

VHS Oberes Wiesental, Außenstelle Zell

Anmeldungen und Informationen unter

Tel.Nr. 07625/133-150 oder 140, Email: vhs@stadt-zell.de

Weitere aktuelle Informationen auf der Homepage der Stadt Zell

www.zell-wiesental.de / Stadt Zell im Wiesental / Erwachsenenbildung



Über Anmeldungen freuen wir uns sehr!

1.04.506 Ticketkauf leichtgemacht

Die Bahn hat seit September 2010 die neuen Fahrkartenautomaten in Betrieb. Um die Benutzung zu vereinfachen möchten wir Ihnen gerne die ersten Schritte am Automaten zeigen.

- wie er funktioniert, wie Sie eine Fahrkarte kaufen können
- wie Sie am Automaten bezahlen, wie Sie Verbindungen suchen
- wie Sie eine Hin- und Rückfahrt kaufen können
- und außerdem erklären wir weitere Schritte
- für eilige und Vielfahrer, Tipps für Bahncard – Inhaber
- Gutscheine einlösen

Kostenlose Informationstage unter der Leitung von Karl Argast.

Zusatzangebot für Spezielle Reiseplanungen mit Fahrkartenauskunft. Termin können telefonisch unter der Tel.-Nr.: 07625/91890 von 09.00 Uhr bis 09.30 Uhr vereinbart werden!

- | | |
|-------------------------------------|---------------------------------|
| 1. Dienstag, den 22. September 2020 | 7. Dienstag, den 23. März 2021 |
| 2. Dienstag, den 20. Oktober 2020 | 8. Dienstag, den 20. April 2021 |
| 3. Dienstag, den 24. November 2020 | 9. Dienstag, den 25. Mai 2021 |
| 4. Dienstag, den 22. Dezember 2020 | 10. Dienstag, den 22. Juni 2021 |
| 5. Dienstag, den 19. Januar 2021 | 11. Dienstag, den 27. Juli 2021 |
| 6. Dienstag, den 23. Februar 2021 | |

Kursort: Bahnhof Zell i.W. von 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr

1.09.016 Georgien und Armenien – Europas erste Christen

1. Termin: 26.05. – 07.06.2021
2. Termin: 10.06. – 22.06.2021

Eine 12-tägige Flugreise ab Basel nach Tiflis und zurück. Busreise zu den wichtigsten Sehenswürdigkeiten der beiden Länder im Kaukasus.

Sie gelten als Geheimtipp wegen der landschaftlichen, ethnischen und kulturellen Vielfalt.

Leistungen: Flüge mit Türkisch Airline, Halbpension in guten Mittelklassehotels, Busrundreise mit deutschsprechenden, qualifizierten Führern, Eintrittsgelder, Insolvenzabsicherung.

Ein genaues Reiseprogramm mit Preisgestaltung erhalten Sie von Herrn Franz Hoch, Tel. 07622/6713166, Hoch-Zell@t-online.de

1.09.116 London mit der Grafschaft Kent

Termin: 14.09. – 19.09.2021

Eine 7-tägige Flugreise ab Basel nach London. Stadtbesichtigungen in London, Ausflüge mit dem Bus in den Süden Londons: Rochester, Canterbury, Dover, Eastbrune, Brighton usw.

Ein genaues Reiseprogramm mit Preisgestaltung erhalten Sie von Herrn Franz Hoch, Tel. 07622/6713166, Hoch-Zell@t-online.de

SCHREINEREI RÜMMELE ZELL
Innenausbau - Objekteinrichtung - Fertigbauteile



**Ihr Partner
für den Innenausbau**

Türen -
Decken und
Wandverkleidungen
Fertigparkett, Haustüren
Einbaumöbel, Ladeneinrichtungen

BESUCHEN SIE UNSEREN MUSTERRAUM

79669 Zell im Wiesental - Gartenstraße 28
Tel. 0 76 25 / 76 53 - 0 76 25 / 1054

Klempnerei

Lüftung



● Bau-Blechnerei

● Lüftungsbau

● Absauganlagen

● Wartung u. Reparatur

● Verkleidungsbleche

Konrad Berger, Adelsberg 6

79669 Zell i.W. Tel. 07625/924160 Fax 924161

1.09.206 Zypern – Insel der Götter

Termin: 06.10. – 13.10.2020

Eine 8-tägige Flugreise ab Basel nach Larnaka. Aufenthalt in einem schönen Strandhotel. von dort aus Ausflüge zu den interessanten antiken Sehenswürdigkeiten der Insel in Nicosia, Paphos, dem Trodosgebirge mit den byzantinischen Klöstern. Falls politisch möglich Busfahrt in den türkischen Teil der Insel nach Kyrene, Salamis und Famagusta. Badeverlängerung möglich.

Ein genaues Reiseprogramm mit Preisgestaltung erhalten Sie von Herrn Franz Hoch, Tel. 07622/6713166, Hoch-Zell@t-online.de

Tanzen entspannt lernen und dabei Freude haben

Tanz-Werkstatt für Paare und Singles

2.05.146 Teil 1:

6x dienstags, ab dem 22.09.2020 von 17.30 Uhr bis 19.00 Uhr im Gymnastikraum der Mensa

2.05.156 Teil 2:

6x dienstags, ab dem 10.11.2020 von 17.30 Uhr bis 19.00Uhr im Gymnastikraum der Mensa

Dozent: Richard Szutenberg Gebühr: jeweils 60,00€ Teilnehmer: mind. 6TN

Tanz-Werkstatt für Paare und Singles. Bei Tanzmusik aus den aktuellen Chart-Listen und kreativer Lernmethodik werden Tanzschritte für jeden Anlass vermittelt.

Sie werden beim Tanzen Freude finden, egal ob bei einer privaten Party, Strand-Disco, Betriebsfeier, Hochzeit oder einem Abend zu zweit. Wir lernen mit viel Spaß bei herzlicher Atmosphäre.

Im Programm, neben diversen Standard und Latino-Tänzen - BACHATA! Ein Tanz der jetzt die Tanzflächen erobert. Choreografien sind einfach zu erlernen und sie bringen dem Paar viel Freude. Lassen Sie sich von der Sinnlichkeit der Musik und Bewegung verzaubern.

Einen besonderen Gruß an die Männer. Ich werde persönlich dafür sorgen, dass jeder von Euch eine gute Figur auf der Tanzfläche machen wird und den Erfolg bei den Tanz-Damen genießen kann.

Mein Wort!

Tanz „After Work“ für Genießer

Den Abend mit Bewegung, Entspannung und Musik abschließen.

2.05.166 Teil 1:

6x dienstags, ab dem 22.09.2020 von 19.30 Uhr bis 21.00Uhr im Gymnastikraum der Mensa

2.05.176 Teil 2:

6x dienstags, ab dem 10.11.2020 von 19.30 Uhr bis 21.00Uhr im Gymnastikraum der Mensa

Dozent: Richard Szutenberg Gebühr: jeweils 60,00€ Teilnehmer: mind. 6TN

Tanzkurse der besonderen Art, wo das Lernen mit gefühlvollen Führen, im Einklang zu dem Takt und der Melodie verbunden wird. Ein schönes Erlebnis für alle Paare, die beim Tanzen eine Harmonie zwischen Bewegung und Musik finden möchten.

Stellen Sie sich vor ... den Abend mit Bewegung, Entspannung und Musik abzuschließen.

Auch in dem Programm ist der angesagte Tanz „BACHATA“ vorgesehen! Ein Tanz der jetzt die Tanzfläche erobert. Choreografien sind einfach zu erlernen und sie bringen dem Paar viel Freude.

Einen besonderen Gruß an die Männer. Ich werde persönlich dafür sorgen, dass jeder von Euch eine gute Figur auf der Tanzfläche machen wird und den Erfolg bei den Tanz-Damen genießen kann.

Mein Wort!

3.01.226 Hatha Yoga

19x donnerstags, ab dem 01.10.2020 von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr im Gymnastikraum der Mensa

Dozentin: Ramona Gäppler Gebühr: 114,00€ Teilnehmer: mind. 10 TN

3.01.236 Hatha Yoga

19x donnerstags, ab dem 01.10.2020 von 19:45 Uhr bis 21:15 Uhr im Gymnastikraum der Mensa
Dozentin: Ramona Gäpler Gebühr: 114,00€ Teilnehmer: mind. 10 TN

3.01.506 Meditationskurs

5x freitags, ab dem 06.11.2020 von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr im städtischen Kindergarten Zell i.W.
Dozentin: Anette Lämmle Gebühr: 54,00€ Teilnehmerzahl: mind. 8 TN, max. 12 TN

In diesem Meditationskurs lernen Sie verschiedene Meditationsformen kennen.

Sie können erfahren welche Meditationsform am besten zu Ihnen passt und wie Sie Möglichkeiten finden, Meditation in Ihrem Alltag zu integrieren.

Mit unterschiedlichen Übungen lernen Sie Ihre Selbstwahrnehmung zu schärfen und Ihr Gedankenkarusell abzustellen um ins Hier und Jetzt zu kommen. Verschiedene Atemtechniken helfen dabei achtsam im gegenwärtigen Moment zu verweilen und dabei immer wieder zurückzukehren.

Es erwarten Sie interessante Erkenntnisse und angenehme Entspannung.

Die positive gesundheitliche Wirkung von Meditation lässt sich mittlerweile medizinisch nachweisen. Meditation trainiert unser Gehirn zum Innehalten. Übt man in ruhigen Momenten das gezielt Abschalten, kann sich die Zentrale im Kopf regenerieren. Auch in turbulenten hektischer werdenden Alltag besser bewältigen zu können.

Bitte mitbringen: Isomatte, Decke, warme Strümpfe, Kissen
Falls vorhanden: Meditationskissen oder Meditationshocker.

3.02.306 Fitness & Wirbelsäulengymnastik

15x montags, ab dem 28.09.2020 von 18.00 Uhr bis 18.45 Uhr im städtischen Kindergarten Zell i.W.
Dozentin: Sigrid Anti Gebühr: 60,00€ Teilnehmer: mind. 10 TN, max. 12 TN

Fitness und Wirbelsäulengymnastik. Bei diesem Ganzkörpertraining verbessern wir die Figur und entlasten und stärken die Haltung unseres Rückens.

Bitte eine Isomatte mitbringen.

3.02.366 Stepp-Aerobic

10x donnerstags, ab dem 01.10.2020 von 18.45 Uhr bis 19.30 Uhr im Foyer der Gerhard-Jung-Schule Zell i.W.
Dozentin: Sigrid Anti Gebühr: 40,00€ Teilnehmer: mind. 10TN, max. 12TN

Intensives Herz- & Kreislauftraining mit Koordinationsübungen und Muskelaufbau durch das Stufengerät. Extra Bauch und Definitionsteil am Boden.

3.02.426 Bauch-Beine-Po

15x montags, ab dem 28.09.2020 von 18.45 Uhr bis 19.30 Uhr im städtischen Kindergarten Zell i.W.
Dozentin: Sigrid Anti Gebühr: 60,00€ Teilnehmer: mind. 10TN, max. 12TN

Gezieltes Training an den Problemzonen. Haut wird gestrafft, fett abgebaut und Figur bildende Muskeln definiert.

Bitte eine Isomatte mitbringen.

 <p>ERGO THERAPIE y v o n n e s a u e r</p> <p>staatlich anerkannte Ergotherapeutin zertifizierte Handtherapeutin der ABl Schopheimer Str. 55 • D-79669 Zell im Wiesental Telefon/Fax: 07625 / 91 13 59 Mail: y.sauer@ergotherapie-sauer-yvonne.de www.ergotherapie-sauer-yvonne.de Ergotherapie ist Hilfe zur Selbständigkeit im häuslichen, schulischen und beruflichen Leben.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Neurologische Erkrankungen z. B. Schlaganfall, Multiple Sklerose ...• Orthopädie, Traumatologie und Rheumatologie• Handrehabilitation• Pädiatrie – Kinderheilkunde z. B. Konzentration, Feinmotorik, ADS/ADHS ...• Geriatrie – Alterungsprozess bedingte Erkrankungen z. B. Demenz, Depressionen ...• Psychiatrie z. B. Schizophrenien, Verhaltensstörung• Arbeitstherapie – Betreuung und Therapie behinderter Menschen• Tiergestützte Therapie und Reitertherapie
--	--

3.02.436 Herbst Mix

10x freitags, ab dem 02.10.2020 von 18.30 Uhr bis 19.15 Uhr im städtischen Kindergarten Zell i.W.
Dozentin: Sigrid Anti Gebühr: 40,00€ Teilnehmer: mind. 10TN, max. 12TN

Abwechslungsreiches Konditionstraining für Fettverbrennung, Figur Definition, Ausdauer und Beweglichkeit, Entspannungsreisen zu Kerzenlicht.

Bitte eine Gymnastikmatte mitbringen.

3.02.576 Trampolin springen

10x donnerstags, ab dem 01.10.2020 von 18.30 Uhr bis 19.15 Uhr im Bürgerhaus Mambach
Dozentin: Bernd Elsässer Gebühr: 80,00€ Teilnehmer: mind. 10TN, max. 12TN

3.02.856 Aqua fit

10x dienstags, ab dem 29.09.2020 von 19.15 Uhr bis 20.00 Uhr im Hallenbad Maulburg
Dozentin: Sigrid Anti Gebühr: n.n.b.€ zzgl. Eintrittsgebühren Teilnehmer: mind. 10TN, max. 12TN

Schonendes, effektives Fitnesstraining mit abwechslungsreichem Einsatz von Geräten.

3.02.866 Aqua fit

10x mittwochs, ab dem 30.09.2020 von 19.15 Uhr bis 20.00 Uhr im Hallenbad Maulburg
Dozentin: Sigrid Anti Gebühr: n.n.b.€ zzgl. Eintrittsgebühren Teilnehmer: mind. 10TN, max. 12TN

Schonendes, effektives Fitnesstraining mit abwechslungsreichem Einsatz von Geräten.

3.02.876 Aqua fit

10x sonntags, ab dem 04.10.2020 von 08.45 Uhr bis 09.00 Uhr im Hallenbad Maulburg
Dozentin: Sigrid Anti Gebühr: n.n.b.€ zzgl. Eintrittsgebühren Teilnehmer: mind. 10TN, max. 12TN

Schonendes, effektives Fitnesstraining mit abwechslungsreichem Einsatz von Geräten.

4.05.006 Deutsch als Fremdsprache mit sehr wenig Kenntnissen

10x dienstags, ab dem 06.10.2020 von 08:45 Uhr bis 09:30 Uhr im städtischen Kindergarten, Gottfried-Fessmann-Straße 19, Zell im Wiesental

Dozentin: Frau Hannelore Kaiser Gebühr: 60,00€ Teilnehmerzahl: mind. 10TN, max. 12 TN

Sie wollen Deutsch lernen? Dieser Kurs hilft Ihnen in langsamer und stetiger Weise deutsch zu lernen.



4.08.016 Französisch auf lebendige Art Fortgeschrittene XX

Schnuppern Sie am ersten Abend kostenlos!

15x dienstags, ab dem 22.09.2020 von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr in der Montfort - Realschule Zell i.W.
Dozentin: Myriam Kursawe Gebühr: 90,00€ zzgl. Materialkosten
Teilnehmer: mind. 10TN, max. 12TN Zielgruppe: TN mit Vorkenntnissen auf Niveau A1

Vielleicht möchten Sie nach Frankreich in den Urlaub oder im Elsass einkaufen? Sie möchten dabei vor allem sicher in der Aussprache sein, spontan sprechen können und verstehen, wenn auf Französisch geantwortet wird?

Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig!

Ich bin Französin und werde Ihnen die Sprache hauptsächlich mündlich beibringen. Wir werden lernen und üben in bestimmten Alltagssituationen auf Französisch reagieren zu können. In einer kleinen Lerngruppe kommen Sie viel zum Sprechen.

Themen:

- Bestandteil und Beschreibung eines Rezeptes
- Conditionnel present (Si-Satz II)
- Subjonctif

Wir benutzen von mir selbst erstellte Dialoge im MP3-Format, die auf einem MP3-Player, I-Pod, Handy,... überall unterwegs zur Verfügung des gelernten Stoff, angehört werden können.

Freuen Sie sich darauf bald Situationen auf Französisch zu üben und sicher zu sprechen!

4.08.026 Französisch auf lebendige Art Fortgeschrittene XII

15x dienstags, ab dem 22.09.2020 von 19.30 Uhr bis 21.00 Uhr in der Montfort - Realschule Zell i.W.
Dozentin: Myriam Kursawe Gebühr: 90,00€ zzgl. Materialkosten
Teilnehmer: mind. 10TN, max. 12TN Zielgruppe: TN mit Vorkenntnissen auf Niveau A2.1

Sie haben schon Vorkenntnisse in Französisch, sind aber unsicher und möchten Grundkenntnisse in dieser Sprache vertiefen? Vielleicht möchten Sie nach Frankreich in den Urlaub oder im Elsass einkaufen? Sie möchten dabei vor allem sicher in der Aussprache sein, spontan sprechen können und verstehen, wenn auf Französisch geantwortet wird?

Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig!

Ich bin Französin und werde Ihnen die Sprache hauptsächlich mündlich beibringen. Wir werden lernen und üben in bestimmten Alltagssituationen auf Französisch reagieren zu können. In einer kleinen Lerngruppe kommen Sie viel zum Sprechen.

Themen:

- Körper und Gesundheit (2)
- Wetterbericht

Wir benutzen von mir selbst erstellte Dialoge im MP3-Format, die auf einem MP3-Player, I-Pod, Handy,... überall unterwegs zur Verfügung des gelernten Stoff, angehört werden können.

Freuen Sie sich darauf bald Situationen auf Französisch zu üben und sicher zu sprechen.

5.01.036 Kostenloser Computerstammtisch im ev. Gemeindehaus Tegernau

Alle 4 Wochen beschäftigen wir uns beim Computerstammtisch in Tegernau mit aktuellen Themen aus der Computerwelt, schauen uns neue Applikationen und Technologien an, klären was all die vielen Fachbegriffe bedeuten und lösen gemeinsam Probleme der Stammtischbesucher.

Weitere Informationen und die Termine finden Sie im Internet unter: <https://eki-kleines-wiesental.de/html/content/computerstammtisch.html>

Wir treffen uns zwangslos bei Kaffee und Getränken. Wer ein tragbares System hat (Laptop, Netbook, Tablet), bringt dies natürlich mit. Man kann aber auch nur zuschauen oder mithelfen. Internet und WLAN sind vorhanden.

Termine: Alle 4 Wochen, werden noch in der Tagespresse bekanntgegeben
Kursort: evangelisches Gemeindehaus bei der Kirche, 79692 Kleines Wiesental, Tegernau

Junge vhs

3.02.226 Bewegungserziehung für Kinder 2-5 Jahre

12x freitags, ab dem 02.10.2020 von 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr in der Sporthalle Atzenbach
Dozentin: Nicole Spitz Gebühr: 42,00€ Teilnehmer: mind. 8TN, max. 14TN

In der Turnstunde trainieren wir spielerisch Beweglichkeit, Gleichgewicht, Koordination und Ausdauer sowie den sozialen Umgang miteinander.

Die Turnstunde besteht aus dem Begrüßungslied, Aufwärmen mit verschiedenen Handgeräten oder einem Spiel, allgemeines Turnen über Gerätelandschaften einem Schlusslied oder Fingerspiel und einem Abschiedslied.

3.02.236 Bewegungserziehung für Kinder 2-5 Jahre

12x freitags, ab dem 02.10.2020 von 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr in der Sporthalle Atzenbach
Dozentin: Nicole Spitz Gebühr: 42,00€ Teilnehmer: mind. 8TN, max. 14TN

In der Turnstunde trainieren wir spielerisch Beweglichkeit, Gleichgewicht, Koordination und Ausdauer sowie den sozialen Umgang miteinander.

Die Turnstunde besteht aus dem Begrüßungslied, Aufwärmen mit verschiedenen Handgeräten oder einem Spiel, allgemeines Turnen über Gerätelandschaften einem Schlusslied oder Fingerspiel und einem Abschiedslied.

3.04.106 Wichtelwerkstatt für Kinder ab 4 Jahre

5x freitags, ab dem 13.11.2020 von 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr in der Praxis Yvonne Sauer – Ergotherapie, Schopfheimer Straße 55 in Zell i.W.
Dozentin: Yvonne Sauer Gebühr: 40,00€ inkl. Materialkosten Teilnehmer: 5 – 10 TN

Kreatives, handwerkliches Vorbereiten zur Weihnachtszeit, mit den Schwerpunkten:

- Aufmerksamkeit und Konzentration
- Ausdauer
- Händigkeit und Mittellinienüberkreuzung Trainerin (Festigung der Rechts- bzw. Linkshändigkeit)
- Feinmotorik
- Handlungsplanung und Selbststrukturierung

7.02.016 Nachhilfe in Mathematik

Frau Hülya Cakir, Lehrerin für Mathematik u. Physik, bietet Nachhilfe für die Klassen 3 bis 10 Realschule und Gymnasium an.

Sie wird kleine Gruppen ab 3 Schüler bilden, die ungefähr auf demselben Leistungsstand sind.

10 x 90 Minuten sollen 120,00€ kosten bei einer Gruppe von 3 Schülern.
Der Unterricht soll immer am Mittwoch stattfinden.