESSUM - Amtsblatt der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels

Herausgeber und verantwortlich für den amtlichen Teil ist die Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler, 76855 Annweiler am Trifels, Christian Burkhardt (V.i.S.d.P.), Meßplatz 1, Tel. 06346 301-0.

Verlag: SÜWE Vertriebs- und Dienstleistungsgesellschaft mbH & Co. KG.

Herstellung: Druck- und Versanddienstleistungen Südwest GmbH, 67071 Ludwigshafen.

Zustellung: PVG Wörth; Suewe-Vertriebsreklamationen@wobla.de, www.wochenblatt-reporter.de/s/zustellung oder Tel. 0621 57249860.

Das Amtsblatt Annweiler am Trifels erscheint wöchentlich freitags. Das Amtsblatt Annweiler am Trifels wird kostenlos an alle erreichbaren Haushalte der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels verteilt. Auflage 8.300 Exemplare.

Ende des amtlichen Teils

Unser Programm für das 1. Halbjahr 2024 Mach mit, bleib fit! Lebenslanges Lernen!



Eine Einrichtung der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels

Telefon: 06346 – 301-218

Vorträge:

Der Dreißigjährige Krieg

Der Dreißigjährige Krieg war im Hinblick auf Bevölkerungsverluste und Zerstörungen der schlimmste Krieg, der in der Pfalz gewütet hat. Der Referent Rolf Übel hat die Auswirkungen des Krieges auf Annweiler und die Südpfalz untersucht. Durch die Auswertung zeitgenössischer Quellen kann er ein realistisches Bild der Ereignisse von 1618 bis 1648 zeichnen. Im Mittelpunkt des Vortrages stehen die Jahre von 1635 bis 1648, die als die Zeit der „Soldatenanarchie“ in die Geschichte einging. Neben den Schicksalen der Menschen in den Städten Landau, Annweiler und Bad Bergzabern stellt er auch die Auswirkung des Krieges auf die Menschen in den Dörfern nach und stellt die Frage, ob sich die Pfalz tatsächlich „von einem blühenden Garten in ein Distelfeld“ verwandelt hatte.

Rolf Übel

A 215 Mittwoch, 13.03.2024, 19.00 - 20.00 Uhr

Teilnahmeentgelt: 10 €, Anmeldung erforderlich
 Treffpunkt: Ratssaal der Verbandsgemeindeverwaltung, Meßplatz 1, 76855 Annweiler

Vortragsreihe: „Junge Mittelalter Forschung“

Die im Verbund mit dem Museum unterm Trifels und dem Institut für Fränkisch-Pfälzische Geschichte und Landeskunde der Universität Heidelberg, dem Institut für Personengeschichte in Bensheim, der Bezirksgruppe Landau des Historischen Vereins der Pfalz, der VHS Annweiler und dem Verein Trifelsfreunde e.V. als Kooperationspartnern veranstaltete Reihe soll nicht nur, aber gerade auch jüngeren Kolleginnen und Kollegen als Forum zur Präsentation ihrer aktuellen (also quasi jungen) archäologischen, historischen und restauratorisch-konservatorischen Forschungen bzw. Forschungsergebnisse dienen. Die Vorträge finden **jeweils am dritten Mittwoch eines Monats im Ratssaal der Verbandsgemeinde Annweiler** am Trifels, Meßplatz 1, 76855 Annweiler am Trifels statt. **Eintritt frei.**

A 213

Aus dem Trichter gekommen - Spannende Funde und Befunde über dem

Gewölbe der Martinskirche in Köllerbach-Köln
 Dipl.-Ing. Niko Leiss (Tholey)

Mittwoch, 21.02.2024, 18:30 Uhr

A 214

Sammelwut und Ordnungsdrang: Listen in spätmittelalterlichen Pilgerberichten und methodische Überlegungen der Listenwissenschaft

Alicia Wolff M.A. (Uni Heidelberg)

Mittwoch, 20.03.2024, 18:30 Uhr

A 217

Propriam facere monetam et habere: Die Stadt Annweiler - eine königliche Münzstätte?

Felix Dussing M.A. (Uni Freiburg i. Br.)

Mittwoch, 17.04.2024, 18:30 Uhr

A 218

Vom Wohnturm zum Kirchturm? Die Kirche St. Remigius in Wassenach und ihre „merkwürdige“ Geschichte

Dr. Andreas Weiner (Bistum Trier)

Mittwoch, 15.05.2024, 18:30 Uhr

Umwelt, Natur, Biologie

U 200 Obstbaum-Pflegekurs

In diesem Kurs vermittelt Ihnen ein Streuobst-Baumwirt wichtige Pflege- und Erhaltungsschnitte am Obstgehölz. Entlang des Radweges von Annweiler nach Queichhambach sind einige Obstbäume im Besitz der Stadt Annweiler. Diese Bäume sind im Ertragsalter und natürlichen Einflüssen ausgesetzt, die einen Erhaltungs- oder Pflegeschnitt notwendig machen. Wir beugen ungünstigen Entwicklungen vor und vitalisieren diese wertvollen Kulturpflanzen, damit wir weiterhin einen gesunden Fruchtertrag haben.

Joachim Sing, Baumwart Streuobst

Samstag, 02.03.2024, 13:00 – 15:30 Uhr

Teilnahmeentgelt: 22 €, Anmeldung erforderlich

Treffpunkt: Parkplatz Kläranlage, In den Bruchwiesen 9, 76855 Annweiler am Trifels

U 201 Heilpflanzen vor der Haustür, ein Abendspaziergang

Im Bereich des Wiesen-, Wald und Ackergeländes „Hinter Winkel“/ „Dreißig“ bei Annweiler wird eine etwa 2,5-3 stündige Führung (ca. 4 km) stattfinden, bei der von Herrn Roth etwa 30 bis 40 dort wachsende Heilpflanzen vorgestellt werden und Namen und Anwendung benannt werden. Es wird auf Besonderheiten der Pflanzen und auch Verwechslungsgefahren hingewiesen. Auch einzelne Pflanzen mit typischen Gerüchen/Düften werden zum „Beschnuppern“ herumgegeben. Fragen sind erwünscht!

Alexander Roth, Apotheker (Naturheilverfahren und Homöopathie) und Arzt

Mittwoch, 26.06.2024, 18.00 – ca. 21.30 Uhr

Teilnahmeentgelt: 10 €, Anmeldung erforderlich

Treffpunkt: Am Bahnübergang Bahnhofstr./Nordring, 76855 Annweiler

U 202 „Rundflug“ Wildbienen Garten

Informativer „Rundflug“ im Wildbienen Garten, wild und schön!

Das Team des Wildbienen Garten Annweiler zeigt insektenfreundliche Biotoptypen und Pflanzen, die in jedem Garten zu realisieren sind. Veranstaltungsdauer etwas 2,5 Stunden mit abschließender Verkostung

Kerstin Reddig

Dienstag, 28.05.2024, 17.00 Uhr

Teilnahmeentgelt: 6 €, Anmeldung erforderlich

Treffpunkt: Wildbienen Garten Annweiler, An der alten Berufsschule/ gegenüber Prof.-Schlosssteinstr. 41, 76855 Annweiler

Altes Wissen nach Hildegard von Bingen

Die Universalgelehrte und Äbtissin Hildegard von Bingen (1098 - 1179) hat uns großes Wissen über Heilkräuter, Heilmethoden und einer gesunden Lebensführung hinterlassen. Sie ist bekannt und beliebt für ihre Kunst, Liederkombinationen, Texte und ist bis heute eine leuchtende Marke in der Klostermedizin

Bei einer kleinen Wanderung durch die Natur, verbunden mit einem Seminar, kommen wir der ganzheitlichen Heilkunde nach Hildegard von Bingen ein Stück näher

Melanie Kirsch

U 205 Freitag, 26.04.2024, 16.00 - 18.00 Uhr

U 206 Freitag, 26.07.2024, 16.00 – 18.00 Uhr

Teilnahmeentgelt 12 € ab 5 Teilnehmer, Anmeldung erforderlich

Treffpunkt Parkplatz Friedhofhalle Queichhambach, Im Wegel, 25, 76855 Annweiler- Queichhambach

U 207 Giersch eine köstliche und gesunde Wildpflanze

Von einigen geschätzt, von anderen nicht. Hier erfährst Du die gesundheitlichen Vorteile, lernst den Giersch sicher zu bestimmen und wirst ebenso erfahren wozu die kostenlose Wildpflanze in der Küche verwendet werden kann und wie lecker Giersch schmecken kann.

Bitte mitbringen: Warme Socken oder Hausschuhe, Notizblock/Stift und ein Getränk

Freitag, 19.04.2024, 17.00 – 19.00 Uhr

Teilnahmeentgelt 12 € ab 5 Teilnehmer

Treffpunkt: Haingeraidestr. 12, 76857 Eußerthal

U 208 Kleiner Garten was tun?

Wir werden uns auseinandersetzen, ob sich ein Gemüseanbau auch in einem kleinen Garten, auf einem Balkon oder in Kübeln lohnt. Auch über Früh- und Hochbeete, Kompostaufbereitung, Permakultur und natürliches Gärtnern wirst Du einiges erfahren und sehen können. Fleißige Helfer beim Bestäuben und Schädlinge abhalten werden ebenfalls ein Thema sein.

Bitte mitbringen: Warme Socken oder Hausschuhe. Notizblock/Stift und ein Getränk

Freitag, 31.05.04.2024, 17.00 – 19.00 Uhr

Teilnahmeentgelt 12 € ab 5 Teilnehmer

Treffpunkt: Haingeraidestr. 12, 76857 Eußerthal

U 209 Die Brennnessel das Heilwunder

Die Brennnessel, eine wunderbare Wildpflanze mit unschätzbaren gesundheitlichen Vorteilen wächst überall kostenlos und wild. Dennoch wird sie zu wenig geschätzt. Dabei hat sie ein schier unglaubliches Potenzial an Inhaltsstoffen. Du erfährst was man mit der Pflanze, über das Jahr hinweg, anstellen kann. Wie Du es für Deine Gesundheit und auch in der Küche einsetzen kannst.

Bitte mitbringen: Warme Socken oder Hausschuhe, Notizblock/Stift und ein Getränk

Freitag, 14.06.2024, 17.00 – 19.00 Uhr

Teilnahmeentgelt 12 € ab 5 Teilnehmer

Treffpunkt: Haingeraidestr. 12, 76857 Eußerthal

Haushalt

H 200 Neue Ideen für gesunde Salate aus frischem Gemüse

Sobald es an die Ernte von frischem Gemüse geht, wird überlegt, was man damit so alles anstellen kann. Sie bekommen Tipps an die Hand, wie Sie selbstgezoogenes Gemüse optimal verwerten können.

Bitte mitbringen: Schneidebrett, kleines und großes scharfes Messer, eine Reibe mit verschiedenen Einsätzen, Dosen und Gläser zum Transport der Reste

Mittwoch, 28.02.2024, 18.00 – 20.15 Uhr

Teilnahmeentgelt 14 € ab 5 Teilnehmer + Lebensmittelumlage max. 14 € vor Ort zu entrichten

Treffpunkt: BBS Annweiler, Herrenteich 12, Küche 1 OG

H 201 Ostereier färben mit Naturfarben

Wir stellen die verschiedenen Farben her und färben die Eier, auch mit Motiven.

Bitte mitbringen: 4 Schraubgläser ca. 250ml, leere Eierschachtel, einen Nylonstrumpf sowie Kordel, 1 Wattestäbchen, 1 Kerzenrest

Mittwoch, 20.03.2024, 18.00 – 19.30 Uhr

Teilnahmeentgelt 10 € ab 5 Teilnehmer + Lebensmittelumlage max. 5 € vor Ort zu entrichten

Treffpunkt: BBS Annweiler, Herrenteich 12, Küche 1 OG

H 202 Kochen mit Wildkräutern

Die ersten Kräuter sind auf den Wiesen zu entdecken. Wir werden hier ein 3-Gänge Menü kreieren mit allem was uns die Natur zur Verfügung stellt. Lassen Sie sich überraschen! Bitte mitbringen: Schneidebrett, scharfes Messer, Geschirrtuch, 2 Schraubgläser mit ca. 250ml Inhalt, Brotboxen oder ähnliches zum Transport der Reste

Mittwoch, 15.05.2024, 18.00 – 21.00 Uhr

Teilnahmeentgelt 19 € ab 5 Teilnehmer + Lebensmittelumlage max. 14 € vor Ort zu entrichten

Treffpunkt: BBS Annweiler, Herrenteich 12, Küche 1 OG

Gesellschaft/ Psychologie

P 200 Lebensspuren – das eigene Leben erinnern

In diesem Kurs wollen wir uns mit den Spuren und Geschichten unseres Lebens auseinandersetzen und unseren persönlichen Lebensweg und die Lebensumstände betrachten, die uns zu dem Menschen gemacht haben, der wir heute sind. Dazu werden wir zunächst einen Blick auf die Zeitgeschichte werfen, die uns geprägt hat und darauf aufbauend einen Rückblick auf unser bisheriges Leben wagen. Dieser Rückblick kann jederzeit stattfinden: zum Beispiel zu Beginn eines neuen Lebensabschnitts, im Alter oder zu jeder Lebenszeit, zu der es sich passend anfühlt. Der Kurs will ermutigen, mit Neugier und ruhigem Blick auf das eigene Leben zu schauen und die verschiedenen Facetten unseres Lebens wahrzunehmen, ohne daran festzuhalten. Es geht um Geschichten erzählen, Erinnerungen kreativ aufleben zu lassen, mit ganzem Herzen zuzuhören und uns selbst liebevoll zu betrachten und im Leben einzuordnen. Es geht um den ganzen Reichtum des Lebens. Falls vorhanden, bitte Foto aus der Jugendzeit mitbringen.

Susanne Hanke

Donnerstags, 07.03.- 21.03.2024, 16:00 – 19:00 Uhr

Teilnahmeentgelt 56 € ab 5 Teilnehmer

Treffpunkt: Feuerwehrhaus, An der Feuerwache 1, 76855 Annweiler

P 201 Meine Selbst Liebe

Jedes Jahr zum Jahresbeginn gehen sie los - die guten Vorsätze: abnehmen, gesünder leben, mehr Sport treiben usw.. Wer kennt das nicht? Und mal ganz ehrlich - wie lange halten wir durch bevor wieder alle Vorsätze vergessen werden? Woran liegt das? Könnte es sein, dass wir vergessen uns selbst zu lieben? Denn wenn wir uns lieben würden, dann würden wir uns nur noch gesund ernähren, bewegen und vieles mehr. Starte doch in diesem Jahr mal mit dem Vorsatz dich mehr selbst zu lieben. Lass uns gemeinsam schauen, wo du dich selbst blockierst oder Ausreden suchst.

Bitte mitbringen: warme Socken/Hausschuhe, Notizblock/Stift und ein Getränk

Gabriele Schneck

Montag, 29.01.2024, 17.00 – 20.00 Uhr

Teilnahmeentgelt 18 € ab 5 Teilnehmer

Treffpunkt: Haingeraidestr. 12, 76857 Eußerthal

P 203 Lebe ich ein positives, glückliches Leben?

Die Tage, Wochen, Monate und Jahre gleiten an uns vorbei. Leben wir diese Zeit bewusst? Ist unser Leben wirklich schön und reichhaltig? Oder lenken wir uns nur ab?

Warum ist es wirklich wichtig glücklich zu sein? Diese und viele Aspekte unseres „Daseins“ wollen wir uns gemeinsam anschauen und gleichzeitig Änderungsmöglichkeiten für unser Leben finden, wenn es notwendig sein sollte.

Bitte mitbringen: Warme Socken oder Hausschuhe, Notizblock/Stift und ein Getränk

Gabriele Schneck

Montag, 12.02.2024, 17.00 – 20.00 Uhr

Teilnahmeentgelt 18 € ab 5 Teilnehmer

Treffpunkt: Haingeraidestr. 12, 76857 Eußerthal

Senioren

C 260 Senioren fit fürs 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. Eigenes Gerät bitte mitbringen.

Kurt Leiner, Digitalbotschafter

Freitags, 19.01 – 05.07.2024, 14-tägig, 10.00 – 12.00 Uhr

Teilnahmeentgelt 20 €, Anmeldung erforderlich

Treffpunkt: DRK Haus, Südring 52, 76855 Annweiler

G 226 Nordic Walking ab 60

Nordic Walking ist eine wunderbare Möglichkeit den eigenen Körper mit Sauerstoff zu versorgen und gleichzeitig unglaublich viele Muskeln zu bewegen. Durch die Nordic Walking Stöcke fühlen wir uns gleichzeitig gestützt. Leider werden sie zumeist falsch gehandhabt und damit entstehen eher Verspannungen, als das die Vorteile genutzt werden. Wir werden in Ruhe und ohne Hochleistungsansprüche starten, niemand wird angetrieben und Pausen sind möglich.

Bitte mitbringen: Nordic Walking Stöcke und ein Getränk

Mittwoch, 27.03. – 24.04.2024, 10.00 Uhr

Teilnahmeentgelt 44 € ab 5 Teilnehmer

Treffpunkt: Werbetafel am Holzplatz, 76857 Eußerthal

Sprachen

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

Anmeldung erforderlich

Englisch

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 Spre-

chen und Hören ganz elementare Werkzeuge. Aus diesem Grund richtet dieser Kurs das Hauptaugenmerk auf die praktische Verbesserung des Verständnisses sowie der sprachlichen Fertigkeiten.
Angelika Geenen

S 220 Englisch für Wiedereinsteiger (A1) Donnerstag, 11.01. – 21.03.2024, 18.00 – 19.00 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 73 € ab 5 Teilnehmer
Saal 102, BBS Annweiler

S 221 Englisch für Wiedereinsteiger (A1) Donnerstag, 04.04. – 11.07.2024, 18.00 – 19.00 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 80 € ab 5 Teilnehmer
Saal 102, BBS Annweiler

Englisch für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen

Dieser Kurs will Ihnen den Einstieg in die englische Sprache vermitteln und richtet sich an Anfänger mit leichten Vorkenntnissen.
Angelika Geenen

S 222

Donnerstag, 11.01. – 21.03.2023, 19.15 – 20.15 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 73 € ab 5 Teilnehmer
Saal 102, BBS Annweiler

S 223

Donnerstag, 04.04. – 11.07.2024, 19.15 – 20.15 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 80 € ab 5 Teilnehmer
Saal 102, BBS Annweiler

S 227 Walk & Talk – speak english while walking (A2/B1)

Während einer Wanderung von Silz zur Burg Lindelbrunn und zurück (ca. 10 km) möchte ich die Teilnehmer einladen, ihre Scheu vorm Englisch zu verlieren. Wir wollen an der frischen Luft wandern und englisch reden. Zu Beginn wählen wir ein beliebiges Thema. Während der Wanderung hat jede Person seine Redezeit. Die anderen hören dabei nur zu. Bitte Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung anziehen, gegebenenfalls Regenschirm mitbringen
Wolfgang Meisen, Grundschullehrer

Samstags, 13.04., 04.05., 22.06., 06.07.2024, 4 Termine
Teilnahmeentgelt: 33 € ab 5 Teilnehmer
Treffpunkt: Parkplatz Friedhof Silz, 76857 Silz

Französisch

S 232 Französisch mit Vorkenntnissen (B1)

Laurence Wendland

Mittwoch, 10.01. – 20.03.2024, 16.30 - 18.00 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 97 € ab 5 Teilnehmer
Saal 118, BBS Annweiler

S 233 Französisch mit Vorkenntnissen (B1)

Laurence Wendland

Mittwoch, 03.04. – 10.07.2024, 16.30 – 18.00 Uhr, 13 Termine

Teilnahmeentgelt 106 € ab 5 Teilnehmer
Saal 118, BBS Annweiler

Italienisch

Sie haben leichte Grundkenntnisse in der italienischen Sprache und wollen diese etwas intensivieren.

S 236 Italienisch mit geringen Vorkenntnissen (A1)

Lucrezia Gaia Fusi

Donnerstag, 22.02. – 21.03.2024, 18.00 – 19.30 Uhr, 5 Termine

Teilnahmeentgelt 44 € ab 5 Teilnehmer
Saal 101, BBS Annweiler

S 237 Italienisch mit geringen Vorkenntnissen (A1)

Lucrezia Gaia Fusi

Donnerstag, 04.04. – 11.07.2024, 18.00 – 19.30 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 106 € ab 5 Teilnehmer
Saal 101, BBS Annweiler

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Wert auf Kommunikati-

on legen und die erlernte Grammatik vertiefen möchten.

S 240 „Alla prossima volta“ - Italienisch mit Vorkenntnissen (A2)

Birgit Strehlitz-Runck

Montag, 08.01. – 18.03.2024, 16.30 - 18.00 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 97 € ab 5 Teilnehmer
Saal 102, BBS Annweiler

S 241 „Alla prossima volta“ - Italienisch mit Vorkenntnissen (A2)

Birgit Strehlitz-Runck

Montag, 08.04. – 08.07.2024, 16.30 - 18.00 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 106 € ab 5 Teilnehmer
Saal 102, BBS Annweiler

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.

S 243 „I più forti“ Italienisch Konversation (B2)

Birgit Strehlitz-Runck

Dienstag, 09.01. – 19.03.2024, 18.30 – 20.00 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 97 € ab 5 Teilnehmer
Saal 102, BBS Annweiler

S 244 „I più forti“ Italienisch Konversation (B2)

Birgit Strehlitz-Runck

Dienstag, 09.04. – 09.07.2024, 19.30 – 21.00 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 106 € ab 5 Teilnehmer
Saal 102, BBS Annweiler

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

S 246 „Allora, andiamo“ - Italienisch für Fortgeschrittene (B1)

Birgit Strehlitz-Runck

Mittwoch, 10.01. – 20.03.2024, 17.30 – 19.00 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 97 € ab 5 Teilnehmer
Saal 102, BBS Annweiler

S 247 „Allora, andiamo“ - Italienisch für Fortgeschrittene (B1)

Birgit Strehlitz-Runck

Mittwoch, 03.04. – 10.07.2024, 17.30 – 19.00 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 106 € ab 5 Teilnehmer
Saal 102, BBS Annweiler

S 249 Italienisch für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen (A1)

Birgit Strehlitz-Runck

Mittwoch, 10.01. – 20.03.2024, 19.15 – 20.45 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 97 € ab 5 Teilnehmer
Saal 102, BBS Annweiler

S 250 Italienisch für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen (A1)

Birgit Strehlitz-Runck

Mittwoch, 03.04. – 10.07.2024, 19.15 – 20.45 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 106 € ab 5 Teilnehmer
Saal 102, BBS Annweiler

Spanisch

Dieser Kurs will Ihnen den Einstieg in die Spanische Sprache vermitteln und richtet sich an Anfänger. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

S 253 Spanisch für Anfänger

Lucia Yong de Siebeneicher

Mittwoch, 10.01. – 20.03.2024, 17.00 - 18.30 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 111 € ab 5 Teilnehmer

S 254 Spanisch für Anfänger

Lucia Yong de Siebeneicher

Mittwoch, 03.04. – 10.07.2024, 17.00 – 18.30 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 120 € ab 5 Teilnehmer
Saal 101, BBS Annweiler

Gesundheit

Fettverbrennungstraining

Heinz Sieg, Dipl. Sportwissenschaftler

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

G 200 Montag, 15.01. – 04.03.2024, 17.00 – 18.00 Uhr
Teilnahmeentgelt 95 € ab 5 Teilnehmer, 8 Termine

G 201 Montag, 06.05. – 24.06.2024, 17.00 – 18.00 Uhr
Teilnahmeentgelt 83 € ab 5 Teilnehmer, 7 Termine
Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“, Hauptstraße 60, 76855 Annweiler

Wirbelsäulengerechtes Krafttraining an Geräten

Tim Sieg, Sport- und Fitnesstrainer

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

G 202 Mittwoch, 17.01. – 06.03.2024, 18.30 - 20.00 Uhr

G 203 Mittwoch, 08.05. – 26.06.2024, 18.30 - 20.00 Uhr
Teilnahmeentgelt 95 € ab 5 Teilnehmer, 8 Termine

Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“, Hauptstraße 60, 76855 Annweiler

Fasten für Gesunde nach Dres. Buchinger/Lütznert

IMMUNSYSTEM Stärken

Fasten heißt: - nichts essen, z. B. für eine Woche - nur trinken (Tee, Wasser, Säfte)

- leben aus körpereigenen Depots - Ausscheidung fördern

- Impuls zur Korrektur des Lebensstils Dieser Kurs umfasst:

- fachkundige Fastenleitung - Fastensuppe und Getränke

- Information zu fastenunterstützenden Maßnahmen

- nachhaltige Ernährungstipps

- Bewegung, z.B. Nordic-Walking den Fastenden angepasst

Es macht Sinn, in der Fastenwoche das Arbeitstempo zu reduzieren, Zeit für sich selbst einzuplanen. In einem Zeitraum von einer Woche treffen wir uns jeden Nachmittag (außer Mittwoch) für ca. 2 Stunden

Susanne Schweinsberg Fastenleiterin BV/FE, Nordic-Walking-Coach, Gesundheitsberaterin GGB in Ausbildung, in Zusammenarbeit mit dem „berufsverband fasten & ernährung“ - Die Profis für gesundes Leben

G 204 Freitag 01.03. - Donnerstag 08.03.2024

7 Termine, Kursgebühr 150 € ab 5 Teilnehmer

Treffen jeweils ab 16.00 Uhr (außer mittwochs),

Seminarraum, Schulstr. 9, 76857 Wernersberg

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 211 Montag, 19.02. – 03.06.2024, 18.15 - 19.45 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 143 € ab 6 Teilnehmer

G 213 Montag 19.02.- 03.06.2024, 20.00 – 21.30 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 143 € ab 6 Teilnehmer

G 215 Donnerstag, 22.02. – 06.06.2023, 18.15 – 19.45 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 143 € ab 6 Teilnehmer

G 216 Donnerstag, 22.02. – 06.06.2023, 20.00 – 21.30 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 143 € ab 6 Teilnehmer
Evangelisches Gemeindehaus, Kirchgasse 9, 76855 Annweiler

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, 08.01. – 18.03.2024, 19.30 – 21.00 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 80 € ab 6 Teilnehmer

G 220 Montag, 08.04. – 08.07.2024, 19.30 – 21.00 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 88 € ab 6 Teilnehmer
Grundschulturnhalle Ramberg, Dekan-Schill-Straße 1a, 76857 Ramberg

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 223 Mittwoch, 10.01. – 20.03.2024, 19.30 – 21.00 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 88 € ab 6 Teilnehmer

G 224 Mittwoch, 03.04. – 10.07.2024, 19.30 – 21.00 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 95 € ab 6 Teilnehmer
Grundschulturnhalle Albersweiler, Auf der Lehr 1a, 76857 Albersweiler

G 226 Nordic Walking ab 60

Nordic Walking ist eine wunderbare Möglichkeit den eigenen Körper mit Sauerstoff zu versorgen und gleichzeitig unglaublich viele Muskeln zu bewegen. Durch die Nordic Walking Stöcke fühlen wir uns gleichzeitig gestützt. Leider werden sie zumeist falsch gehandhabt und damit entstehen eher Verspannungen, als das die Vorteile genutzt werden. Wir werden in Ruhe und ohne Hochleistungsansprüche starten, niemand wird angetrieben und Pausen sind möglich.

Bitte mitbringen: Nordic Walking Stöcke und ein Getränk

Mittwoch, 27.03. – 24.04.2024, 10.00 Uhr

Teilnahmeentgelt 44 € ab 5 Teilnehmer

Treffpunkt: Werbetafel am Holzplatz, 76857 Eußerthal

Tanz mit!

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Das Tanzen mit Musik in verschiedenen Rhythmen fördert die Koordination, Beweglichkeit und den Muskelaufbau und macht vor allem viel Spaß!

Martina Donat

G 231 Dienstag, 09.01. – 19.03.2024, 18.30 - 19.30 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 100 € ab 5 Teilnehmer

G 233 Dienstag, 09.01. – 19.03.2024, 19.30 – 20.30 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 100 € ab 5 Teilnehmer

G 232 Dienstag, 09.04. – 09.07.2024, 18:30 – 19.30 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 110 € ab 5 Teilnehmer

G 234 Dienstag, 09.04. – 09.07.2024, 19.30 – 20.30 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 110 € ab 5 Teilnehmer

Gesundheitsstudie „die Wirbelsäule“, Hauptstr. 60, 76855 Annweiler

Wirbelsäulengymnastik

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.

Elisabeth Bruck-Ritter

G 246 Mittwoch, 10.01. – 20.03.2024, 18.00 – 19.00 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 59 € ab 6 Teilnehmer

G 247 Mittwoch, 03.04. – 19.07.2024, 18.00 – 19.00 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 65 € ab 6 Teilnehmer
Grundschulturnhalle Albersweiler, Auf der Lehr 1a, 76857 Albersweiler

Wirbelsäulengymnastik mit Pilates am Vormittag

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 252 Montag, 08.01. – 29.04.2023, 09.30 - 10.30 Uhr, 16 Termine

Teilnahmeentgelt 112 € ab 8 Teilnehmer,
Dorfgemeinschaftshaus Queichhambach, Queichtalstraße 39, 76855 Annweiler OT Queichhambach

AROHA® in Albersweiler

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.

Shiva Shankar, Sport- und Fitnesstrainer

G 256 Donnerstag, 11.01. – 21.03.2024, 19.00 – 20.00 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 79 € ab 5 Teilnehmer

G 257 Donnerstag, 04.04. – 11.07.2024, 19.00 – 20.00 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 85 € ab 5 Teilnehmer

Grundschulturnhalle Albersweiler, Auf der Lehr 1a, 76857 Albersweiler

Aktive Gesundheitsfürsorge nach Qi Gong

Qi Gong eignet sich für Menschen die ihre Gesundheit stabilisieren und wieder gesund werden wollen. Regelmäßige Übungen stärken die Muskeln und Knochen. Der Stoffwechsel wird unterstützt, der Geist beruhigt und das Immunsystem gestärkt. Qi Gong Bewegungen werden weich, sanft und ohne Anstrengungen ausgeführt.

Birgit Weinberger

G 264 Montag, 08.01. – 18.03.2024, 18.00 – 19.00 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 100 € ab 5 Teilnehmer

G 265 Montag, 08.04. – 08.07.2023, 18.00 – 19.00 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 110 € ab 5 Teilnehmer

DRK Haus, Südring 52, 76855 Annweiler

Qi Gong am Dienstag

Birgit Weinberger

G 266 Dienstag, 09.01. – 19.03.2024, 18.00 – 19.00 Uhr, 11 Termine

Teilnahmeentgelt 100 € ab 5 Teilnehmer

G 267 Dienstag, 08.04. – 08.07.2024, 18.00 – 19.00 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 110 € ab 5 Teilnehmer

DRK Haus, Südring 52, 76855 Annweiler

Musikalische Bewegungstherapie

Der Kurs, mit dem die Tanz-Fitness-Revolution begann und für immer das Training verändert hat. Er macht Spaß, ist effektiv und das Beste daran? Er ist für Jeden geeignet! Ein komplettes Workout, dass Elemente aus dem Aerobic, Fitness-, Cardio- und Muskelaufbautraining sowie Übungen für Balance und Flexibilität kombiniert. Verschieden Rhythmen und Grundschritte der Tänze wie Salsa, Reggae, Merengue, Chacha wird jede/r schnell erlernen und Spaß haben. Jedes Mal, wenn Du aus dem Kurs kommst, sprühst so vor Energie und fühlst Dich einfach großartig! Ob 50 Jahre jung oder mehr oder weniger, komm vorbei und mach mit! Ein Einstieg ist jede Zeit möglich, jede/r ist herzlich willkommen, keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: feste Sportschuhe, bequeme Kleidung, Getränk.

Johanna Winkler, Fitnesstrainerin, Bewegungs- u. Entspannungskursleiterin, Tanzpädagogin, Resilienz- und Yogatrainerin, Klangenergetikerin

G 284 Dienstag, 16.01. – 19.03.2024, 19.15 – 20.00 Uhr, 10 Termine

Teilnahmeentgelt 50 € ab 5 Teilnehmer

G 285 Dienstag, 09.04. – 09.07.2024, 19.15 – 20.00 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 60 € ab 5 Teilnehmer

Grundschulturnhalle Eußerthal, Schulstr. 2, 76857 Eußerthal

Bewegungszirkel Functional Training in Ramberg

Kraft, Cardio, Ausdauer, Beweglichkeit...Bei uns geht Alles und das mit einem Lächeln, Spaß und Musik. Alle Übungen wirken ganzheitlich, nachhaltig und auf den gesamten Bewegungsapparat. Du lernst die Grundlagen der Rückenschule, Gefäßgymnastik, Entspannung in der Bewegung. Eine Sportstunde für jede Frau, jeden Mann, kein Leistungssport, abwechslungsreich, jede Stunde bringt Neues bei. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Jeder ist herzlich willkommen. Bitte mitbringen - Sportschuhe, bequeme Kleidung, Getränk.

Johanna Winkler, Fitnesstrainerin, Bewegungs- u. Entspannungskursleiterin, Tanzpädagogin, Resilienz- und Yogatrainerin, Klangenergetikerin

G 286 Mittwoch, 17.01. – 20.03.2024, 18.15 – 19.00 Uhr, 10 Termine

Teilnahmeentgelt 44 € ab 5 Teilnehmer

G 287 Mittwoch, 03.04. – 10.07.2024, 18.15 – 19.00 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 53 € ab 5 Teilnehmer

Grundschulturnhalle Ramberg, Dekan-Schill-Str. 1a, 76857 Ramberg

Functionaltraining in Eußerthal

Kraft, Cardio, Ausdauer, Beweglichkeit...Bei uns geht Alles und das mit einem Lächeln, Spaß und Musik. Alle Übungen wirken ganzheitlich, nachhaltig und auf den gesamten Bewegungsapparat. Du lernst die Grundlagen der Rückenschule, Gefäßgymnastik, Entspannung in der Bewegung. Eine Sportstunde für jede Frau, jeden Mann, kein Leistungssport, abwechslungsreich, jede Stunde bringt Neues bei. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Jeder ist herzlich willkommen. Bitte mitbringen - Sportschuhe, bequeme Kleidung, Getränk.

Johanna Winkler, Fitnesstrainerin, Bewegungs- u. Entspannungskursleiterin, Tanzpädagogin, Resilienz- und Yogatrainerin, Klangenergetikerin

G 282 Dienstag, 16.01. – 19.03.2024, 18.15 – 19.00 Uhr, 10 Termine

Teilnahmeentgelt 50 € ab 5 Teilnehmer

G 283 Dienstag, 08.04. – 09.07.2024, 18.15 – 19.00 Uhr, 12 Termine

Teilnehmerentgelt 60 € ab 5 Teilnehmer

Grundschulturnhalle Eußerthal, Schulstr. 2, 76857 Eußerthal

Yoga für körperlich wenig Flexible in Ramberg

Yoga ohne auf dem Kopf stehen zu müssen? Ja! Genau für mich und für Dich. Yoga auf dem Stuhl, am Stuhl, nicht unter dem Boden. Sanfte Bewegungen, entspannter Aufbau der Tiefenmuskulatur, Dehnung und Entspannung - das tut

der Seele und dem Körper gut. Für jede Frau, für jeden Mann, für jedes Alter - nimm Dir Zeit für eine Auszeit. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Ein Einstieg ist jederzeit möglich, jede/r ist herzlich willkommen.

Johanna Winkler, Fitnesstrainerin, Bewegungs- u. Entspannungskursleiterin, Tanzpädagogin, Resilienz- und Yogatrainerin, Klangenergetikerin

G 288 Mittwoch, 17.01. – 20.03.2024, 19.15 – 20.00 Uhr, 10 Termine

Teilnahmeentgelt 44 € ab 5 Teilnehmer

G 277 Mittwoch, 03.04. – 10.07.2024, 19.15 – 20.00 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt 53 € ab 5 Teilnehmer

Grundschulturnhalle Ramberg, Dekan-Schill-Str. 1a, 76857 Ramberg

Aqua-Jogging – schwereloses Ausdauertraining

Verschiedene Lauftechniken und Ausdauermethoden bringen Abwechslung und Spaß in das Lauftraining. Der Kurs findet im Tiefwasser statt. Aqua-Gürtel oder Aqua-Nudel bitte zum Kurs mitbringen. Schwimmfähigkeit wird vorausgesetzt.

Barbara Piechottka, Sporttherapeutin

G 280 Mittwoch, 19.06. – 21.08.2024, 9.00 – 9.45 Uhr, 10 Termine

Teilnahmeentgelt 46 € ab 8 Teilnehmer (Eintrittspreis nicht enthalten)

Trifelsbad, Zweibrückerstr. 47, 76855 Annweiler a. Tr., Wir treffen uns am Schwimmerbecken. Ein Schnuppertermin ist möglich.

Aqua-Aerobic – mit guter Laune in den Tag starten

Ein gelenkschonendes Ganzkörpertraining, das nicht nur die Muskulatur kräftigt, sondern gleichzeitig die Ausdauer

verbessert. Schwimmfähigkeit wird vorausgesetzt.

Barbara Piechottka, Sporttherapeutin

G 281 Mittwoch, 19.06. – 21.08.2024, 9.45- 10.30 Uhr, 10 Termine

Teilnahmeentgelt 46 € ab 8 Teilnehmer (Eintrittspreis nicht erhalten)

Trifelsbad, Zweibrückerstr. 47, 76855 Annweiler a. Tr.

Wir treffen uns am Nicht-Schwimmerbecken. Ein Schnuppertermin ist möglich.

Musik

Gitarre: Einzelunterricht

Michael Becker

Neben den Gruppenkursen wird Gitarrenunterricht auch als Einzelunterricht angeboten.

Freie Termine und weitere Informationen: vhs Annweiler, Telefon: 06346-301-218.

E-Gitarre: Einzelunterricht

Michael Becker

E-Gitarrenkurse werden ausschließlich als Einzelunterricht angeboten. Freie Termine und weitere Informationen: vhs Annweiler; Telefon: 06346-301-218.

Anfängerkurs: Lagerfeuer gitarre spielen lernen (Gruppenkurs)

Hier werden einfache Akkorde, Schlagmuster und auch ein erstes Zupfmuster für die Liedbegleitung eingeführt. Alle Lerninhalte finden ohne lange Umwege praktische Anwendung beim Spielen von bekannten und beliebten Liedern. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich

Michael Becker

M 210 Dienstag, 09.01. – 19.03.2024, 18.40 – 19.40 Uhr,

11 Termine

M 211 Dienstag, 09.04. – 09.07.2024, 18.40 – 19.40 Uhr,

12 Termine

Teilnahmeentgelt nach Teilnehmerzahl

Lagerfeuer gitarre für leicht Fortgeschrittene (Gruppenkurs) Dieses Kursangebot baut auf den Grundlagen aus dem Anfängerkurs auf. Es werden weitere Akkorde, Schlag- und Zupfmuster für die Liedbegleitung gelernt. Quereinsteiger sind herzlich willkommen und werden hiermit ausdrücklich eingeladen, völlig unverbindlich einfach mal vorbeizukommen und mitzuspielen.

Michael Becker

M 222 Mittwoch, 10.01. – 20.03.2024, 19.25 – 20.25 Uhr, 11 Termine

M 223 Mittwoch, 03.04. – 10.07.2023, 19.25 – 20.25 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt nach Teilnehmerzahl

Bitte um Beachtung:

In den Schulferien finden keine Kurse statt. Ausnahmen nach Absprache möglich.



Anmeldungen nehmen wir gerne entgegen:

Im Internet unter der Adresse: www.vhs-annweiler.de, per Email an

vhs@annweiler.rlp.de

oder telefonisch: Silke Fath 06346/301-218

Geschäftszeiten:

Mo-Do 9:00 – 12:00 Uhr, Mo

13:30-17:30 Uhr, Do 13:30-16:00 Uhr

Freitags geschlossen

TGT informiert

Gossersweiler-Stein. Der Turnverein TGT Gossersweiler-Stein e.V. lädt alle Mitglieder am Freitag den 1. März, um 18 Uhr, zur diesjährigen Generalversammlung mit Neuwahlen in den Hauensteiner Hof in Hauenstein ein.

Auf der Tagesordnung stehen Begrüßung durch den Vorsitzenden, der Jahresbericht, die Berichte der Kassenprüfer, Entlastung der Vorstandschaft, Neuwahlen nach Satzung, Vorschau 2024 sowie verschiedenes, Wünsche und Anträge. |red

SVV-Schlachtfest

Völkersweiler. Der SV Völkersweiler lädt ein zum Schlachtfest im Sportheim. Am 13. Februar, dem Faschingsdienstag, heißt es wieder Essen fassen, denn es gibt Kesselfleisch ab 12 Uhr mittags und es gibt natürlich auch Bratwurst mit Sauerkraut und Frisches Mett.

Jeder ist willkommen, ob Jung oder Alt, ob Groß oder Klein, also kommt vorbei! |red

St. Florian informiert

Albersweiler. Die diesjährige Mitgliederversammlung des Feuerwehrverein St. Florian Albersweiler 1990 e.V. mit Neuwahlen findet am 23. Februar um 20 Uhr in der Kanskircherstraße im Feuerwehrgerätehaus statt. |red

Spende des Landkreises

1000 Euro für das Jugendrotkreuz in Annweiler



Landrat Dietmar Seefeldt mit der Jugendleiterin des DRK Ortsvereins Annweiler am Trifels, Anna Mathes, ihrer Stellvertreterin Julia Schubert und Christian Burkhardt, Vorsitzender des DRK Ortsvereins Annweiler (von links).

FOTO: KV

Annweiler. Die Freude war groß, als den DRK Ortsverein Annweiler am Trifels eine Spende des Landkreises Südliche Weinstraße in Höhe von 1000 Euro aus Mitteln der Stiftung der Sparkasse Südpfalz erreichte.

Das berichtete Christian Burkhardt, Vorsitzender des DRK Ortsvereins Annweiler am Trifels beim

Besuch im Kreishaus in Landau. Mit dabei waren die DRK-Jugendleiterin Anna Mathes und ihre Stellvertreterin Julia Schubert.

Landrat Dietmar Seefeldt bedankte sich bei den beiden für ihren Einsatz beim Jugendrotkreuz: „Sie helfen durch Ihre Tätigkeit nicht nur dabei, Jugendliche zu animieren, im Notfall für andere

Menschen da zu sein, sondern sind auch im Schulsanitätsdienst sehr aktiv. Dafür vielen Dank und weiterhin gutes Gelingen.“

Anna Mathes und Julia Schubert berichteten, dass die 1000 Euro unter anderem für eine Erstausstattung an Spielen sowie für Bastelmaterialien ausgegeben wurden. |kv

Kinderfasching

Eußerthal. Die Ortsgemeinde lädt ein zum Kinderfasching: am Rosenmontag, dem 12. Februar um 14.33 Uhr startet im Gemeindehaus in Eußerthal die diesjährige Kinderfaschingsfeier, mit viel Musik, Tanz- und Bewegungsspielen. Eingeladen sind Kinder aller Altersgruppen, natürlich verkleidet. Auch viel Süßes wird zu haben sein. Kommt alle! verkleidet! |red

Heringessen

SÜW. Hiermit lädt die CDU Senioren Union im Kreisverband SÜW zum Heringessen am Donnerstag, 15. Februar, ab 11.30 Uhr ins Dorfgemeinschaftshaus Waldhambach ein. Mit einem gemeinsamen Mittagessen wird begonnen und bei Kaffee und Kuchen der Nachmittag verbracht.

Angeboten werden Heringssfilet in Sahnesauce, Weißer Käse, Pellkartoffel oder Bratkartoffel. Anschließend Kaffee und Kuchen. Um dies organisieren zu können, wird um Ihre Anmeldung bei Herbert Schulz, Telefon 06345 / 1417 gebeten. Bitte bei der Anmeldung den Essenswunsch angeben. Für das Mittagessen sowie das anschließende Kaffeetrinken wird ein Unkostenbeitrag von 20 Euro pro Person erhoben. Für Kuchenspenden wären die Veranstalter sehr dankbar. Bitte bei der Anmeldung einfach angeben. |red