



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



Amtsblatt des Landkreises Südliche Weinstraße Nr. 13 vom 20.02.2024

Öffentliche Bekanntmachung

des Verbandes Region Rhein-Neckar über die Offenlage zur Fortschreibung des Teilregionalplans Windenergie zum Einheitlichen Regionalplan Rhein-Neckar

Hier: Öffentliche Auslegung zur Beteiligung der Behörden und sonstigen Träger öffentlicher Belange sowie Personen des Privatrechts gemäß § 9 Abs. 2 ROG i.V.m. § 6 Abs. 3, 4 und § 10 Abs. 1 LPlG Rheinland-Pfalz

- Bekanntmachung vom 20.02.2024 -

Die Verbandsversammlung des Verbandes Region Rhein-Neckar hat in ihrer Sitzung am 15. Dezember 2023 die Durchführung des Beteiligungsverfahrens und der Offenlage zur Fortschreibung des Teilregionalplans Windenergie zum Einheitlichen Regionalplan Rhein-Neckar beschlossen.

Nach § 9 Abs. 2 Raumordnungsgesetz i.V.m. § 6 Abs. 4 Landesplanungsgesetz Rheinland-Pfalz (über Verweis aus Art. 5 Abs. 1 Satz 1 des Staatsvertrages zwischen den Ländern Baden-Württemberg, Hessen und Rheinland-Pfalz über die Zusammenarbeit bei der Raumordnung und Weiterentwicklung im Rhein-Neckar-Gebiet) ist der Planentwurf mit Begründung und Umweltbericht öffentlich auszulegen.

Die Planunterlagen werden vom **5. März 2024 bis einschließlich 29. April 2024** an folgenden Stellen ausgelegt und können dort während der genannten Zeiten eingesehen werden:

- Kreisverwaltung Südliche Weinstraße, Untere Landesplanungsbehörde, Zimmer 306, An der Kreuzmühle 2, 76829 Landau, Montag, 8.30 Uhr - 12.00 Uhr*; Dienstag 8.30 Uhr - 12.00 Uhr und von 14.00 Uhr - 16.00 Uhr*; Mittwoch 8.30 Uhr - 12.00 Uhr*; Donnerstag, 8.30 Uhr - 12.00 Uhr* und von 14.00 Uhr - 17.30 Uhr*; Freitag, 8.30 Uhr - 12.00 Uhr*
Bitte beachten Sie, dass derzeit eine Terminvereinbarung zwingend erforderlich ist.

- Verband Region Rhein-Neckar, M 1, 4-5, 68161 Mannheim, EG/Empfangsbereich, Mo - Do 8:30-16:00 Uhr; Fr 8:30-13:00 Uhr.

Gleichzeitig werden die Unterlagen im Internet unter www.m-r-n.com/windenergie digital zur Einsichtnahme bereitgestellt.

Anregungen zum Planentwurf können bis zu zwei Wochen nach Ablauf der Auslegungsfrist beim Verband Region Rhein-

Neckar wie folgt vorgebracht werden:

- schriftlich an: Verband Region Rhein-Neckar, M 1, 4-5, 68161 Mannheim oder
- elektronisch an: Windenergie.Beteiligung@vrn.de
- ergänzend werden die Planunterlagen auch über eine Online-Beteiligungsplattform des Verbandes Region Rhein-Neckar unter <https://beteiligung-regionalplan.de/vrrn> windenergie bereitgestellt, auf der Anregungen unmittelbar digital abgegeben werden können.

Rechtsansprüche werden durch die Beteiligung der Öffentlichkeit nicht begründet.

Datenschutzhinweis:

Die im Verfahren zur Fortschreibung des Teilregionalplans Windenergie zum Einheitlichen Regionalplan Rhein-Neckar angegebenen personenbezogenen Daten werden zur Erfüllung einer öffentlichen Aufgabe im Sinne des Art. 6 Abs. 1 Satz 1 lit. e) der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) i. V. m. Art. 3 Abs. 2 Staatsvertrag Rhein-Neckar unter Beachtung der datenschutzrechtlichen Bestimmungen der DSGVO sowie des Bundesdatenschutzgesetzes und des Landesdatenschutzgesetzes Baden-Württemberg erhoben und verarbeitet. Nähere Informationen hierzu und zu den Rechten nach Art. 15 ff DSGVO finden Sie in den Datenschutzhinweisen des Verbandes Region Rhein-Neckar unter www.m-r-n.com/regionalplanaenderung-datenschutz.
Verband Region Rhein-Neckar
Mannheim, 26.02.2024
gez. Stefan Dallinger, Verbandsvorsitzender

Öffentliche Bekanntmachung

des Verbandes Region Rhein-Neckar über die Offenlage zur Aufstellung des Teilregionalplans Freiflächen-Photovoltaik zum Einheitlichen Regionalplan Rhein-Neckar

Hier: Öffentliche Auslegung zur Beteiligung der Behörden und sonstigen Träger öffentlicher Belange sowie Personen des Privatrechts gemäß § 9 Abs. 2 ROG i.V.m. § 6 Abs. 3, 4 und § 10 Abs. 1 LPlG Rheinland-Pfalz

- Bekanntmachung vom 20.02.2024 -

Die Verbandsversammlung des Verbandes Region Rhein-Neckar hat in ihrer Sitzung am 15. Dezember 2023 die Durchführung des Beteiligungsverfahrens und der Offenlage zum Teilregionalplan Freiflächen-Photovoltaik zum Einheitlichen Regionalplan Rhein-Neckar beschlossen.

Nach § 9 Abs. 2 Raumordnungsgesetz i.V.m. § 6 Abs. 4 Landesplanungsgesetz Rheinland-Pfalz (über Verweis aus Art. 5 Abs. 1 Satz 1 des Staatsvertrages zwischen den Ländern Baden-Württemberg, Hessen und Rheinland-Pfalz über die Zusammenarbeit bei der Raumordnung und Weiterentwicklung im

Rhein-Neckar-Gebiet) ist der Planentwurf mit Begründung und Umweltbericht öffentlich auszulegen.

Die Planunterlagen werden vom **5. März 2024 bis einschließlich 29. April 2024** an folgenden Stellen ausgelegt und können dort während der genannten Zeiten eingesehen werden:

- Kreisverwaltung Südliche Weinstraße, Untere Landesplanungsbehörde, Zimmer 306, An der Kreuzmühle 2, 76829 Landau, Montag, 8.30 Uhr - 12.00 Uhr*; Dienstag 8.30 Uhr - 12.00 Uhr und von 14.00 Uhr - 16.00 Uhr*; Mittwoch 8.30 Uhr - 12.00 Uhr*; Donnerstag, 8.30 Uhr - 12.00 Uhr* und von 14.00 Uhr - 17.30 Uhr*; Freitag, 8.30 Uhr - 12.00 Uhr*
Bitte beachten Sie, dass derzeit eine Terminvereinbarung zwingend erforderlich ist.

- Verband Region Rhein-Neckar, M 1, 4-5, 68161 Mannheim, EG/Empfangsbereich, Mo - Do 8:30-16:00 Uhr; Fr 8:30-13:00 Uhr.

Gleichzeitig werden die Unterlagen im Internet unter www.m-r-n.com/photovoltaik digital zur Einsichtnahme bereitgestellt.

Anregungen zum Planentwurf können bis zu zwei Wochen nach Ablauf der Auslegungsfrist beim Verband Region Rhein-Neckar wie folgt vorgebracht werden:

- schriftlich an: Verband Region Rhein-Neckar, M 1, 4-5, 68161 Mannheim oder

- elektronisch an: Photovoltaik.Beteiligung@vrn.de

- ergänzend werden die Planunterlagen auch über eine Online-Beteiligungsplattform des Verbandes Region Rhein-Neckar unter <https://beteiligung-regionalplan.de/vrrn-photovoltaik> bereitgestellt, auf der Anregungen unmittelbar digital abgegeben werden können.

Rechtsansprüche werden durch die Beteiligung der Öffentlichkeit nicht begründet.

Datenschutzhinweis:

Die im Verfahren zum Teilregionalplan Freiflächen-Photovoltaik zum Einheitlichen Regionalplan Rhein-Neckar angegebenen personenbezogenen Daten werden zur Erfüllung einer öffentlichen Aufgabe im Sinne des Art. 6 Abs. 1 Satz 1 lit. e) der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) i. V. m. Art. 3 Abs. 2 Staatsvertrag Rhein-Neckar unter Beachtung der datenschutzrechtlichen Bestimmungen der DSGVO sowie des Bundesdatenschutzgesetzes und des Landesdatenschutzgesetzes Baden-Württemberg erhoben und verarbeitet. Nähere Informationen hierzu und zu den Rechten nach Art. 15 ff DSGVO finden Sie in den Datenschutzhinweisen des Verbandes Region Rhein-Neckar unter

www.m-r-n.com/regionalplanaenderung-datenschutz.
Verband Region Rhein-Neckar
Mannheim, 26.02.2024
gez. Stefan Dallinger, Verbandsvorsitzender

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 Burkhart (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 Würth; Sueue-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 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

Proprium 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 Biotoypen 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 verwertet werden kann und wie lecker Giersch schmecken kann.

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

Gabriele Schneck, Massage-Therapeutin, Wellnesstrainerin, Gesundheitscoach

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

Gabriele Schneck, Massage-Therapeutin, Wellnesstrainerin, Gesundheitscoach

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 unerschätzbaren 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

Gabriele Schneck, Massage-Therapeutin, Wellnesstrainerin, Gesundheitscoach

Freitag, 14.06.2024, 17.00 – 19.00 Uhr

Teilnahmeentgelt 12 € ab 5 Teilnehmer

Treffpunkt: Haingeraidestr. 12, 76857 Eußerthal

Haushalt

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

Anja Mohra

Mittwoch, 20.03.2024

Mittwoch, 20.03.2024, 18.00 – 19.30 Uhr

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

Treffpunkt: BBS Annweiler, Herrrenteich 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

Anja Mohra

Mittwoch, 20.03.2024

Mittwoch, 15.05.2024, 18.00 – 21.00 Uhr

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

Treffpunkt: BBS Annweiler, Herrrenteich 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, Massage-Therapeutin, Wellnesstrainerin, Gesundheitscoach

Donnerstag, 28.03.2024, 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, Massage-Therapeutin, Wellnesstrainerin, Gesundheitscoach

Montag, 04.03.2024, 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
Gabriele Schneck, Massage-Therapeutin, Wellnesstrainerin, Gesundheitscoach

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 Sprechen 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 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 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

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 Kommunikation 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 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

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

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 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 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 Rumpfstütz- und Rumpfmuskulatur 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

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

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 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
Gabriele Schneck, Massage-Therapeutin, Wellnesstrainerin, Gesundheitscoach

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 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 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 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 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 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 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 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 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 Piechotka, 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 Piechotka, 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: Lagerfeuergitarre 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 211 Dienstag, 09.04. – 09.07.2024, 18.40 – 19.40 Uhr, 12 Termine

Teilnahmeentgelt nach Teilnehmerzahl

Lagerfeuergitarre 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 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

Öffnungszeiten Burg Trifels

Besuchsmöglichkeit auch 2024 an sechs Wochentagen

Annweiler. Die Burg Trifels in Annweiler am Trifels wird auch in der Hauptsaison 2024 an sechs Wochentagen für Besucherinnen und Besucher geöffnet sein. Das haben das Innenministerium und die Generaldirektion Kulturelles Erbe Rheinland-Pfalz (GDKE), die die Burg betreibt, mitgeteilt. Demnach wird die Burg in der von Mitte März bis Ende Oktober dauernden Hauptsaison ebenso wie im Vorjahr von Dienstag bis Sonntag sowie an Feiertagen öffnen. Für gebuchte Gruppen bleibt die Burg auch außerhalb der regulären Öffnungstage zugänglich.

Zur Sicherstellung von sechs Öffnungstagen pro Woche hat die GDKE derzeit die Stelle eines Liegenschaftsmitarbeiters auf Burg Trifels ausgeschrieben, die zum 1. Juni 2024 besetzt werden soll. Ab dem 15. März wird zudem der durch die GDKE beauftragte Wachdienst zusätzliche Mitarbeiter für Burg Trifels zur Verfügung stellen.

„Mein Dank gilt den Angestellten unserer Liegenschaften, die Tag für Tag den Betrieb von Wahrzeichen wie der Burg Trifels sicherstellen. Dafür verkaufen sie nicht nur Eintrittskarten und betreuen die Besuchenden, sondern kümmern sich auch um die



Burg Trifels über Annweiler

FOTO: GDKE

Sicherheit und die Pflege der Liegenschaft. Das ist eine vielfältige und spannende aber auch verantwortungsvolle Aufgabe“, betonte Staatssekretärin Schneider.

„Nachdem im vergangenen Jahr absehbar war, dass die Burg durch eine anstehende Pensio-

nierung und einen krankheitsbedingten Ausfall auf eine angespannte Personalsituation zu steuert, konnten wir unseren Partnern zunächst nur vier Öffnungstage in der Hauptsaison 2024 garantieren. Alles andere wäre zu diesem Zeitpunkt unredlich gewesen. Die Öffnungszeiten

zu kürzen war jedoch nie unser Wunsch. Deshalb bin ich froh, dass wir die Situation so zufriedenstellend auflösen konnten und die Burg auch künftig fast die gesamte Woche über für die Öffentlichkeit zugänglich bleiben wird“, so die Generaldirektorin der GDKE, Dr. Heike Otto. |red

Versammlung

Gräfenhausen. Die Straußjugend Gräfenhausen e.V. lädt am Sonntag, 16. März, um 19 Uhr, ins Gemeindehaus Gräfenhausen zur Mitgliederversammlung ein.

Auf der Tagesordnung stehen Eröffnung und Begrüßung; Feststellung der satzungsgemäßen Einberufung der Versammlung; Bericht des 1. Vorsitzenden; Bericht des Rechners; Aussprache zu den Berichten; Entlastung der Vorstandschaft; Wünsche und Anträge.

Anträge sind bis spätestens zum 14. März schriftlich beim Vorstand einzureichen.

Die Tagesordnung kann zu Beginn der Versammlung geändert oder ergänzt werden.

Die Einberufung der Mitgliederversammlung ergeht auf diesem Weg satzungsgemäß (§ 10).

Die Mitgliederversammlung ist ohne Rücksicht auf die Zahl der anwesenden stimmberechtigten Mitglieder beschlussfähig. |red

SPD Stammtisch

Albersweiler. Die SPD-Seniorengruppe Albersweiler lädt alle Seniorinnen und Senioren zu ihrem Stammtisch am Montag, 4. März, in der neuen Pizzeria Romana, Kanskircher Str. 24 (Löwensteinhalle), ab 17 Uhr herzlich ein. Alle interessierten Menschen, auch Gäste, sind willkommen. |red