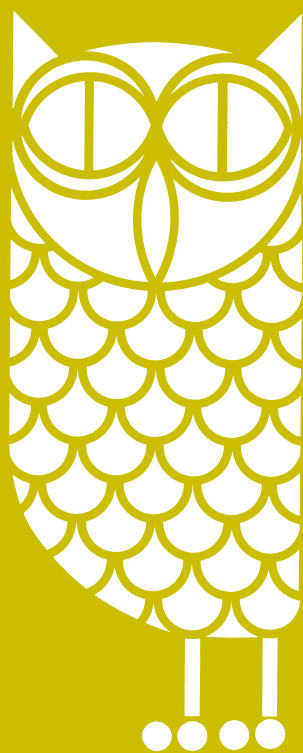


vhs Isny



2 / 2019

September 2019 bis Januar 2020

vhs Isny

Wir freuen uns auf Sie!

Volkshochschule Isny
Rainstraße 12, „Untere Bleiche“
88316 Isny im Allgäu

Kontakt

T 07562 56800
F 07562 91452-22
info@vhs-isny.de
www.vhs-isny.de

Geschäftszeiten

Montag bis Freitag von 9 – 12 Uhr
Donnerstag zusätzlich von 14 – 18 Uhr

Informationen zu Deutschkursen

T 07562 9145221



Gudrun Albrecht

Telefon: 07562 56800
gudrun.albrecht@vhs-isny.de



Heike Hengge

Telefon: 07562 91452-21
heike.hengge@vhs-isny.de



Andrea Friedl

Telefon: 07562 56800
andrea.friedl@vhs-isny.de



willkommen!

Sehr geehrte Damen und Herren,
Liebe Freunde der vhs Isny,

wie schön, dass Sie unser neues Herbst-Winter Programm der vhs Isny heute in den Händen halten. Wir befinden uns im Jubiläumsjahr der Volkshochschulen. Vor 100 Jahren wurde der Grundstein für die Entwicklung der Weiterbildung in öffentlicher Verantwortung gesetzt. Die Allgemeine Weiterbildung als Hauptaufgabe der Volkshochschule ist geblieben, die Themen und Methoden haben sich allerdings der Zeit angepasst.

Wir laden Sie ein, in unserem Programm zu stöbern und sich inspirieren lassen – zu welchem Vortrag, Kurs, Workshop oder Seminar auch immer. Die unmittelbare Begegnung und der wechselseitige Austausch regen an, geistig und körperlich rege und fit zu bleiben.

Wir von der vhs Isny wünschen Ihnen nun viel Spaß und Anregungen beim Blättern in unserem neuen Programm und freuen uns, Sie bald als Teilnehmer begrüßen zu dürfen.

Ihr vhs-Team



Semesterbeginn
16. September 2019

Schulferien

Herbstferien
28.10. – 31.10.2019

Weihnachtsferien
23.12.2019 – 03.01.2020

Geschäftsstelle vhs Isny
Untere Bleiche, Rainstraße 12

Räume:
Bleicher-Küche, OG
Saal, OG
Bleich-Kammer, EG
Flachs-Stüble, EG

Alte Gerbe
Seidenstraße 3

Familientreff Isny
Schloss 2

Gesundheitswelt Überruh
Isny-Bolsternang

Gymnasium / Wirtschaftsschule
Rainstraße 27

Kindergarten Felderhalde
Spitalhohweg 28

Kurhaus am Park
Unterer Grabenweg 18

Kursraum – Trommeln
Hans-Guldin-Straße 41

Kursraum – Yoga
Furtenwies 1

Mensa am Schulzentrum
General-Moser-Weg 24

Rathaus
Wassertorstraße

Stephanuswerk – Turnhalle
Maierhöfener Straße 56

Kurse

7 → vhs unterwegs

15 → Gesellschaft / Umwelt / Kultur

27 → Kreativ

37 → Gesundheit / Bewegung

55 → Sprachen

69 → Beruf / Weiterbildung

73 → Informationstechnik / EDV

79 → vhs Kochschule

83 → Familie / Junge vhs

96 Anmeldung / Information im Überblick

98 Allgemeine Geschäftsbedingungen

100 Datenschutzerklärung



→ vhs unterwegs

Einblicke / Exkursionen 8

10002

Einblicke: Kleinode in Oberschwaben

Gudrun Albrecht, Rudi Daumann
Mittwoch, 23.10.2019, 1 Tag
Abfahrt Kurhaus am Park, Isny: 8.00
Rückkehr Kurhaus am Park, Isny: ca. 18.00 Uhr
Anmeldeschluss: Dienstag, 15.10.2019
EUR 59,50
(incl. Fahrt, Führungen und Reiseleitung)

Auf dieser Fahrt, abseits von Bundesstrassen und Autobahnen, durch's tiefste Oberschwaben, ist unser erster Stop auf Schloss Zeil zur kurzen Kaffeepause. Wie immer erhalten wir auf unsere Tour ganz nebenbei viele interessante Informationen zu Land und Leuten. Weiter geht's nach Biberach zum Braith-Mali Museum, wo wir eine Museums-Führung erhalten werden. Dabei besichtigen wir u.a. ein originales Maleratelier mit Mobiliar und Bildern um das Jahr 1900. Dieses hat der Biberacher Tier- und Landschaftsmaler Anton Braith, seiner Heimatstadt vermacht. Anschließend fahren wir weiter nach Gutenzell zum Mittagessen im Klostergasthof. Auf der Führung durch die ehemalige Klosterkirche erfahren wir vieles zur Geschichte der Zisterzienserinnen von Gutenzell. Dominikus Zimmermann, der geniale Baumeister u.a. der Wallfahrtskirchen Wies und Steinhausen, hat der Klosterkirche Gutenzell seine besondere Gunst und Kunst geschenkt. Zusammen mit dem Stuckateur Franz-Xaver Feuchtmayer und anderen Künstlern hat er die ursprünglich gotische Basilika aus dem 14. Jhd. im Barockstil umgestaltet. Architektur, Stuckdekoration, Decken- und Wandmalereien und die Ausstattung sind zu einer verzaubernden Einheit verschmolzen. Diese harmonische künstlerische Einheit dürfte auch aus Vaterstolz und Vaterliebe von Dominikus Zimmermann entstanden sein; seine Tochter Maria Alexandra war Ordensfrau und später auch Äbtissin des Klosters. Mehr erfahren wir bei der Führung. Nach einer weiteren Busfahrt über Land trinken wir gemeinsam Kaffee im wunderschönen Ambiente von Kloster Bonlanden. Nach dieser gemeinsamen Kaffeepause starten wir die Heimfahrt.

Die Fahrt wird fachkundig begleitet von Herrn Rudi Daumann.
Mittagessen und Kaffee sind nicht im Preis enthalten.

10003

Einblicke: Museum Brandhorst München – Forever Young

Gudrun Albrecht
Samstag, 23.11.2019, 1 Tag
Abfahrt Kurhaus am Park Isny: 8:00 Uhr
Rückkehr Kurhaus am Park Isny: ca.18:00 Uhr
Anmeldeschluss: Donnerstag, 13.11. 2019
EUR 57,50
(incl. Fahrt, Museumsführung und Reiseleitung)

Der zehnte Geburtstag des Museums im Mai 2019 ist Anlass für eine Werkschau aus den Sammlungsbeständen. Forever Young – 10 Jahre Museum Brandhorst spannt einen Bogen von den frühen 1960er-Jahren bis in die gegenwärtige Kunstproduktion und setzt zahlreiche Neuankäufe der letzten Jahre mit bekannten Sammlungswerken in Verbindung. In der Führung werden neben Highlights, wie Andy Warhol, Alex Katz oder Sigmar Polke vor allem die Neuerwerbungen der vergangenen zehn Jahre in den Fokus gerückt. Von Keith Haring und Albert Oehlen bis Louise Lawler und Charline von Heyl.

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung. Es besteht auch die Möglichkeit noch die Alte oder Neue Pinakothek eigenverantwortlich zu besuchen.

10004

Einblicke: Firma Maccarone – Stempelfabrik Isny

Gudrun Albrecht
Mittwoch, 9.10.2019, 1 Termin
9.30-11.00 Uhr, Isny
Anmeldeschluss: 04.10.2019
EUR 7,50
Treffpunkt Firmeneingang, Am Galgenbühl 1, Isny

Wir besichtigen einen Allgäuer Familienbetrieb. Die Firma Maccarone fertigt seit 1997 Stempel in Isny im Allgäu. In der Kunststoffabteilung werden dort auch für namhafte Unternehmen Teile gefertigt. Wir begehen die laufende Produktion und erhalten Einblicke in die Fertigung sowohl der Stempel als auch der Kunststoffteile.

**vhs unterwegs: 2-Tagesfahrt Schweiz:
Landschaft, Städte und Kulturstätten**

Samstag, 12.10.2019 und Sonntag, 13.10.2019
Stadt Bern oder Luzern
EUR 245,-
(inkl. alle Leistungen, Transfers, Eintritte und HP)
Anmeldung und detaillierte Informationen:
keb Ravensburg, Tel. 0751/36161-30,
www.vhs-leutkirch.de

Auf dem Programm stehen Luzern (Kunstmuseum und Stadtführung), Burgdorf (Übernachtung, Museum Franz Gertsch), Bern (Stadtführung). Reiseleitung: Ott Schöllhorn.

**vhs unterwegs – Der Landtag von Baden-
Württemberg: Besuch mit Plenarsitzung**

Donnerstag, 17.10.2019, 1 Tag
9.27-19.24 Uhr, Stuttgart (Zugzeiten)
EUR 15,- zzgl. Anteil Bahnticket
Anmeldung und detaillierte Informationen:
vhs Leutkirch, www.vhs-leutkirch.de,
Telefon 07561 87-187

Im Landtag von Baden-Württemberg, in Stuttgart, wird die Politik für das Land gemacht. Teilnahme an einer Plenarsitzung und Abgeordnetengespräch mit MdL Raimund Haser (CDU).

**vhs unterwegs – Augsburg anders: Jüdisches
Leben und Stadt der Sinne**

Freitag, 25.10.2019, 1 Tag
8.35-19.24 Uhr, Augsburg (Zugzeiten)
EUR 19,- zzgl. Anteil Bahnticket
Anmeldung und detaillierte Informationen:
vhs Leutkirch, www.vhs-leutkirch.de,
Telefon 07561 87-187

Tagesfahrt in eine der ältesten Städte Deutschlands. Besichtigung der Synagoge und Kennenlernen der jüdischen Traditionen, am Nachmittag Stadtführung: Augsburg „mit allen Sinnen“ erleben.

**vhs unterwegs – Bio-Hightech und
Erinnerungskultur in Laupheim**

Donnerstag, 21.11.2019, 1 Tag
8.00-17.00 Uhr, Laupheim
EUR 40,-
Infos/Anmeldung: vhs Leutkirch, Tel. 07561/87188,
www.vhs-leutkirch.de

Eine weitere Fahrt mit Rolf Dieterich zu einem führenden Unternehmen der Region. Diesmal zu Rentschler Biopharma SE und anschließend ins christlich-jüdische Museum nach Laupheim.

**vhs unterwegs – Kunstfahrt nach München ins
Lenbachhaus
LEBENSMEISCHEN – Alexej von Jawlensky und
Marianne von Werefkin**

Babette Caesar M. A.
Samstag, 16.11.2019, 1 Tag
8.45-20.30 Uhr, München
EUR 62,-
(inkl. Fahrtkosten, Eintritt, Führung und Reiseleitung)
Anmeldeschluss: Montag, 04.11.2019
Auskunft und Anmeldung bei der vhs-Geschäftsstelle
Wangen, Zunfthausgasse 4, 88239 Wangen im Allgäu,
Telefon 07522 74-242.

Alexej von Jawlensky (1864-1941) und Marianne von Werefkin (1860-1938) sind in den Kanon der Kunstgeschichte als eines der wegweisenden Künstlerpaare der Avantgarde eingegangen. Mit der von ihnen 1909 initiierten Gründung der Neuen Künstlervereinigung München, aus der zwei Jahre darauf der Blaue Reiter hervorgegangen ist, haben sie nicht nur als Vordenker (Werefkin) und malerischer Impulsgeber (Jawlensky) dieser Vereinigungen Kunstgeschichte geschrieben, sondern auch jeder für sich und zusammen als Paar einen wesentlichen Beitrag zur Entwicklung der Moderne am Beginn des 20. Jahrhunderts geleistet. Bemerkenswert ist aus diesem Grund, dass ihre Bedeutung bislang lediglich innerhalb dieser Vereinigungen beleuchtet oder in Einzelausstellungen gewürdigt wurde, sie aber als private wie künstlerische „Partner“, die sie über 25 Jahre (1893-1921) gewesen sind, noch niemals gemeinsam und explizit in einer Ausstellung vorgestellt wurden. In der vom Lenbachhaus München und dem Museum Wiesbaden in enger Kooperation konzipierten Ausstellung Lebensmenschen. Alexej von Jawlensky und Marianne von Werefkin werden die individuellen künstlerischen Werdegänge beider Persönlichkeiten verfolgt, zueinander in Beziehung gesetzt und mit ihren ständig in Veränderung begriffenen privaten Verhältnissen in Verbindung gebracht. Eine Einführung während der Hinfahrt wird einen Blick auf die Biographien dieser beiden Künstlerpersönlichkeiten werfen und die Konzeption der Ausstellung näher erläutern. Im Lenbachhaus wird ein fachkundiger Guide durch die Ausstellung „Lebensmenschen“ führen.

Veranstalter: Hutter Reisen GmbH, Leutkirch



Die beste Bildung findet ein
gescheiter Mensch auf Reisen.

Johann Wolfgang von Goethe

Dozenten

Rudi Daumann





→ Gesellschaft / Umwelt /
Kultur

Umwelt / Natur 16

Politik 19

Verbraucherfragen 20

Geschichte/Zeitgeschichte 22

Studium Regionale 23

10016

Herzpflanzen – Du liegst mir am Herzen

Christine Giera

Mittwoch, 9.10.2019, 1 Abend

19.00-20.30 Uhr, vhs Flachs-Stüble – EG

EUR 8,50

Von der Linde, von den Weißdorn- Wildrosen- und Schlehenhecken, die das gerodete Land begrenzen, die schützend, Herzschtützend sind. Von den Schlüsselblumen der Freya und den Bärenpflanzen die Mut machen. Zu all diese Pflanzen wird die Allgäuer Kräuterführerin Geschichten und Wissenswertes berichten.

10017

Holunder – Frau Holle

Christine Giera

Donnerstag, 24.10.2019, 1 Abend

19.00-20.30 Uhr, vhs Flachs-Stüble – EG

EUR 8,50

Beerenkraft, Immunstimulanz für den Herbst. Mutter aller Wesen, Hüterin der Samen, Heimat und Erdenklang, Holla di o! Wissenswertes und Geschichtliches rund um Beeren und Holunder weiß die Kräuterführerin zu berichten. Gemeinsam stellen wir etwas Feines aus Holunder her und trinken dazu Holler Sekt.

10018

Wildkräuterführung in Stockenweiler

Heidi Prinz

Montag, 7.10.2019, 1 Termin

14.00-16.00 Uhr, Wildkräutergarten, Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler

EUR 10,-

Eigene Anreise – es können Fahrgemeinschaften gebildet werden – bitte bei Anmeldung absprechen. Treffpunkt vhs Isny, 13.30 Uhr

Superfood ist in aller Munde und oftmals werden aus fernen Ländern Lebensmittel mit diesem Versprechen gekauft. Viele heimische Kräuter können mit ihren Wirkstoffen diesen Neulingen leicht Paroli bieten und sind zudem für unseren Organismus leichter zu verarbeiten. Im Zentrum des Gartens steht eine mit Weide geflochtene Kräuterspirale. Bewusst lässt die Kräuterführerin einer Vielzahl von Wildkräutern Platz, um übers Jahr Nahrungs- und Naturheilmittel herzustellen. Bei dieser Wildkräuterführung lernen Sie viele Superfood-Schätze unserer Region kennen und erfahren, womit diese uns im Alltag beschenken wollen. Mit einer Kräuterlimonade und einer schmackhaften Kostprobe aus der Kräuterküche beschließen wir die Führung.

10019

Die Raunächte – Brauchtum und deren Bedeutung heute

Heidi Prinz

Mittwoch, 27.11.2019, 1 Abend

18.30-20.00 Uhr, vhs Flachs-Stüble – EG

EUR 8,50

Materialkosten werden direkt im Kurs verrechnet

In allen alten Kulturen und Religionen wurde mit Kräutern und Harzen geräuchert und gehörte früher auch bei uns zum Alltag bzw. zu bestimmten Festen und Anlässen. Zwischen Weihnachten und dem Dreikönigstag liegen die Raunächte. Über sie gibt es unzählige Überlieferungen, Bräuche und Mythen, um die es im Vortrag Grundlegendes geht. Die wichtigsten heimischen Räucherkräuter und ihre Anwendung werden vorgestellt. Natürlich wird dann auch die Kohle im Räucherpfännchen entfacht und verschiedene Raunacht-Kräuter belegt.

10015

Pilzwanderung

Andreas Uhl

Samstag, 21.9.2019, 1 Nachmittag

14.30-17.30 Uhr, Treffpunkt vhs

EUR 16,50

Der Herbst ist Pilzzeit! Denn gerade in dieser Jahreszeit bilden die meisten Pilzarten ihre Fruchtkörper aus. Innerhalb der Wanderung mit dem geprüften Pilzsachverständigen Andreas Uhl lernen Sie bedeutende Speisepilze und ihre giftigen Doppelgänger kennen. Zur Bestimmung werden Ihnen hierzu die wichtigsten Merkmale der jeweiligen Arten erläutert. Ferner erfahren Sie wertvolle Tipps zum Pilzesammeln. Sie können bei der Wanderung selbst Pilze sammeln und am Ende der Tour dem Experten zur Kontrolle vorlegen. Neben der Verwendung der Pilze als Delikatesse spielt aber auch die ökologische Bedeutung der Pilze im Naturhaushalt eine besondere Rolle bei der Exkursion. Viele heimische Pilzarten sind heute auf Grund diverser Einflüsse gefährdet und stehen unter Naturschutz.

Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt. Vom Treffpunkt fährt man eine kurze Distanz in ein Waldgebiet in der Umgebung von Isny. Bitte mitbringen: Korb und Messer.

Einfälle statt Abfälle – Plastikfasten

Manuel Schiffer

Donnerstag, 7.11.2019, 1 Termin

19.00-20.30 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 8,50

Der beste Abfall ist der, der gar nicht erst entsteht. Indes werden in Deutschland jeder zweite Kopfsalat und jedes fünfte Brot weggeworfen. In jeder Minute werden 10.000 Plastiktüten verbraucht. Insgesamt fallen auf jeden Einwohner jährlich 456 Kilogramm Abfälle an, von denen 42 Prozent in die Müllverbrennung wandern. Diese Mengen sind nach Ansicht von Manuel Schiffer, Umweltberater des BUND Ravensburg-Weingarten, viel zu hoch. In seinem Vortrag zeigt er, wie durch Einfälle statt Abfälle die Abfallbilanz verbessert werden kann.

Motorsägenführerschein – Grundkurs

Gregor Prinz

Freitag, 8.11.2019 15.00-20.00 Uhr

Samstag, 9.11.2019 7.30-14.00 Uhr

Alte Gerbe – Saal

EUR 160,-

Sie möchten Ihr Holz direkt beim Förster oder Waldbauern kaufen und vor Ort selbst zuschneiden? Dafür verlangen die Forstleute heute einen Befähigungsschein im Umgang mit der Motorsäge, den Sie in diesem Kurs erwerben können.

Am ersten Kurstag erfahren Sie alles Wesentliche im theoretischen Unterricht. Ab dem zweiten Tag steht die praktische Arbeit mit der Motorsäge im Mittelpunkt: Sie fällen unter fachmännischer Aufsicht und Anleitung einen Baum und arbeiten ihn auf.

Der Treffpunkt für den Praxistag wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

1. Tag:

Theorie und Arbeiten an der Motorsäge – bitte mitbringen:

- Schreibzeug
- Motorsäge, ggf. Ersatzkette
- Schärfergerät für die Kette (Feile rund und flach)
- Werkzeug für die Säge, Kombischlüssel

2. Tag:

Praxis – bitte mitbringen:

- Motorsäge, ggf. Ersatzkette
- Treibstoff und Kettenöl
- Werkzeug für die Säge, Kombischlüssel
- Helm mit Ohr- und Gesichtsschutz
- Schnittschutzhose
- Schnittschutzhuhe/ -stiefel
- Handschuhe
- Erste-Hilfe-Päckchen
- Brotzeit

Die Teilnahme am Kurs geschieht auf eigene Gefahr. Der Kursleiter haftet nur bei Vorsatz bzw. grober Fahrlässigkeit. Den Anweisungen des Kursleiters ist unbedingt Folge zu leisten. Während des Lehrgangs gilt striktes Alkoholverbot. Teilnahmeberechtigt sind Personen ab 18 Jahren. Am Ende des Lehrgangs erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung „Motorsägen-Führerschein“.

Der Kurs entspricht dem Model A der SVLFG!

Politik

Mit dem Bürgermeister auf Tour

Mittwoch, 9.10.2019, 1 Termin

17.30-19.30 Uhr,

Treffpunkt: Busparkplatz – Kurhaus am Park

Anmeldeschluss: 1.10.2019

Wohngebiete, Schulen, Stadtsanierung – in Isny bewegt sich viel. Bei einer kostenlosen Bustour mit Bürgermeister Rainer Magenreuter zu den großen Projekten in der Stadt erfahren Sie Grundlagen, Neuigkeiten und Hintergründe aus erster Hand. Sie wollen wissen, was die Stadt anpackt?

Dann melden Sie sich beim Vorzimmer des Bürgermeisters unter 07562-984112 oder per E-Mail unter karina.rast@isny.de an.

Vorankündigung

Geschichte(n) & Genuss

Freitag, 8.11.2019

Kurhaus am Park

Ein weiterer Abend mit Bühnenprogramm aus der Reihe Geschichte(n) & Genuss stellt einen Teil der Isnyer Geschichte vor. Dazu gibt es kulinarische Köstlichkeiten und musikalische Umrahmung.

Lassen Sie sich überraschen!

Kulturangebot in Kooperation von vhs Isny, Stadtbücherei und Städtischen Museen Isny

Verbraucherfragen

10400

PV-Solartour Isny im Allgäu

Fischer, Dr.med Guntram

Freitag, 27.9.2019, 1 Termin

14.00-17.00 Uhr, vhs Bleich-Kammer – EG

EUR 8,50

Haben Sie sich auch schon Gedanken über die Nutzung der Sonnenenergie zur Stromgewinnung gemacht?

Wir bieten die geführte Besichtigung verschiedener PV-Anlagen an. Am Lukasreute-Hof, dem Stephanuswerk und einer privaten Anlage auf der Ludwigshöhe werden Mitglieder des Arbeitskreises Elektromobilität und Speicher des Regionalen Energieforums Allgäu die verschiedenen Anlagentypen und Umsetzungskonzepte vorstellen: Eine PV-Anlage mit Nachführung (Lukasreute-Hof), eine PV-Anlage auf gepachtetem Dach zur Einspeisung ins Stromnetz (Stephanuswerk) und die Kombination einer PV-Anlage mit Batteriespeicher für ein privat genutztes Wohngebäude (Ludwigshöhe). Die Tour beginnt in der vhs Isny – als Einstieg in die Technik und das Thema wird anhand einer Präsentation grundlegendes zur Photovoltaik und den unterschiedlichen Konzepten vermittelt. Während des gesamten Nachmittags stehen die Mitglieder und Anlagenbetreiber für Fragen zur Verfügung.

10401

PV-Solartour Isny im Allgäu

Fischer, Dr.med Guntram

Samstag, 12.10.2019, 1 Termin

9.00-12.00 Uhr, vhs Bleich-Kammer – EG

EUR 8,50

Inhalte siehe Kurs 11400

10402

Vortrag: Elektromobilität

Referenten: Prof. Eckhard Berger;

Dr. Guntram Fischer; Dipl.-Ing. Paul Roth

Mittwoch, 25.9.2019, 1 Termin

19.00-21.00 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 8,50

Elektromobilität ist derzeit in aller Munde aber noch selten auf der Straße. Nach dem Tesla-Schock schwenkt auch die deutsche Automobilindustrie auf das Thema ein. So setzt VW nun komplett auf E-Mobilität und will den Stromeanteil bis Jahr 2030 auf mindestens 40 Prozent (22 Millionen Einheiten) steigern. Im Seminar geben die Mitglieder des Arbeitskreises Elektromobilität von REFI

e.V. einen Überblick über den Stand der Technik, das Fahrzeugangebot, die Lademöglichkeiten und berichten aus ihren Alltagserfahrungen im Betrieb der eigenen E-Fahrzeuge im ländlichen Raum. Anhand der 10 häufigsten Vorurteile zur Elektromobilität wollen wir uns mit der Thematik auseinandersetzen:

- Elektroautos sind nicht umweltfreundlicher als „Verbrenner“ und benötigen bei der Herstellung zu viel Energie
- Lithium und Kobalt sind nicht ausreichend vorhanden
- Das Recycling der Batterien ist nicht geklärt
- für die Nutzung von E-Autos besteht noch keine ausreichend ausgebaute Ladeinfrastruktur
- keine Allroundfahrzeuge Et nur bedingt „urlaubsfähig“
- die Reichweiten sind für den Alltag noch zu gering
- sie sind eine Gefahr für den Straßenverkehr, da sie geräuschlos sind
- der Umstieg auf E-Mobilität kostet Arbeitsplätze und ist eine Gefahr für die Führungspositionen der deutschen Automobilindustrie
- die Ladezeiten der Akkus sind für den Alltagsgebrauch von E-Autos zu lang
- E-Mobile als Energiespeicher zur Eigenstromversorgung

11101

Pressearbeit für Vereine

Barbara Rau

Mittwoch, 6.11.2019, 1 Abend

19.00-20.30 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 17,50

Ein Abend für alle, die die Pressearbeit für ihren Verein machen.

Damit Sie sicher sein können, dass Ihre Vereinsmeldungen, Ankündigungen oder Nachberichte in die Zeitung kommen, erfahren Sie in diesem Kurs, was zu beachten ist. Sowohl formal, als auch inhaltlich müssen Texte bestimmten Regeln und Vorgaben genügen. Wenn Redakteure kürzen müssen, kann Wichtiges wegfallen. Sie erfahren, wie man knapp aber prägnant formuliert und in kurzen Artikeln das Wesentliche unterbringt. Bitte bringen Sie Notizblock und Stift mit und gerne auch Beispiele aus Ihrer Vereinsarbeit

Vortrag: Die 10 häufigsten Fehler beim Testieren und Vererben

Norbert Schneiders

Mittwoch, 13.11.2019, 1 Abend

19.00-20.30 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 8,50

Die Liste der Fehler und Irrtümer im Erbrecht ist lang: Angefangen von fatalen Formfehlern bei der Abfassung des Testaments, über unklare oder missglückte Formulierungen, bis zu grundlegenden Fehlvorstellungen bezüglich Erbquote, Pflichtteilsrecht, Nachlassabwicklung und Verteilung des Erbes – die Liste ließe sich beliebig fortsetzen. In diesem Vortrag sollen die 10 häufigsten Fehlerquellen und deren Vermeidung angesprochen werden. Der Referent ist Rechtsanwalt, Fachanwalt für Insolvenz- und Steuerrecht, zertifizierter Testamentsvollstrecker und seit mehreren Jahren als Nachlasspfleger und Testamentsvollstrecker tätig.

Geschichte / Zeitgeschichte

Sütterlinschrift lesen lernen

Ursula Wippich

Donnerstag, 17.10.2019 18.30-20.00 Uhr

Donnerstag, 24.10.2019 18.30-20.00 Uhr

Donnerstag, 7.11.2019 18.30-20.00 Uhr

Donnerstag, 14.11.2019 18.30-20.00 Uhr

vhs Flachs-Stüble – EG

EUR 34,50

Sie sind interessiert alte Schriftstücke zu lesen – oder waren in der Eugen Felle Ausstellung und haben die Postkarten mit der Sütterlinschrift bewundert – nur Sie konnten sie nicht lesen? Anhand von alten Schriftstücken, Postkarten oder Bilderbüchern erlernen Sie die Sütterlinschrift zu entziffern. Eine Alphabetafel hilft Ihnen dabei. Texte werden laut vorgelesen und gemeinsam werden die einzelnen Buchstaben erobert.

Studium Regionale

Lernen Sie unsere Region noch besser kennen! Eine breit angelegte Angebotspalette bietet Ihnen spannende, interessante und unterhaltsame Einblicke in Kultur, Geschichte und Brauchtum unserer Heimat.

Unser Studium Regionale umfasst Vorträge, Exkursionen und Kurse der vhs Isny sowie der AG Heimatpflege des Kulturforums Isny e.V. Aber auch Veranstaltungen anderer Institutionen finden hier Ihren Platz.

Gerne werden auch Ihre besonderen Interessensgebiete in das Veranstaltungsprogramm aufgenommen – sprechen Sie uns an!

Vergessene historische Gebäude am Marktplatz Isny

Roland Manz

Mittwoch, 16.10.2019

19.00-20.30 Uhr

Rathaus Isny – Gr. Sitzungssaal

Historische Gebäude und Anlagen in der ehemaligen Freien Reichsstadt Isny im 12.-16. Jahrhundert. Die archäologischen Ausgrabungen am Marktplatz haben interessante Fundamente von bedeutenden Gebäuden zutage gefördert. Mit Hilfe von Urkunden und sonstigen Archivalien aus Isnyer und anderen Archiven kann auf ehemalige bedeutende Gebäude geschlossen werden, die durch die archäologischen Untersuchungen eine eindeutige Lage und Form erhalten haben.

Das Amtshaus des Ulrich, Herberge der Barfüßer, Haus der Nonnen im Stein und einige andere.

Vom Tuchhaus zum Buchhaus

Manfred Haaga

Sonntag, 8.9.2019

19.00-20.30 Uhr

Rathaus Isny – Hist. Sitzungssaal

Zum Tag des Denkmals hält Herr Manfred Haaga einen Vortrag mit dem Titel: vom Tuchhaus zum Buchhaus.

Ein Haus mit sehr bewegter Vergangenheit ist das Hallgebäude in Isny. Stichwort – Umnutzung Historischer Gebäude – ein Problem unserer Zeit.

Stadtführungen und Wanderungen

Weitere Auskünfte zum Angebot erteilt gerne unser Kooperationspartner

Büro für Tourismus der Isny Marketing GmbH,
Unterer Grabenweg 18, 88316 Isny im Allgäu,
Tel. +49 7562 97563-0, info@isny-tourismus.de,
www.isny.de.

Keine Anmeldung erforderlich

Praktische Hinweise

- Die geführten Wanderungen finden bei jedem Wetter statt. Nur bei Gewitter wird es zu gefährlich.
- Bitte an entsprechende Kleidung und leichte Wanderschuhe denken

dunkle Herz der Adelegg, das Kreuzthal. Dabei geht es über einen steilen Anstieg bei Wehrlang zur Zengerles Alpe. Im Ohr den Dichter Günter Herburger und vor Augen den Maler Erwin Bowien (ca. 8 km, ca. 4 Stunden)

Keine Anmeldung erforderlich,
Mindestteilnehmerzahl 6 Personen

Weiterer Termin: Sonntag, 20.10.2019, 10 Uhr

Dozenten

10904

Schächele – Das Naturschutzgebiet in der Stadt

Freitag, 13.9.2019, 1 Termin (Stadtgebiet)
19.00–20.00 Uhr, Treffpunkt: Kurhaus am Park, Isny
EUR 5,-

Das Schächele ist Quellgebiet der Isnyer Ach. Dank des kalten, sehr kalkhaltigen und sauerstoffreichen Quellwassers birgt das Gebiet einen besonderen Schatz. Diplom-Biologe Stefan Hövel schärft den Blick für diese und andere natürliche Kostbarkeiten in dem 15 Hektar großen Gebiet direkt vor den Toren der Stadt.

Keine Anmeldung erforderlich,
Mindestteilnehmerzahl 6 Personen

Andreas Uhl
geprüfter Pilzsachverständiger



Christine Giera
geprüfte Natur- und
Landschaftsführerin



Gregor Prinz
Forstwirt

Norbert Schneiders
Rechtsanwalt



10905

Das Isnyer Rathaus: Geheime Ecken – Prunkvolle Räume

Freitag, 6.9.2019, 1 Termin
19.00–20.00 Uhr, Treffpunkt: Rathaus, Wassertorstraße 1–3, vor den Arkaden
EUR 5,- / erm. EUR 4,-

„Geheime Ecken. Prunkvolle Räume“ lautet der Titel der Führung durch das Isnyer Rathaus. Das einstige Kaufmannshaus steht stellvertretend für prägende Epochen der Stadtgeschichte und vereint Stil- und Schmuckelemente aus 500 Jahren.

Keine Anmeldung erforderlich,
Mindestteilnehmeranzahl 6 Personen
Weiterer Termin: Freitag, 4.10.2019, 19 Uhr

Roland Manz
Vermessungsingenieur Dipl.-Ing. (FH)



Manfred Haaga
Studienrat a.D.



Dr. Guntram Fischer



10907

Adelegg: Dichter Wald von Isny ins Kreuzthal

Sonntag, 6.10.2019, 1 Termin
10.00–14.00 Uhr, Kurhaus am Park, Unterer Grabenweg 18
EUR 9,- / erm. EUR 7,-

Dr. Rudi Holzberger führt die Teilnehmer auf seinem ehemaligen Schulweg von Isny bis in das

Ursula Wippich



Barbara Rau





→ Kreativ

Musik 28

Tanz 30

Malen & Zeichnen 31

21305

Afrikanisches Trommeln – Workshop für Neueinsteiger

Gabriela Losito-Wick

Freitag, 20.9.2019 19.00-21.15 Uhr

Privat: Hans-Guldin-Str. 41, Isny im Allgäu

EUR 13,-

Faszination Trommeln – „westafrikanische Rhythmen“ gemeinsam erleben... Der Kurs richtet sich an Neueinsteiger ohne Vorkenntnisse. Sie erlangen die Grundkenntnisse des Djembé-Trommeln; gemeinsam werden wir einen westafrikanischen Rhythmus erarbeiten und dabei auch die dazugehörige Small-Percussion: Clave, Kashishi, Kalabasse... und Baßbegleitungen kennen lernen.

Bei Anmeldung bitte Bescheid geben, ob Sie eine eigene Djembé mitbringen; es stehen auch Trommeln zur Verfügung.

21306

Afrikanisches Trommeln – Mittelstufe/ Fortgeschrittene

Gabriela Losito-Wick

Dienstag, 17.9.2019, 5 Termine

19.30-21.00 Uhr, Privat: Hans-Guldin-Str. 41, Isny

EUR 85,- / erm. EUR 72,-

Faszination Trommeln – „westafrikanische Rhythmen“ gemeinsam erleben... Gemeinsam werden wir einen westafrikanischen Rhythmus erarbeiten und dabei auch die dazugehörige Small-Percussion: Clave, Kashishi, Kalabasse... und Baßbegleitungen kennen lernen.

Hinweis auf die fortlaufende Gruppe; diese trifft sich dienstags, 2-wöchig, jeweils 19.30-21.00 Uhr. Bei Interesse einfach bei der Kursleiterin direkt nachfragen. Tel.: 07562/1827

„Cajon“ selbst bauen und spielen lernen Teil I und II

Gabriela Losito-Wick, Thomas Baumgärtner
 Samstag, 16.11.2019 10.00-13.00 Uhr
 Sonntag, 17.11.2019 10.00-13.00 Uhr
 Kindergarten Felderhalde, Spitalhofweg 28,
 88316 Isny
 EUR 44,50

Du möchtest Dir eine eigene Cajon („Holzkisten“-Trommel) bauen? Mit dem qualitativ hochwertigen Cajon-Bausatz wird das schnell gelingen. Im 1. Teil des Workshops wird aus den vorgefertigten Einzelteilen eine selbstgebaute Cajon entstehen. (hierbei gibt es verschiedene Arbeitsgänge: leimen, schleifen, ölen)

Im 2. Teil werden wir die selbstgebauten Instrumente spielen lernen. Wir werden die Schlagtechnik, sowie verschiedene Rhythmen kennenlernen.

Kosten: Cajon – Bausatz + Materialkosten:
 ca. 65,- Euro

Wer hat, bitte große und kleine Schraubzwingen mitbringen!

Anmeldung zu allen Kursen und Einzelveranstaltungen notwendig.

Singen für die Seele

Gabriela Hermle-Fehr

Donnerstag, 17.10.2019 16.45-18.00 Uhr

Donnerstag, 7.11.2019 16.45-18.00 Uhr

Donnerstag, 5.12.2019 16.45-18.00 Uhr

Donnerstag, 9.1.2020 16.45-18.00 Uhr

vhs Saal – 1. Stock

EUR 29,50

Bei diesem Kurs steht die Freude am Singen im Vordergrund. Durch leistungsfreies Singen ohne Perfektion in stressfreier Atmosphäre erleben wir positive Gefühle wie Glück und Freude, teilen aber auch Gefühle der Trauer und des Berührt-Seins. Mit einfachen Liedern und Chants aus aller Welt, Kraftliedern, Trostliedern, Mutmachliedern, z.T. unterstützt durch Percussioninstrumente, erfahren wir die positive Wirkung des Singens für die Seele.

Tanz

Herbst – Tanznachmittag mit Kreis- und Reigentänzen und Poesie

Michaela Schillinger

Samstag, 19.10.2019, 1 Nachmittag

14.00-18.00 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 20,50

„Dies ist ein Herbstanz wie ich keinen sah...“ (Friedrich Hebbel). Mit Kreistänzen aus aller Welt und Gedichten feiern und genießen wir die Früchte, die Farbenbracht und die Fülle des Herbstes.

Wenn Sie möchten, können Sie eine Kleinigkeit zum gemeinsamen Essen in der Pause mitbringen. Sie benötigen keine Tanzkenntnisse.

Tänze aus aller Welt

Michaela Schillinger

Dienstag, 17.9.2019 20.00-21.30 Uhr

Dienstag, 15.10.2019 20.00-21.30 Uhr

Dienstag, 19.11.2019 20.00-21.30 Uhr

Dienstag, 10.12.2019 20.00-21.30 Uhr

Dienstag, 14.1.2020 20.00-21.30 Uhr

vhs Saal – 1. Stock

EUR 50,-

Wir tanzen, tanzen, tanzen... schwungvoll und auch mal ruhig, leicht und auch mal ein bisschen anspruchsvoller. Mit Kreistänzen aus der Tradition verschiedener Länder oder neuen Choreographien erleben Sie Freude und Genuss im Tanz und stärken Ihre Präsenz im Augenblick. Sie benötigen dafür keine Vorkenntnisse.

Malen / Zeichnen

Abstraktes Malen mit Acrylfarben – Grundkurs II

Heike Sachs

Donnerstag, 10.10.2019 19.00-21.15 Uhr

Donnerstag, 17.10.2019 19.00-21.15 Uhr

Donnerstag, 24.10.2019 19.00-21.15 Uhr

Donnerstag, 7.11.2019 19.00-21.15 Uhr

vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 68,50

Acryl oder Dispersionsfarben (250-500 ml-Flaschen) in gelb, rot, blau, schwarz und weiß. Borstenpinsel mit Flachzwinge (mind. 3 cm breit), Lappen, Wassergefäß, Palette oder flacher Teller.

Fortsetzung Grundkurs I – Neueinsteiger herzlich willkommen!

Ziel dieses Kurses ist es, seine persönliche Kreativität zu entdecken sowie eigene Bilder für zu Hause oder als Geschenk zu gestalten. Wir arbeiten mit verschiedenen Techniken, die durch gezielte Aufgabenstellungen umgesetzt werden. Durch das Ausprobieren dieser Techniken, ist es leichter, seinen persönlichen Malstil zu finden und zu festigen. Ohne großen Kostenaufwand kann experimentiert, ausprobiert und geübt werden da wir mit den Grundfarben und alltäglichen Materialien arbeiten werden.

Malgründe werden von der Dozentin gestellt. Hierfür werden 2,- Euro pro Stück im Kurs abgerechnet.

Abstraktes Malen mit Acrylfarben – Grundkurs III

Heike Sachs

Donnerstag, 14.11.2019 19.00-21.15 Uhr

Donnerstag, 21.11.2019 19.00-21.15 Uhr

Donnerstag, 28.11.2019 19.00-21.15 Uhr

vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 51,50

Acryl oder Dispersionsfarben (250-500 ml-Flaschen) in gelb, rot, blau, schwarz und weiß. Borstenpinsel mit Flachzwinge (mind. 2,5 cm breit), Lappen, Wassergefäß, Palette oder flacher Teller.

Fortsetzung Grundkurs II – Neueinsteiger herzlich willkommen!

Inhalt siehe Kurs 20706

Shodo-Kalligraphie – zum Kennenlernen

Yumiko Kerber

Samstag, 30.11.2019 13.00-14:30 Uhr

vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 11,50

zzgl. 5,- Euro Materialkosten.

Mit Kalligraphie (Schönschrift) ist die japanische Kunst des Schreibens nur unvollkommen wiedergegeben. Die japanische Bezeichnung lautet „SHODÓ“: SHO bedeutet Schreiben und DÓ bedeutet Weg bzw. Erlernen (Judo, Aikido, Kado) In Japan lernen alle Schüler Shodó in der Schule, aber meist mit einer vereinfachten Methode. Wir in der vhs Isny hingegen möchten die „Kanji-Schrift“ mit der originalen Methode erlernen. Genießen Sie dabei meditative Stunden. zzgl. 5,- Euro Materialkosten. Materialkosten bitte im Kurs bezahlen.

Shodo-Kalligraphie – zum Kennenlernen

Yumiko Kerber

Samstag, 30.11.2019 14:30-16.00 Uhr

vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 11,50

zzgl. 5,- Euro Materialkosten.

Mit Kalligraphie (Schönschrift) ist die japanische Kunst des Schreibens nur unvollkommen wiedergegeben. Die japanische Bezeichnung lautet „SHODÓ“: SHO bedeutet Schreiben und DÓ bedeutet Weg bzw. Erlernen (Judo, Aikido, Kado) In Japan lernen alle Schüler Shodó in der Schule, aber meist mit einer vereinfachten Methode. Wir in der vhs Isny hingegen möchten die „Kanji-Schrift“ mit der originalen Methode erlernen. Genießen Sie dabei meditative Stunden.

Shodo-Kalligraphie

Yumiko Kerber

Samstag, 28.9.2019 13.00-14.30 Uhr

Samstag, 12.10.2019 13.00-14.30 Uhr

Samstag, 26.10.2019 13.00-14.30 Uhr

Samstag, 9.11.2019 13.00-14.30 Uhr

Samstag, 23.11.2019 13.00-14.30 Uhr

Samstag, 7.12.2019 13.00-14.30 Uhr

Samstag, 11.1.2020 13.00-14.30 Uhr

Samstag, 25.1.2020 13.00-14.30 Uhr

vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 55,50

zzgl. Kalligraphie-Set und Papier 35,- Euro, wird direkt im Kurs bezahlt.

Mit Kalligraphie (Schönschrift) ist die japanische Kunst des Schreibens nur unvollkommen wiedergegeben. Die japanische Bezeichnung lautet „SHODÓ“: SHO bedeutet Schreiben und DÓ bedeutet Weg bzw. Erlernen (Judo, Aikido, Kado) In Japan lernen alle Schüler Shodó in der Schule, aber meist mit einer vereinfachten Methode. Wir in der vhs Isny hingegen möchten die „Kanji-Schrift“ mit der originalen Methode erlernen. Genießen Sie dabei meditative Stunden.

Anmeldung bis zum 17.09.2019!

Dozenten

Gabriela Losito-Wick
Erzieherin



Thomas Baumgärtner



Gabriela Hermle-Fehr



Michaela Schillinger
Tanztherapeutin



Yumiko Kerber

Heike Sachs
Kommunikations- und
Rhetoriktrainerin



Semesterbeginn
16. September 2019



→ Gesundheit / Bewegung

Gesundheitsbildung 38

Psychologie 38

Gymnastik & Bewegung 40

Im Wasser 44

Yoga / Entspannung 47

Gesundheitsbildung

30403

Vortrag: Hygiene im Alltag

Jan Rübsam

Donnerstag, 10.10.2019, 1 Termin

19.00-20.30 Uhr, vhs Bleich-Kammer – EG

EUR 8,50

An diesem Abend werden die wichtigsten resistenten Erreger vorgestellt und in einen Zusammenhang mit dem Gesundheitswesen gebracht. Wieviel Hygiene im Alltag notwendig oder auch übertrieben ist bzw. was man als Privatperson zu Hause aktiv für seine eigene Sicherheit tun kann, erfahren Sie an diesem Abend.

Psychologie

10805

LebensART – Weisheiten aus Ost und West

Angelika Schützinger

Freitag, 20.9.2019, 5 Abende

19.00-20.30 Uhr, vhs Flachs-Stühle – EG

EUR 45,50

(Einzeltermin zu jeweils EUR 10,-)

An diesen fünf Terminen, die auch einzeln buchbar sind, gibt der Inhalt des Buches das Thema des Abends vor. Es ist nicht unbedingt notwendig, das Buch vorher gelesen zu haben. Die Dozentin eröffnet mit einem Impulsvortrag die Gesprächsrunde. Austausch und Fragen sollen Möglichkeiten für neue Perspektiven schaffen.

20. September: Warum wir eine Kultur spielerischer Lebenskunst brauchen

Mit Impulsen aus dem Buch von Gerald Hüther „RETTET DAS SPIEL“ (2016), werden wir an diesem Abend gemeinsam Wege erkunden, auf denen wir Inseln der Lebendigkeit und Freiräume für Kreativität in unserem Lebensalltag schaffen können.

ISBN:978-3-446-44701-1

18. Oktober: Achtsamkeit und Wahrnehmung

Mit Impulsen aus dem Buch von Eckart Tolle: „JETZT“, werden wir an diesem Abend unsere individuelle Ansicht von Wirklichkeit erforschen und Kennen lernen. Achtsamkeitsübungen werden vorgestellt und eingeübt. Das Pflegen von Achtsamkeit kann unseren Alltag bereichern.

15. November: Die Kunst des Loslassens

Mit Impulsen aus dem Buch von Theo Fischer: „WU WIE“ (2003), bekommen wir einen Einblick in die Lebensphilosophie des östlichen Kulturkreises. Im Gespräch erörtern wir Möglichkeiten, Weisheiten daraus in unseren Kulturkreis zu übernehmen, die uns sinnvoll erscheinen.

ISBN: 3499 61555x

13. Dezember: Liebe und Würde

Gerald Hüther zeigt uns in seinem neuen Buch: „WÜRDE“ (2018), das zutiefst Menschliche in uns (wieder) zurückzugewinnen. Er sieht dies als zentrale Aufgabe im 21. Jahrhundert. Ausschnitte des Buches sollen uns Impulse geben für einen Austausch und das Erkennen von persönlichen und gesellschaftlichen Orientierungen um gegebenenfalls eigene Handlungsstrategien zu verändern.

ISBN:978-3-8135-0783-6

17. Januar: Über Wunschdenken und Zielstrebigkeit

Wie alte Weisheit und moderne Welt Impulse geben können für die zukünftige Lebensgestaltung. Ausschnitte aus dem Buch von Yu Dan: „KONFUZIUS IM HERZEN“, (2009) unterstützen uns im Gespräch das bevorstehend Neue Jahr zu gestalten.

ISBN 979-3-426-27490-3



WALDBURG-ZEIL
KLINIKEN

Vortragsreihe Kliniken Neutrauchburg: „Mittwochs“ bei den Waldburg-Zeil Kliniken – Treffpunkt Gesundheit“

In Kooperation mit der vhs Isny

Die Veranstaltungsreihe, die die Waldburg-Zeil Kliniken Neutrauchburg gemeinsam mit dem großen Träger der Erwachsenenbildung, der Volkshochschule, anbieten, stellt aktuelle Gesundheitsthemen informativ, anschaulich und verständlich dar. Fachärzte und weitere Experten informieren über Ursachen, Krankheitsverläufe und Therapiemöglichkeiten verschiedenster Krankheitsbilder sowie Vorsorgemöglichkeiten. Selbstverständlich können nach dem Vortrag gerne Fragen an die Referenten gestellt werden. Der Eintritt ist frei. Keine Anmeldung notwendig.

30201

Ganzheitliche Gesundheitsgymnastik I

Helga Horn

Montag, 23.9.2019, 15 Vormittage

9.15-10.45 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 97,-

In diesem Kurs werden Schwerpunkte gesetzt auf Übungen für die Wirbelsäule, systematisches Training, Entspannung, Vorbeugung gegen Osteoporose und Stärkung der Muskulatur. Zusätzlich werden Pilates-Übungen mit besonderem Augenmerk auf die Atmung eingebracht.

30202

Ganzheitliche Gesundheitsgymnastik II

Helga Horn

Mittwoch, 25.9.2019, 15 Nachmittage

14.30-16.00 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 97,-

Inhalt siehe Kurs 30201

30207

Sling-Training

Dorothee Urbainczyk

Mittwoch, 25.9.2019, 4 Termine

17.30-18.30 Uhr, Turnhalle Stephanuswerk

EUR 37,-

Erleben Sie funktionelles Training mit viel Spaß an der Bewegung mit Hilfe eines Seil- und Schlingensystems. Neben der oberflächlichen Muskulatur kräftigen Sie die gesamte Tiefenmuskulatur von Rücken, Bauch und Beckenboden und beugen so viele Haltungsschwächen und Rückenleiden vor. Das Training am Slingtrainer ist im Fitnessbereich genauso wie im Leistungssport einsetzbar. Die Dozentin ist Physiotherapeutin.

30208

Sling-Training für Fortgeschrittene

Dorothee Urbainczyk

Dienstag, 17.9.2019, 10 Vormittage

10.30-11.30 Uhr, Turnhalle Stephanuswerk

EUR 114,50

Erleben Sie funktionelles Training mit viel Spaß an der Bewegung mit Hilfe eines Seil- und Schlingensystems. Neben der oberflächlichen Muskulatur kräftigen Sie die gesamte Tiefenmuskulatur von Rücken,

Bauch und Beckenboden und beugen so viele Haltungsschwächen und Rückenleiden vor. Das Training am Slingtrainer ist im Fitnessbereich genauso wie im Leistungssport einsetzbar. Die Dozentin ist Physiotherapeutin

30209

Gelenk – und wirbelsäulenfreundliche Gymnastik

Beate Zapf

Montag, 16.9.2019, 12 Vormittage

10.45-11.45 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 78,50

In diesem Kurs erlernen Sie ihre Verspannungen und Fehlhaltungen wahrzunehmen und zu korrigieren. Eine sanfte Ganzkörpergymnastik mit kleinen gezielten Bewegungen verhilft Ihnen zu einem besseren Körpergefühl. Die Übungen sind so gestaltet, dass sie sich einfach in den Alltagsablauf integrieren lassen. Eine abschließende Entspannungsübung läßt die Stunde ausklingen. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung zum Kurs und bringen Sie eine Decke und ein kleines Kissen mit.

30200

AROHA® und KAHA® Kompaktkurs

Melanie Krüger

Samstag, 9.11.2019

15.00-17.00 Uhr

Sonntag, 10.11.2019

9.00-11.00 Uhr

vhs Saal – 1. Stock

EUR 29,-

Bitte bequeme Kleidung tragen und etwas zum Trinken mitbringen.

AROHA® ist ein Mix aus kontrolliert ausdrucksstarken kraftvollen und entspannenden Bewegungen und Elementen der maorischen Kampfkunst und dem Tai Chi, die mit einem einfachen Grundschrift im 3/4 Takt verbunden werden. AROHA® ist ein ausdauerorientierter Gesundheitskurs, der den Körper und den Geist trainiert.

KAHA® ist ein Bewegungsprogramm, inspiriert vom Haka (traditionelle ausdrucksstarke Bewegungen der Ureinwohner Neuseelands), mit Elementen aus dem TaiChi, QiGong, Pilates und dem klassischen Yoga. Es kräftigt, dehnt und entspannt entscheidende Muskelgruppen. KAHA® ist mobilisierend fordernd und für Seele und Geist beruhigend.

AROHA® und KAHA® werden zu toller Musik durchgeführt und sind von jedem Teilnehmer jeden Alters und Trainingszustands durchführbar.

30205

Pilates – ganzheitliche Fitness für Körper und Seele – Einsteiger

Gabi Kühn

Montag, 23.9.2019, 10 Termine
19.30-20.30 Uhr, Alte Gerbe – Saal
EUR 85,- / erm. EUR 72,50

Pilates ist ein weltweit anerkanntes Ganzkörpertraining, das Elemente aus Yoga, Ballett und PME enthält. Der Körper wird als Einheit betrachtet, geistige und körperliche Fitness stehen in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander. Die Kernmuskulatur wird gestärkt, Flexibilität und Haltung werden verbessert, Geist und Körper harmonisiert und entspannt. Dieses Training ist für alle Altersstufen geeignet, nur während der Schwangerschaft sollten Sie nicht daran teilnehmen. Als Rückbildungsgymnastik ist es dagegen ideal.

zielgerichteter Konzentration und innerer Ruhe, nach Kraft und Ausdauer. Das intensive Erlebnis von Spannung und Entspannung fördert dabei spielerisch die körperbezogene Wahrnehmung. Der zusätzliche Reiz des Bogenschießens liegt in der individuellen Auseinandersetzung mit Erfolg und Misserfolg. Zudem werden Körperbeherrschung, Konzentrationsfähigkeit und die Gleichmäßigkeit von Bewegungen gefördert. Witterungsunabhängig durchgeführt, wird nebenbei auch noch die Rücken- und Schultermuskulatur gestärkt. Die Nutzung des Schwimmbades und der Dampfgrotte an den Kurstagen ist inklusive.
In Zusammenarbeit mit dem Verein für Gesundheitssport e.V., Gesundheitswelt Überra-

30206

Pilates – ganzheitliche Fitness für Körper und Seele – Fortgeschrittene II

Gabi Kühn

Montag, 23.9.2019, 10 Abende
18.30-19.30 Uhr, Alte Gerbe – Saal
EUR 85,- / erm. EUR 72,50

Inhalt siehe Kurs 30205

Isnyer Langlaufkurse

Anmeldung und weitere Auskünfte über das Büro für Tourismus der Isny Marketing GmbH, Unterer Grabenweg 18, 88316 Isny im Allgäu,
Tel. +49 7562 97563-0
info@isny-tourismus.de, www.isny.de/langlauf

30224

Fitness- und Funktionsgymnastik

Karin Glasl

Montag, 16.9.2019, 10 Abende
18.30-20.00 Uhr, Gesundheitswelt Überra-
Turnhalle
EUR 80,50 / erm. EUR 70,50

Die Teilnehmer erwartet ein Fitnessmix aus Ausdauertraining sowie Kräftigung und Dehnung aller Muskelgruppen. Mobilisation, Stabilisation für den Rücken und Koordinationsübungen sorgen für ein ausgewogenes Körpergefühl. Im Anschluss an den Kurs besteht gegen Eintritt (EUR 3,- / Abend) die Möglichkeit zum Schwimmen.

Langlaufkurs intensiv: Für Einsteiger und Fortgeschrittene, Klassik oder Skating

Schnee Sport Schule Marc Rudhart, Isny
Samstag, 7. Dezember 2019, 14 Uhr-16 Uhr
Sonntag, 8. Dezember 2019, 10 Uhr – 14 Uhr
(inkl. ca. 45 Minuten Mittagspause)
Langlaufstadion Volksbank Allgäu-
Oberschwaben eG Isny
Mindestteilnehmerzahl: 5 Personen

Am Wochenende Langlaufen lernen oder den eigenen Laufstil optimieren: Die Schnee-Sport-Schule Isny unterrichtet Anfänger und Läufer mit Vorkenntnissen im Skating- oder klassischen Laufstil. In der Gruppe stehen Aufwärm-, Gleichgewichts- und Technikübungen auf dem Programm. Mittels Videoanalyse feilen die Kursteilnehmer gemeinsam mit dem Trainer an ihrem Laufstil.
Die Ausrüstung (Ski, Schuhe, Bindung und Stöcke) kann für die Kursdauer und gegen Vorlage der Anmeldebestätigung zu vergünstigten Konditionen bei Outdoor & Sport geliehen werden:

30104

Bogenschießen – Einführungskurs

Herbert Heumos

Dienstag, 19.11.2019, 4 Abende
18.00-20.00 Uhr, Gesundheitswelt Überra-
Turnhalle
EUR 79,-

Gelassen und treffsicher wie Robin Hood: Das Besondere an diesem Trendsport ist das Streben nach

Weitere Termine:

Samstag, 21. & Sonntag, 22.12.2019
Samstag, 4. & Sonntag, 5.1.2020
Samstag, 18. & Sonntag, 19.1.2020
Samstag, 1. & Sonntag, 2.2.2020
Isny Marketing GmbH
EUR 105,- / erm. EUR 95,-

30236

Allgäuer Vollmondtour

Michael Hofmann, Kompass Outdoor
 Freitag, 10. Januar 2019, 19 Uhr
 EUR 30,- / erm. EUR 20,-
 (inkl. Schneeschuhe, Stöcke für Dauer der Tour;
 Käse, Glühwein/Punsch)

Das Licht des Vollmonds verwandelt den Winterwald, baumlose Weiden und Weiher in eine silbrig glänzende, ruhende Schattenlandschaft. Auch bei der Rast mit Punsch, Glühwein und Allgäuer Käse kommen die Wanderer gänzlich ohne künstliches Licht aus. Die Vollmondtour findet mit kürzerer Laufzeit auch statt, wenn kein Schnee liegt. Aufstieg über das Rotenbachtal und die Alpe Wenger Egg zum Schwarzen Grat (1.118 m); ca. 6 Kilometer, 4 Stunden.

30237

Schneeschuhtouren im Allgäu bei Isny

Michael Hofmann, Kompass Outdoor
 Sonntag, 12.1.2020, 10 Uhr
 EUR 30 Euro, erm. EUR 20,-
 (inkl. Schneeschuhe, Stöcke für Dauer der Tour;
 Käse, Glühwein/Punsch)

Vom Kreuzthal über die Wenger Egg Alpe zum Schwarzen Grat; ca. 6 Kilometer, 4 Stunden.

Im Wasser

30221

Kraulschwimmen Grundkurs

Claudia Gralki
 Donnerstag, 7.11.2019, 6 Abende
 18.30-19.30 Uhr, Gesundheitswelt Überruh,
 Schwimmbad
 EUR 75,-

Dieser Kurs ist für Schwimmer geeignet, die keine Kraulkenntnisse haben. Mit viel Spaß und Abwechslung werden spielerisch die Technik des Kraulschwimmens sowie verschiedenste Bewegungs- und Koordinationsübungen erlernt. Paddles, Schwimmbrett und Pullboy erleichtern den Einstieg in diesen wirkungsvollen und ökonomischen Schwimmstil. Auch Kinder ab zwölf Jahren sind herzlich willkommen! Der Eintritt ins Schwimmbad inkl. Dampfgrotte ist in der Kursgebühr enthalten. In Zusammenarbeit mit dem Verein für Gesundheitssport e. V., Gesundheitswelt Überruh.

30222

Kraulschwimmen Aufbaukurs

Claudia Gralki
 Donnerstag, 7.11.2019, 6 Abende
 19.30-20.30 Uhr, Gesundheitswelt Überruh,
 Schwimmbad
 EUR 75,-

Für Schwimmer, die bereits 25 – 50 m am Stück kraulen können, Ziel des Aufbaukurses ist, die Technik des Kraulschwimmens zu verfeinern. Verschiedenste Bewegungs- und Koordinationsübungen sowie der Einsatz von Kleingeräten helfen, die Effizienz dieses wirkungsvollen und ökonomischen Schwimmstils zu steigern. Dazu erhalten die Teilnehmer individuelle Tipps für Ihre Kraultechnik. Auch Kinder ab zwölf Jahren sind herzlich willkommen! Der Eintritt ins Schwimmbad inkl. Dampfgrotte ist in der Kursgebühr enthalten. In Zusammenarbeit mit dem Verein für Gesundheitssport e. V., Gesundheitswelt Überruh.

30227

Rückenschwimmen für Erwachsene

Petra Bertling
 Freitag, 11.10.2019, 5 Termine
 17.00-18.00 Uhr, Gesundheitswelt Überruh,
 Schwimmbad
 EUR 49,-

Obwohl von Ärzten in vielen Situationen empfohlen, ist das Rückenschwimmen unter den meisten Schwimmern eine unbeliebte Fortbewegung im Wasser. Durch gezielte Übungen zur richtigen Wasserlage, Schwimmtechnik und Orientierung werden Unsicherheiten überwunden, Beweglichkeit gefördert und Spaß an diesem gesundheitsfördernden Schwimmstil vermittelt. Für Einsteiger ab 18 Jahre. Die Nutzung des Schwimmbades und der Dampfgrotte an den Kurstagen ist inklusive. In Zusammenarbeit mit dem Verein für Gesundheitssport e. V., Gesundheitswelt Überruh.

Aquagymnastik

Petra Bertling

Dienstag, 17.9.2019, 8 Abende

18.30-19.30 Uhr, Gesundheitswelt Überruh,
Schwimmbad

EUR 85,-

Gelenkschonende Bewegung in 29°C warmen Quellwasser bei angenehm motivierender Musik. Der abwechslungsreiche Mix aus unterschiedlichsten Motorik- und Gymnastikübungen verspricht ein vielseitiges Trainingsprogramm für alle, die Spaß an der Bewegung im Wasser haben. Dabei werden Kraft, Ausdauer sowie Koordination gleichermaßen geschult und die Entspannung gefördert. Zum Einsatz kommen verschiedene Auftriebshilfen, wie Hanteln, Discs und Schwimnudeln. Der Kurs ist als Präventionsmaßnahme anerkannt und wird von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst. Die Nutzung des Schwimmbades und der Dampfgrotte an den Kurstagen ist inklusive. In Zusammenarbeit mit dem Verein für Gesundheitssport e.V., Gesundheitswelt Überruh.

Aquajogging

Petra Bertling

Dienstag, 17.9.2019, 8 Abende

17.30-18.30 Uhr, Gesundheitswelt Überruh,
Schwimmbad

EUR 85,-

Das Aquajogging ist ein Ganzkörpertraining, bei dem mit geringem Aufwand und ohne lange Anlernphase alle Körperpartien effektiv trainiert werden. Es ist für jedermann geeignet und wirkt sich sehr positiv auf Ausdauer sowie Atmung aus. Neben der Reduzierung des Körperfetts werden auch die Konzentrationsfähigkeit und der Gleichgewichtssinn verbessert. Der Einsatz von Schwimmgürteln und Aqua-Hanteln entlastet Gelenke, Bänder sowie die Wirbelsäule bei optimaler Kräftigung der Muskulatur. Der Kurs ist als Präventionsmaßnahme anerkannt und wird von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst. Die Nutzung des Schwimmbades und der Dampfgrotte an den Kurstagen ist inklusive. In Zusammenarbeit mit dem Verein für Gesundheitssport e.V., Gesundheitswelt Überruh.

Yoga / Entspannung

30100

Hatha-Yoga I – für Anfänger

Anne Girr

Montag, 16.9.2019, 12 Abende

18.30-20.00 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 88,50 / erm. EUR 77,-

Hatha-Yoga bedeutet Begegnung mit sich selbst. Entspannungs-, Dehnungs- und Atemübungen fördern die Konzentration und die Geschicklichkeit ebenso wie die Entstauung der Organe, die Belebung des Stoffwechsels und die Entlastung des Nervensystems.

30101

Hatha-Yoga II

Anne Girr

Montag, 16.9.2019, 12 Abende

20.00-21.30 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 88,50 / erm. EUR 77,-

Eine Übungsreihe für Teilnehmer, die schon einen Yoga-Kurs besucht haben und in Übung bleiben wollen.

30102

Sanftes Yoga

Anne Girr

Freitag, 20.9.2019, 12 Vormittage

8.30-10.00 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 88,50 / erm. EUR 77,-

Wieder beweglicher, wieder geschmeidiger werden? Mit sanften Yoga-Übungen kann das gelingen. Personen mit leichten körperlichen Einschränkungen können teilnehmen. Auf individuelle Bedürfnisse wird eingegangen.

30103

Yoga für Frauen

Anne Girr

Freitag, 20.9.2019, 12 Vormittage

10.00-11.30 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 88,50 / erm. EUR 77,-

Der Kurs beinhaltet ausgewählte, sanfte Yoga- und Atemtechniken. Diese wirken harmonisierend auf das Hormonsystem sowie belebend, stimmungshobend und verjüngend auf Körper und Geist.

30106

Yoga am Morgen – der perfekte Start in den Tag

Iris Magenreuter

Dienstag, 17.9.2019, 12 Termine

9.00–10.00 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 74,50

Wecke deinen Körper und Geist ganz bewußt mit Übungen auf, die deinen Kreislauf in Schwung bringen, deine Gelenke mobilisieren und dich stark und flexibel werden lassen. Tanke dich auf mit ganz viel positiver Energie und Freude und nimm diese mit in deinen Tag. Dieser Kurs ist für Frauen und Männer geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

30117

Körper in BeWeGung – Schnuppernachmittag

Iris Magenreuter

Freitag, 11.10.2019, 1 Termin

14.00–16.00 Uhr, Furtenwies 1, 88316 Isny im Allgäu

EUR 14,50

Bitte Yoga-Matte oder Handtuch mitbringen

In entspannter Atmosphäre und in Einklang mit dir selber, wärmst du deinen Körper mit fließenden Bewegungen auf und kräftigst präventiv deinen Bewegungsapparat mit gezielten Übungen auf der Matte. Atemtechniken erhöhen die Sauerstoffversorgung und helfen mental zu entspannen. Die Übungen wirken sich positiv auf Körperhaltung und Balance aus und werden langsam ausgeführt. Bring dich in BeWeGung

30118

Körper in BeWeGung

Iris Magenreuter

Donnerstag, 17.10.2019, 8 Termine

18.00–19.15 Uhr, Furtenwies 1, 88316 Isny im Allgäu

EUR 64,50

Bitte Yoga-Matten oder Handtuch mitbringen

In entspannter Atmosphäre und in Einklang mit dir selber, wärmst du deinen Körper mit fließenden Bewegungen auf und kräftigst präventiv deinen Bewegungsapparat mit gezielten Übungen auf der Matte. Atemtechniken erhöhen die Sauerstoffversorgung und helfen mental zu entspannen. Die Übungen wirken sich positiv auf Körperhaltung und Balance aus und werden langsam ausgeführt. Bring dich in BeWeGung

30107

Yoga für Männer

Alexandra Kuisle

Mittwoch, 9.10.2019, 6 Termine

19.30–21.00 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 58,50

Bitte mitbringen: 1 Wolldecke

Immer mehr Männer entdecken Yoga für sich. Sie haben einen anderen Körperbau als Frauen; kräftigere, aber auch oft verkürzte Muskeln und dadurch kann die Beweglichkeit und Flexibilität eingeschränkt sein. Es gibt spezielle Übungen, die dieses Thema bearbeiten, begleitet von kraftvollen Asanas.

30120

Endlich wieder gut schlafen – für viele ist das nur ein Traum

Elfriede Jaschik

Samstag, 28.9.2019, 1 Nachmittag

14.00–16.30 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 17,50

Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke und evtl. ein kleines Kissen

Die hohen Anforderungen des Alltags, Stress und Hektik führen bei immer mehr Menschen zu Schlafmangel durch Ein- und Durchschlafschwierigkeiten. Erholsamer Schlaf ist jedoch die Quelle für mehr Energie, Wohlbefinden und Gesundheit. An diesem Wochenende erleben Sie neben theoretischem Wissen rund um das Thema Schlaf effektive Entspannungstechniken aus Atemtherapie, Progressiver Muskelentspannung und Mini-Motion-Bewegungsübungen für den Alltag und die Nächte. Diese sind leicht erlernbar und ein guter Weg zu einem erholsamen Schlaf. Werden Sie Ihr eigener Schlafexperte! Ein Übungsprogramm für den Alltag hilft Ihnen dabei. Sie erhalten das Werkzeug dazu, mit dem Sie gleich zu Hause loslegen können.

30121

Raus aus dem Stress – hinein in die Balance! Kurzentspannung für jeden Tag

Elfriede Jaschik

Samstag, 11.1.2020, 1 Termin

14.00–17.00 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 27,50

Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke und evtl. ein kleines Kissen

Immer mehr Menschen leiden unter Stress und Hektik, was nicht selten zu Erschöpfungszuständen oder sogar Krankheit führt. Werden Sie aktiv und schalten Sie einfach mal ab mit Elementen aus verschiedenen Entspannungstechniken und sanften Körperübungen, die nicht nur positiv auf verkrampte und angespannte Muskulatur wirken, sondern auch für innere Ruhe, Entspannung und Ausgeglichenheit sorgen.

Gelassen den Alltag in jeder Lebenslage meistern

Elfriede Jaschik
Freitag, 4.10.2019, 4 Termine
18.15-19.15 Uhr, vhs Saal – 1. Stock
EUR 35,--/ erm. EUR 30,-
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, evtl. kl. Kissen...

Wer es schafft, den Körper zu beruhigen, kann auch psychischen Belastungen besser standhalten. Dabei helfen sowohl altbekannte Verfahren, wie z.B. Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Meditation als auch neuere Methoden, deren Wirksamkeiten wissenschaftlich anerkannt sind. Gut gewappnet gegen Stress sind all jene, die sich regelmäßig körperlich entspannen, gedanklich abschalten und vor allem die eigenen Bedürfnisse achtsam wahrzunehmen vermögen. All diese Fähigkeiten, darin sind sich Stressforscher einig, lassen sich einüben und vertiefen und darum geht es in diesem Kurs.

Klangerlebnis mit Klangschalen und Gongs

Margit Autenrieth-Ludwig
Samstag, 23.11.2019, 1 Abend
18.30-20.00 Uhr, vhs Saal – 1. Stock
EUR 13,50
Bitte mitbringen: Decke und Kissen

Tauchen Sie ein in die wundervollen Spähren des Klangs. Genießen Sie die Zeit der Entspannung von Körper, Geist und Seele. Nehmen Sie eine kleine Auszeit vom Alltag und tanken Sie Kraft, Gelassenheit und Lebensfreude.
Die Dozentin ist zertifizierte Klangschalentherapeutin.

TaiChi – Qi Gong am Vormittag – Bewegungsmeditation

Angelika Schützinger
Donnerstag, 14.11.2019, 6 Vormittage
10.15-11.30 Uhr, vhs Saal – 1. Stock
EUR 64,- / erm. EUR 55,50

Mit Heilgymnastik aus der traditionellen chinesischen Medizin stärken und entspannen wir gleichzeitig den Körper und beruhigen den Geist. Das Üben umfasst Kreislauf anregende Bewegungen und stärkt Muskeln und Gelenke. Die Konzentrationsfähigkeit steigt und das Gleichgewicht wird verbessert.
Regelmässiges Üben wirkt vitalisierend auf Körper, Geist und Seele.

Achtsamkeit für den Atem

Petra Eyssel
Dienstag, 15.10.2019, 5 Termine
18.00-19.30 Uhr, vhs Saal – 1. Stock
EUR 47,50
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Decke, ein kleines Kissen

Unser Atem ist unser Leben. Für einen bewussten Atem bleibt oft zu wenig Zeit. Erst wenn uns die Luft ausgeht halten wir inne. Einfache Bewegungsübungen in Verbindung mit dem Atem verhelfen Ihnen zu mehr Ruhe und innerer Kraft. Gelassenheit und Ausgeglichenheit nehmen spürbar zu. Der Schlaf verbessert sich. Lebendigkeit und Frische stellen sich ein.

Im Alltag beweglich – sanfte Bewegung nach der Feldenkrais-Methode

Veronika Schellhorn-Plötz
Donnerstag, 26.9.2019, 8 Abende
18.15-19.30 Uhr, vhs Saal – 1. Stock
EUR 62,50 / erm. EUR 53,50

Die von Dr. Feldenkrais entwickelte Methode („Bewusstheit durch Bewegung“) bietet Menschen jeden Alters die Möglichkeit, anhand von einfachen Bewegungen die Eigenwahrnehmung und Beweglichkeit zu schulen. Dieser Kurs dient dazu, tief verwurzelte Gewohnheiten und Einschränkungen zu erspüren, neue Möglichkeiten zu entdecken sowie Leichtigkeit und Freiheit in unseren Bewegungen wiederzuerlangen.

Dozenten

Elfriede Jaschik
zertifizierte Entspannungspädagogin



Gabi Kühn
Dipl. Sportlehrerin für Fitness /
Gesundheit, Pilates Coach PCB1, 2, 3



Karin Glasl
Übungsleiterin Freizeitsport



Anne Girr
Heilpraktikerin



Iris Magenreuter
Yoga- und Pilateslehrerin



Alexandra Kuisle



Margit Autenrieth-Ludwig



Petra Eyssel
Atempädagogin afa



Veronika Schellhorn-Plötz
Feldenkraislehrerin



Angelika Schützing
Heilpraktikerin
und Tai Chi Dozentin



Helga Horn

Jan Rübsam



Dorothee Urbainczyk
Physiotherapeutin



Melanie Krüger

Beate Zapf
staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin





→ Sprachen

Deutsch	58
---------	----

Englisch	59
----------	----

Französisch	62
-------------	----

Italienisch	63
-------------	----

Spanisch	64
----------	----

Japanisch	65
-----------	----

Russisch	66
----------	----

Der gemeinsame Europäische Referenzrahmen bei vhs-Sprachkursen

Um unseren Kursteilnehmern die Orientierung zu erleichtern und Sprachniveaus vergleichbar zu machen, haben wir die Kurse unserer vhs-Sprachschule in diesem Semesterprogramm nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen klassifiziert. Die Einstufung markiert jeweils das Kursziel. Sie finden in unserem Semesterprogramm folgende Einstufungen:

A1

Hören: Sie verstehen einfache Wörter und Sätze zu Ihnen vertrauten Themen.

Sprechen: Sie können sich auf einfache Art über vertraute Themen verständlich machen.

Lesen: Sie können einfache Sätze und Hinweise, z.B. auf Schildern und Plakaten, lesen.

Schreiben: Sie sind in der Lage, einfache Standardformulare, z.B. im Hotel, auszufüllen.

A2

Hören: Sie verstehen einfache Alltagsgespräche und kurze Mitteilungen.

Sprechen: Sie können eine Unterhaltung zu alltäglichen Themen führen.

Lesen: Sie verstehen die Texte in Anzeigen oder Speisekarten.

Schreiben: Sie sind in der Lage, kurze Mitteilungen zu verfassen.

B1

Hören: Sie verstehen das Wesentliche in Nachrichten und Gesprächen, wenn langsam gesprochen wird.

Sprechen: Sie können in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen beschreiben.

Lesen: Sie verstehen Texte aus der Alltags- und Berufswelt.

Schreiben: Sie sind in der Lage, einen persönlichen Brief zu schreiben.

B2

Hören: Sie verstehen die meisten Sendungen und Filme im Fernsehen.

Sprechen: Sie können sich mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten.

Lesen: Sie verstehen Zeitungsberichte zu aktuellen Themen.

Schreiben: Sie können detaillierte Texte und Berichte verfassen.

C1

Hören: Sie verstehen mühelos Hörfunk und Fernsehsendungen.

Sprechen: Sie können sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken.

Lesen: Sie verstehen Texte zu komplexen Themen und literarische Texte.

Schreiben: Sie können sich klar und strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben.

C2

Sie hören, sprechen, lesen und schreiben auf dem Niveau einer Muttersprachlers / einer Muttersprachlerin.

Alphabetisierung

Viele Erwachsene haben Probleme mit der Schriftsprache. Das kann man auch im Erwachsenenalter noch ändern.

Die vhs Isny bietet in Zusammenarbeit mit Gabriele Sziede (M.A. Integrative Lerntherapie) ein Angebot an, in denen deutschsprachige junge und ältere Erwachsene, ausgehend von ihren persönlichen Lernvoraussetzungen, ihre Lese- und Schreibfertigkeiten verbessern können.

Manche können vielleicht gar nicht oder kaum lesen und schreiben. Schriftliche Arbeitsanweisungen, Briefe, Berichte, Formulare, Beipackzettel oder Bedienungsanleitungen bereiten ihnen Probleme. Der individuelle Lernbedarf ist unterschiedlich, je nach Ausgangslage und persönlichen Zielen. Daher bieten wir zunächst eine ausführliche Beratung zur Ermittlung eines passenden Kurses an. Der erste Schritt ist immer der schwerste, und ohne Hilfe von Vertrauenspersonen oft nicht zu bewältigen.

Wenn Sie einen Erwachsenen kennen, der nicht lesen und schreiben kann, machen Sie ihn bitte auf unser Angebot aufmerksam.

Information, Beratung und Anmeldung sind vertraulich!

Ihre Ansprechpartnerin:

Heike Hengge, Tel 07562 91452-21

Anmeldung zu allen Kursen und Einzelveranstaltungen notwendig.

Deutsch

40401

Deutsch für Anfänger (A1)

Ute Jungchen

Dienstag, 17.9.2019, 12 Abende

16.15-17.45 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 96,50 / erm. EUR 82,50

Sie wollten schon immer Deutsch lernen. Immer wieder nehmen Sie sich vor, einmal einen Deutschkurs zu besuchen, hatten nur bisher nicht den Mut oder die Zeit. Dann sind Sie in diesem Kurs richtig und herzlich eingeladen. Mit viel Spaß erlernen wir gemeinsam die deutsche Sprache und haben viele Erfolgserlebnisse. Wir lernen uns in Alltagssituationen zu verständigen. Dabei arbeiten wir mit dem Lehrwerk: Themen1 vom Hueber Verlag (Kurs- und Arbeitsbuch)

40402

Deutsch für Anfänger mit Vorkenntnissen (A1)

Ute Jungchen

Dienstag, 17.9.2019, 12 Abende

17.50-19.20 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 96,50 / erm. EUR 82,50

Dieser Kurs eignet sich sowohl für Quereinsteiger mit bereits geringen Deutschkenntnissen als auch als Fortsetzungskurs aus dem Semester 1/2019. Wir arbeiten weiterhin mit dem Kurs und Arbeitsbuch Themen1 (10 Lektionen) vom Hueber Verlag. Das Buch dient zum fortlaufenden Aufbau von Wortschatz und Grammatik und zum Trainieren des Hör- und Leseverstehens. Außerdem üben wir an verschiedenen Themen das freie Sprechen, auch Formulierungsübungen kommen nicht zu kurz.

40403

Deutsch für Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger (A2/B1)

Ute Jungchen

Dienstag, 17.9.2019, 12 Abende

19.25-20.55 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 96,50 / erm. EUR 84,50

In diesem Kurs für Fortgeschrittene, der schon seit einigen Semestern besteht, arbeiten wir mit dem Kurs- und Arbeitsbuch Themen2 (10 Lektionen) vom Hueber Verlag.

Es ist der Fortsetzungskurs aus dem Semester 1/2019. Quereinsteiger, die ihre Deutschkenntnisse erweitern und verbessern wollen, sind herzlich willkommen.

Wir vertiefen weiterhin die im letzten Kurs erworbenen Kenntnisse anhand typischer Alltags- und Berufssituationen und üben, eigene Gedanken

und Meinungen im Gespräch zum Ausdruck zu bringen.

Außerdem erhalten Sie Informationen zu Schule, Ausbildung, Beruf und Kultur in Deutschland.

Auf Wunsch bereiten wir auf die Sprachprüfung A2/B1 vor.

40404

Deutsch als Fremdsprache – Grammatik und Texte

Daria Haner

Montag, 30.9.2019, 10 Abende

18.00-19.30 Uhr, vhs Flachs-Stüble – EG

EUR 82,50

Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon gut Deutsch sprechen und grammatische Strukturen besser verstehen und anwenden wollen. Neben Wiederholungen und grammatischen Vertiefungen werden wir gemeinsam literarische und alltägliche Texte bearbeiten.

Eine spannende Entdeckungsreise auf den Spuren der Deutschen Sprache!

Englisch

40602

English – Brushing up and moving on (B1/B2)

Brigitte Elbe

Freitag, 20.9.2019, 12 Termine

17.30-19.30 Uhr, vhs Bleich-Kammer – EG

EUR 120,- / erm. EUR 102,-

Talking: travelling and more favourite interests

Discussing: topical affairs – curious and delicate – at home and abroad

Exploring: English eccentricities in language and character

Training: correct use with rules for runaways – open ears – genius and gut feeling

Come along and join in!

Our book: Network Refresh Now – Activate and pep up your English – B1 (Klett)

40603

Easy English: Going intermediate – Fortsetzung (A2)

Brigitte Elbe

Montag, 16.9.2019, 12 Termine

18.00-19.30 Uhr, vhs Bleich-Kammer – EG

EUR 90,50 / erm. EUR 77,50

We can manage: everyday practical situations, friendly traveller smalltalk conversations with people we meet, using present, past and future. We'll go to more places, pick up information for travellers and new words to talk about our interests. We listen to people from different countries and come to understand their accents, train our basic grammar and go on with easy-going exercises the interactive talking way. Newcomers are welcome – our book: Easy English, A2.2 – Unit 6

40604

Englisch Kompaktkurs: auffrischen und ausbauen (A2/B1)

Brigitte Elbe

Dienstag, 5.11.2019, 12 Abende

19.00-21.00 Uhr, vhs Bleich-Kammer – EG

EUR 134,50 / erm. EUR 114,50

Wer am Arbeitsplatz und auf Reisen immer wieder Englisch braucht, kann hier mit zwei Kursabenden pro Woche in kurzer Zeit zu einem flüssigen und entspannten Umgang mit der Fremdsprache finden. Wortschatz und Strukturen werden kommunikativ auf- und ausgebaut. Hörübungen sind wichtiger Bestandteil des Kurses und schärfen das Gehör für fremde Akzente.

Kurstage: Dienstag und Donnerstag

40605

Originals – the real thing!

Brigitte Elbe

Mittwoch, 25.9.2019, 6 Termine

18.00-20.00 Uhr, vhs Bleich-Kammer – EG

EUR 68,50

zzgl. Kosten für Exkursionen, Filme etc.

Going global we are today confronted with real life language, all levels of competence and a variety of accents. Getting in touch with original material helps us to to keep cool when feeling fearful, to develop strategies of understanding words unknown and coming to grips with ambiguity. We will pick our choice from literature and newspaper texts, radio reports, see a film and go on a guided tour. Come along and taste the real thing.

40608

Englisch für Erwachsene (B2) „Practising Conversation“

Erich Nold

Freitag, 20.9.2019, 10 Termine

18.15-19.45 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 78,- / erm. EUR 66,-

Weiterführung von oben genanntem Kurs mit bewährter Thematik: In ungezwungenem „Small Talk“ kennenlernen von Redensarten, Sprichwörtern in typisch britisch-idiomatischen Redewendungen. Anregung zu treffenden Situationsaussagen. Aktuelle Artikel aus der Sprachzeitschrift „Read on“.

40609

Englisch für Anfänger – Slow Motion (A1)

Maren Sziede

Montag, 23.9.2019, 10 Termine

17.00-18.30 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 82,50 / erm. EUR 70,50

Sie möchten ohne Zeitdruck und ganz entspannt die englische Sprache erlernen? Die Vermittlung der Kenntnisse erfolgt angepasst an das Tempo der Teilnehmer.

Sterling Silver – Englisch für Senioren; Cornelsen Verlag; Niveaustufe A1

40610

Englisch für Fortgeschrittene am Vormittag (B1/B2)

Johanna Schanbacher

Mittwoch, 18.9.2019, 10 Vormittage

9.30-11.00 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 78,- / erm. EUR 66,-

Schwerpunkt des Kurses ist die Konversation. Aktuelle Zeitungsartikel dienen als Diskussionsgrundlage. Außerdem werden eigene Berichte und Texte verfasst, sowie Spiele und Songs zur Auflockerung verwendet. Lektüre ‚Call of the Wild‘ von Jack London

40806

Französisch für Anfänger (A1)

Maren Sziede
Montag, 23.9.2019, 10 Termine
9.30-11.00 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock
EUR 96,50 / erm. EUR 82,50

Sie möchten nicht nur „une baguette et un verre de vin rouge“ bestellen können, Sie wollen auch die Grundlagen der Grammatik lernen? Die nötigen Kenntnisse werden in diesem Kurs vermittelt. Wir lernen nicht nur Französisch, wir reden auch über Land und Leute, deren Bräuche und Lebensart. Lehrbuch: Facettes Aktuell, Lehr und Arbeitsbuch mit CD Niveaustufe A1 – Hueber

40805

Französisch für Anfänger (A1)

Nadine Guglielmetti-Weiss
Donnerstag, 5.9.2019, 10 Termine
18.00-19.30 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock
EUR 96,50 / erm. EUR 82,50

In diesem Kurs tauchen Sie völlig in die französische Sprache und Kultur ein. Außer „Bonjour, ça va?“ lernen Sie die wichtigsten Grundkenntnisse, damit alltägliches leichter fällt. Ich freue mich Sie kennenzulernen. À bientôt. Die Dozentin ist Französin. Lehrbuch: Facettes Aktuell, Lehr und Arbeitsbuch mit CD Niveaustufe A1 – Hueber (ab Lektion 5)

40811

Französisch am Vormittag (B1)

Johanna Schanbacher
Dienstag, 17.9.2019, 10 Vormittage
9.30-11.00 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock
EUR 78,- / erm. EUR 66,-

Schwerpunkt dieses Kurses ist die Konversation, sowie das Verfassen eigener Berichte und Texte. Aktuelle Zeitungsartikel dienen neben dem Lernbuch „Voyages 3“ Klett Verlag als Diskussionsgrundlage. Gelernt wird auch anhand von Spielen, Chansons und Gedichten. Das Lesen einer Lektüre wird im Kurs abgesprochen.

40907

Italienisch für Anfänger (A1.1)

Riccardo Zanelli
Dienstag, 17.9.2019, 10 Abende
19.50-21.10 Uhr, Gymnasium Isny
EUR 82,50 / erm. EUR 70,50

In diesem Kurs werden Sie mit einem sanften und unterhaltsamen Einstieg die italienische Sprache erleben. Dialoge, Übungen, Lese- und Hörtexte aus dem italienischen Alltag werden Sie nach und nach auf den Kontakt mit Italien und den Italienern vorbereiten. Lehrbuch: Con Piacere A1 (Klett Verlag). ISBN 9978-3-12-525180-9

40904

Italienisch für fortgeschrittene Anfänger (A1)

Beatrice Zeising
Montag, 16.9.2019, 10 Abende
18.00-19.00 Uhr, Gymnasium, Raum 120
EUR 69,- / erm. EUR 59,50

Dieser Kurs richtet sich an Kursteilnehmer die einen A1 Kurs abgeschlossen haben und ihre Kenntnisse wiederholen, konsolidieren und reaktivieren möchten, bevor sie mit einem Kurs auf A2 Niveau beginnen. Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben.

40905

Italienisch für Anfänger (A1) Fortsetzung

Beatrice Zeising
Mittwoch, 18.9.2019, 10 Termine
19.40-20.40 Uhr, Gymnasium, Raum 120
EUR 69,- / erm. EUR 59,50

Fortsetzung des Anfängerkurses
Allegro italienisch 1, Klettverlag, ab Lektion 5

40906

Italienisch für Anfänger (A1.3)

Riccardo Zanelli
Dienstag, 17.9.2019, 10 Abende
18.15-19.45 Uhr, Gymnasium Isny
EUR 79,50 / erm. EUR 68,-

Vertiefen Sie in diesem Kurs bereits bestehende Grundkenntnisse der italienischen Sprache und erlernen Grundtätigkeiten des italienischen Alltags. Dialoge und Praxisbeispiele stehen jetzt im Vordergrund. (Fortführung des Kurses A1.2) Lehrbuch: Con Piacere A1(Klett Verlag), Ab Lektion 3. ISBN 9978-3-12-525180-9

40902

Italienisch für Fortgeschrittene (A2)

Beatrice Zeising
Montag, 16.9.2019, 10 Abende
19.30–20.45 Uhr, Gymnasium, Raum 120
EUR 75,50 / erm. EUR 64,50

Wir haben schon Allegro 1 und 2 hinter uns. Durch Lernkrimis, Spiele und Übungen wollen wir das Gelernte festigen. Quereinsteiger sind herzlich willkommen.

40903

Italienisch für Fortgeschrittene (A2-B1)

Beatrice Zeising
Mittwoch, 18.9.2019, 10 Abende
18.30–19.30 Uhr, Gymnasium, Raum 120
EUR 69,- / erm. EUR 59,50

Ripassiamo, leggiamo, giochiamo e naturalmente... parliamo!

Spanisch

42205

Spanisch für neue Anfänger (A1)

Maria Jacqueline Arboleda-Brigel
Mittwoch, 18.9.2019, 12 Termine
18.30–20.00 Uhr, Gymnasium Isny
EUR 108,- / erm. EUR 92,50

Spanisch lernen in angenehmer Atmosphäre!
In einem lebendigen Unterricht werden Grammatik, Wortschatz und richtige Aussprache vermittelt. Wir arbeiten in Gruppen, aber auch individuell.
Die Dozentin ist Kolumbianerin und lässt in ihren Unterricht auch kulturelle und landeskundliche Themen einfließen.
Lehrbuch „El curso en vivo“ A1, Langenscheidt (ab Lektion 1)

42201

Spanisch für leicht fortgeschrittene Anfänger (A1)

Maria Jacqueline Arboleda-Brigel
Donnerstag, 19.9.2019, 12 Termine
18.30–20.00 Uhr, Gymnasium, Raum 120
EUR 108,- / erm. EUR 92,50

Spanisch lernen in angenehmer Atmosphäre!
In einem lebendigen Unterricht werden Grammatik, Wortschatz und richtige Aussprache vermittelt. Wir arbeiten in Gruppen, aber auch individuell.
Die Dozentin ist Kolumbianerin und lässt in ihren Unterricht auch kulturelle und landeskundliche Themen einfließen.
Lehrbuch „El curso en vivo“ A1, Langenscheidt (ab Lektion 3–4)

42203

Spanisch für fortgeschrittene Anfänger (A1)

Maria Jacqueline Arboleda-Brigel
Dienstag, 17.9.2019, 12 Termine
19.05–20.35 Uhr, Gymnasium, Raum 120
EUR 108,- / erm. EUR 92,50

Spanisch lernen in angenehmer Atmosphäre!
In einem lebendigen Unterricht werden Grammatik, Wortschatz und richtige Aussprache vermittelt. Wir arbeiten in Gruppen, aber auch individuell.
Die Dozentin ist Kolumbianerin und lässt in ihren Unterricht auch kulturelle und landeskundliche Themen einfließen.
Lehrbuch „El curso en vivo A1“, Langenscheidt (ab Lektion 7)

42204

Spanisch für Fortgeschrittene (A2)

Maria Jacqueline Arboleda-Brigel
Dienstag, 17.9.2019, 12 Termine
17.30–19.00 Uhr, Gymnasium, Raum 120
EUR 108,- / erm. EUR 92,50

In einem lebendigen Unterricht werden Grammatik, Wortschatz und richtige Aussprache vermittelt. Es wird in Gruppen, als auch individuell gearbeitet. Wir verwenden außer dem Lehrbuch noch verschiedene Kopien. Unser Ziel ist es, in angenehmer Atmosphäre, mit Humor die spanische Sprache zu erlernen und die spanische sowie die südamerikanische Kultur näher kennenzulernen. Auf individuelle Wünsche wird eingegangen.
Lehrbuch „El curso en vivo A2“, Langenscheidt (ab Lektion 7)

Japanisch

41000

Japanisch für Anfänger – ohne Vorkenntnisse (A1)

Yumiko Kerber
Samstag, 28.9.2019, 8 Termine
13.00–14.30 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock
EUR 68,50
zzgl. EUR 3,- für Kopien

Japanisch ist eine leichte Sprache. Für den Anfang gibt es kein Plural, wenig Konjugationen und Deklinationen. Die Dozentin (eine echte Tokioterin) unterrichtet nicht nur Sprache, sondern auch die alte japanische Kultur.
Lehrbeauftragte an der Hochschule Kempten
Lehrbuch: Japanisch im Sauseschritt (ISBN: 13-978-4990038472)

Russisch für Anfänger

Daria Haner

Montag, 30.9.2019, 10 Abende

19.35-21.05 Uhr, vhs Bleich-Kammer – EG

EUR 85,-

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich für russische Sprache und Kultur interessieren. Sie werden lernen, sich in Alltagssituationen auf Russisch zu verständigen.

Dozenten

Nadine Guglielmetti-Weiss

Ute Jungchen
Sprachdozentin Deutsch
Dipl. Lehrerin



Brigitte Elbe
Sprachdozentin Englisch / Deutsch



Erich Nold
Sprachdozent Englisch
Oberstudienrat a.D.



Johanna Schanbacher
Sprachdozentin Französisch / Englisch



Daria Haner
Sprachdozentin Deutsch / Russisch



Riccardo Zanelli
Sprachdozent Italienisch



Beatrice Zeising
Sprachdozentin Italienisch
Muttersprachlerin



Maria Jaqueline Arboleda-Brigel
Sprachdozentin Spanisch
Muttersprachlerin



Yumiko Kerber
Sprachdozentin Japanisch
Muttersprachlerin

Maren Sziede



→ Beruf / Weiterbildung

Workshop zur gewaltfreien Kommunikation von Marshall Rosenberg

Christine Schmidt

Freitag, 27.9.2019 16.00-20.00 Uhr
vhs Flachs-Stüble – EG
EUR 37,50

„Du hörst mir nie zu“, „Das ist echt rücksichtslos von dir.“ oder „Alles Vollidioten hier!“, solche Worte oder Gedanken machen es schwer, dass ein Gespräch konstruktiv weiterläuft. Die Wirkung ist eher verletzend und Widerstand auslösend. Die Chance, mit den eigenen Anliegen noch gehört und verstanden zu werden, sinkt rapide. Das muss so nicht sein. Einen Weg aus diesem Dilemma bietet der Ansatz der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) von Marshall Rosenberg. In diesem Workshop bekommen Sie einen Einblick in die Haltung und das Handwerkszeug der GFK. Sie erfahren, wie es gelingen kann, auch schwierige Gespräche auf Augenhöhe zu führen, so dass eine respektvolle Verbindung zum Gegenüber bleibt und sich am Ende alle verstanden fühlen.

Mehr Sicherheit und Souveränität in der Gesprächsführung

Heike Sachs

Montag, 4.11.2019, 2 Termine
18.15-21.15 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock
EUR 62,50

Kennen Sie das? Ihre Argumente prallen von Ihrem Gesprächspartner ab, werden ignoriert und im schlimmsten Fall geht das, was Sie sagen wollten in die komplett verkehrte Richtung. Sie erreichen öfters Ihr Gegenüber nicht mit Ihren Worten. Kommunikation findet in allen Bereichen statt. Ob in Gesprächen mit Vorgesetzten, Kollegen, Mitarbeitern oder Kunden, in der Schule, auf der Arbeit oder im Privaten. In diesem Seminar werden die verschiedenen Denkweisen unter die Lupe genommen, praktische Tipps und Erfahrungen zur Erkennung der Denkweisen gegeben und gemeinsam auf Signale der Denkansätze eingegangen.

Reden vor Publikum

Ute Dittmar

Mittwoch, 2.10.2019 19.00-21.00 Uhr
Mittwoch, 9.10.2019 19.00-21.00 Uhr
vhs Bleicher-Küche – 1. Stock
EUR 52,50

Vor einer Gruppe zu sprechen ist ein Problem für Sie? Wie überwinden Sie Angst, Lampenfieber und Aufregung? In diesem Workshop erhalten Sie Tipps und erlernen Techniken, wie Sie souverän und selbstbewusst reden, Präsentationen überzeugend vortragen und so Ihre Zuhörer besser erreichen und begeistern.

Dozenten

Heike Sachs
Kommunikations- und
Rhetoriktrainerin



Ute Dittmar
Theaterpädagogin



Christine Schmidt





→ Informationstechnik / EDV

Schritt für Schritt in die Welt der EDV

Ruth Baranowski

Freitag, 22.11.2019, 5 Termine

16.00-18.30 Uhr, Wirtschaftsschule, Computerraum, Raum 229

EUR 80,50

Sie haben noch nie oder nur wenig mit dem PC gearbeitet und wollen jetzt wissen, wie das geht? Oder Sie haben sich bisher in eigener Regie mit dem Computer herumgeschlagen und wollen sich nun ein fundiertes Basiswissen aneignen? Vom Starten des PC's bis zum sicheren Speichern wird der richtige Einstieg ins Computerwissen vermittelt. Sie lernen mit der Maus und der Tastatur umzugehen, einen Text zu schreiben, zu korrigieren und zu drucken. Auch das Internet mit seinen Möglichkeiten kommt dabei nicht zu kurz.

Tabellenkalkulation mit Excel – Grundlagen

Ruth Baranowski

Donnerstag, 10.10.2019 18.00-21.00 Uhr

Donnerstag, 17.10.2019 18.00-21.00 Uhr

Donnerstag, 24.10.2019 18.00-21.00 Uhr

Wirtschaftsschule, Computerraum, Raum 229

EUR 58,50

Dieser Kurs ist für alle geeignet, die Kenntnisse in der Tabellenkalkulation mit Excel erwerben wollen. Im Kurs erlernen Sie den Aufbau und die Wirkungsweise von Excel; die Benutzeroberfläche einzurichten; Tabelleninhalte eingeben, berechnen und formatieren; Zelleninhalte verschieben und kopieren; Daten sortieren und filtern; relative, absolute und gemischte Zellbezüge zu verwenden; mit einfachen Formeln und Funktionen zu arbeiten und die Ergebnisse optisch aufzubereiten.

Word – Kompaktkurs

Ruth Baranowski

Donnerstag, 9.1.2020 18.00-21.00 Uhr

Donnerstag, 16.1.2020 18.00-21.00 Uhr

Donnerstag, 23.1.2020 18.00-21.00 Uhr

Donnerstag, 30.1.2020 18.00-21.00 Uhr

Wirtschaftsschule, Computerraum, Raum 229

EUR 77,- / erm. EUR 60,50

Dieser Kurs ist für Teilnehmer konzipiert, die in kurzer Zeit effektiv mit Word arbeiten wollen. Es ist eine Kombination aus Grund- und Aufbaukurs.

Inhalte:

Die Arbeitsoberfläche von Word; Eingeben, Markieren, Bearbeiten und Korrigieren von Texten; Rechtschreibhilfe, Silbentrennung; Textgestaltung mit Hilfe von Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierung; Kopieren, Ausschneiden, Einfügen; Grundzüge zu Nummerierung und Aufzählung; Kopf- und Fußzeilen, automatische Seitennummern; Grundlagen von Tabellen und Tabulatoren; Grafiken und Bilder in Texte; Tipps und Tricks

Tabellenkalkulation mit Excel – Aufbaukurs

Ruth Baranowski

Donnerstag, 28.11.2019 18.00-21.00 Uhr

Donnerstag, 5.12.2019 18.00-21.00 Uhr

Donnerstag, 12.12.2019 18.00-21.00 Uhr

Wirtschaftsschule, Computerraum, Raum 229

EUR 58,50

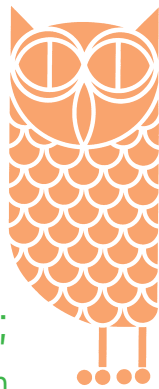
Dieser Kurs schließt inhaltlich an den Excel-Grundlagenkurs an.

Inhalt des Kurses: Tabellen und Arbeitsmappen bearbeiten und verknüpfen; Arbeiten mit komplexen Formeln und Funktionen, wie z.B. WENN und SVERWEIS; Kopf- und Fußzeilen verwenden; benutzerdefinierte Zahlenformate erstellen; Schnellformatvorlagen; Ausfüllfunktion nutzen; Arbeitsblätter und Zellen schützen; Erstellen und Bearbeiten von Diagrammen; Datenaustausch Excel-Word.

Vorkenntnisse: Excel – Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse

Firmen- Wunschkurse

Haben Sie Anregungen zu neuen Themen für vhs-Kurse? Möchten Sie einen Kurs organisieren, der speziell für Sie, Ihre Firma, Verein oder Gruppe konzipiert wird? Dann nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf.



Sich mitzuteilen ist Natur;
Mitgeteiltes aufzunehmen,
wie es gegeben wird, ist Bildung.

Johann W. von Goethe

Dozenten

Ruth Baranowski
Dipl. Volkswirtin





→ vhs Kochschule

Liköre und Geschenke – mit dem Thermomix

Monika Diepolder-Manthei

Freitag, 15.11.2019, 1 Termin

14.00–18.00 Uhr, Mensa am Schulzentrum

EUR 17,50

Bitte Geschirrtücher, Behälter für Kostproben, kleine Gläser, kleine Flaschen und Getränk mitbringen. Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Leckeres aus der Küche. Ideen für einen selbstgemachten Geschenkekorb. Befüllt wird dieser Korb mit verschiedenen Likören, süßen Plätzchen, Backmischung, Pralinen und Fruchtkugeln, feine Gewürze und vieles mehr.

„Meal Prep“ – das Vorkochen von heute

Ulrike Braun-Nuritdinkhodjaev

Mittwoch, 23.10.2019 19.30–21.00 Uhr

Mittwoch, 6.11.2019 19.30–21.30 Uhr

Mittwoch, 13.11.2019 19.30–21.30 Uhr

vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 24,50

Ob Frühstück, Mittag- oder Abendessen mit „Meal Prep“ gibt es nicht nur zu jeder Tageszeit eine gesunde und abwechslungsreiche Mahlzeit für sich selbst oder die ganze Familie, sondern Mann und Frau spart enorm viel

Zeit. Zielgruppe sind Frauen und Männer, die sich trotz stressigem Alltag gesund ernähren und Zeit beim Kochen einsparen möchten.

Im ersten Teil werden die Grundlagen für die Anwendung erarbeitet. Was benötige ich, wie fange ich an. In den beiden weiteren Terminen werden die praktische Umsetzung, einmal für Frühstück und für 3-Tage Vorkochen gezeigt.

Dozenten

Monika Diepolder-Manthei
Hauswirtschafterin



Ulrike Braun-Nuritdinkhodjaev





→ Familie / Junge vhs

Junge vhs 84

Herbst-Ferienprogramm 86

FF-Karte Isny 88

21307

Afrikanisches Trommeln – Workshop für Kinder von 6 – 10 Jahren mit oder ohne Eltern

Gabriela Losito-Wick

Mittwoch, 30.10.2019 14.00–17.00 Uhr

Kindergarten Felderhalde, Spitalhofweg 28,

88316 Isny

EUR 12,50

Habt ihr Lust auf einen musikalischen Ausflug nach Afrika? Ihr werdet Rhythmen aus Westafrika trommeln und auch verschiedene Begleitinstrumente, wie Basstrommel, Glocke, Clave, Kalabasse, Caxixi kennenlernen.

In diesem Afrika-Workshop werdet ihr überwiegend Trommeln, aber auch Lieder, Tänze und Spiele aus Afrika erleben.

Bei Anmeldung bitte Bescheid geben, ob Du eine eigene Djembé mitbringst;

es stehen auch Trommeln zur Verfügung.

20804

Orientalischer Tanz – für Mädchen (8–12 Jahre)

Gabriela Losito-Wick

Dienstag, 29.10.2019,

Mittwoch, 30.10.2019

17.30–18.30 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 15,50

Lasst Euch verzaubern auf einer musikalischen Reise in den Orient! Der orientalische Tanz verbindet Beweglichkeit, Koordination, Eleganz und Körpergefühl. Es macht Spaß „aus dem Bauch heraus“ zu tanzen und seinen Körper zu den verschiedenen orientalischen Musikstücken zu bewegen: von feurigen, fetzigen bis hin zu märchenhaften Klängen aus 1001 Nacht. Ihr habt auch die Möglichkeit, das Tanzen mit einem Schleier auszuprobieren. Bitte bequem kleiden (Hose oder Rock, evtl. auch ein orientalisches Hüft-Tuch/-Gürtel) und ein Getränk mitbringen.

30219

Klettern für Kinder

Claudia Amon

Samstag, 16.11.2019, 6 Nachmittage

17.30–19.00 Uhr, Gesundheitswelt Überruh, Turnhalle

EUR 65,-

Klettern ist Ganzkörpertraining mit Erlebnischarakter für Kinder von 8 bis 12 Jahren. Koordination, Konzentration und Beweglichkeit werden gezielt gefördert. Die verschiedenen Klettervarianten an den Boulderwänden und in der Kletterwand sind für jedes Kind ausführbar, unabhängig von Vorkenntnissen. Beim Klettern werden Kraft, Muskelkraftausdauer, Gleichgewicht, Koordination, Beweglichkeit sowie Feinmotorik von Händen und Füßen trainiert. Schon

nach den ersten kleinen Erfolgserlebnissen gewinnen die Kinder Selbstvertrauen in ihre körperlichen Fähigkeiten. Benötigt werden Sportkleidung und Hallenschuhe. Die Klettermaterialien werden gestellt. Die Nutzung des Schwimmbades und der Dampfgrotte an den Kurstagen sind inklusive. In Zusammenarbeit mit dem Verein für Gesundheitssport e. V., Gesundheitswelt Überruh.

30220

Eltern-Kind-Klettern

Claudia Amon

Samstag, 16.11.2019, 4 Termine

15.30–17.30 Uhr, Gesundheitswelt Überruh, Turnhalle

EUR 99,-

Dieser Kompaktkurs bietet Ganzkörpertraining mit Erlebnischarakter für Groß und Klein (Mindestalter 4 Jahre). Koordination, Konzentration und Beweglichkeit werden gezielt gefördert. Die verschiedenen Klettervarianten an den Boulderwänden und in der Kletterwand sind für jeden ausführbar, unabhängig von Alter und Vorkenntnissen. Schon nach den ersten kleinen Erfolgserlebnissen gewinnen Sie und Ihr Kind Selbstvertrauen in die körperlichen Fähigkeiten. Bitte beachten Sie, dass maximal ein Kind je Elternteil mitmachen kann. Benötigt werden Sportkleidung und Hallenschuhe. Die Klettermaterialien werden gestellt. Die Nutzung des Schwimmbades und der Dampfgrotte an den Kurstagen ist inklusive. In Zusammenarbeit mit dem Verein für Gesundheitssport e.V., Gesundheitswelt Überruh

30226

Schwimmen für Kinder

Petra Bertling

Freitag, 11.10.2019, 5 Termine

16.00–17.00 Uhr, Gesundheitswelt Überruh,

Schwimmbad

EUR 39,-

Kinder ab 8 Jahren erlernen in diesem Kurs spielerisch die Technik des Rücken- und Kraulschwimmens. Unter kompetenter Anleitung einer erfahrenen Schwimmlehrerin wird die Freude der Kinder an der Bewegung im Wasser gezielt gefördert. Dadurch entfalten die Kinder vielseitige, gut koordinierte Schwimmbewegungen. Voraussetzung für die Kursteilnahme ist das Seepferdchenabzeichen; außerdem sollten die Kinder den Kopf unter Wasser halten können. Das „Seepferdchen“ kann vor Kursbeginn während der Öffnungszeiten von Schwimmbad und Saunalandschaft Überruh erworben werden. Der Eintritt ins Schwimmbad ist in der Kursgebühr enthalten.

In Zusammenarbeit mit dem Verein für Gesundheitssport e. V., Gesundheitswelt Überruh.

Einfälle statt Abfälle – Plastikfasten

Manuel Schiffer

Donnerstag, 7.11.2019, 1 Termin

19.00-20.30 Uhr, vhs Saal – 1. Stock

EUR 5,- (Schülerpreis)

Der beste Abfall ist der, der gar nicht erst entsteht. Indes werden in Deutschland jeder zweite Kopfsalat und jedes fünfte Brot weggeworfen. In jeder Minute werden 10.000 Plastiktüten verbraucht. Insgesamt fallen auf jeden Einwohner jährlich 456 Kilogramm Abfälle an, von denen 42 Prozent in die Müllverbrennung wandern. Diese Mengen sind nach Ansicht von Manuel Schiffer, Umweltberater des BUND Ravensburg-Weingarten, viel zu hoch. In seinem Vortrag zeigt er, wie durch Einfälle statt Abfälle die Abfallbilanz verbessert werden kann.

Herbst-Ferienprogramm

28.10. bis 31.10.2019

Auch in diesen Herbstferien bietet die vhs Isny ein kleines Ferienprogramm mit Kursen, Workshops und Veranstaltungen speziell für Kinder und Jugendliche an. Dabei geht es nicht um Pauken, sondern um sinnvolle, interessante und abwechslungsreiche Freizeitangebote, die Spaß machen.

**Fotoworkshop für Jugendliche:
Endlich gute Bilder**

Svenja Kranz

Mittwoch, 30.10.2019 10.00-17.00 Uhr

Donnerstag, 31.10.2019 10.00-17.00 Uhr

Alte Gerbe

EUR 25,-

Fotos mal wieder nichts geworden? Wie kann man tolle überbelichtete Bilder machen? Warum sieht meine Aufnahme immer irgendwie langweilig aus? Wie geht das mit der Bewegungsunschärfe? Wie funktioniert eigentlich diese Kamera? Und wie bekomme ich endlich genau das Foto, das ich schon die ganze Zeit im Kopf habe? Im Kurs kann auch das ein oder andere Geschenk entstehen. Während des Kurses werden zum einen Grundkenntnisse und Basiswissen des Fotografierens vermittelt, zum anderen aber auch viel praktisch gearbeitet. Von der Einführung in die Technik der digitalen Fotografie über Erstellen von Bildkonzepten bis hin zur Auswahl und Optimierung der selbst geschossenen Bilder ist alles dabei. Bitte mitbringen: Digitalkamera mit Modus „M“, zugehörige Bedienungsanleitung, falls vorhanden Zubehör wie Stativ oder Wechselobjektive. In Kooperation mit Kinder und Jugendarbeit Isny e.V.

Zauberkurs für Kinder (8-12 Jahren)

Agatha Müller

Montag, 28.10.2019 10.00-11.30 Uhr

Dienstag, 29.10.2019 10.00-11.30 Uhr

Mittwoch, 30.10.2019 10.00-11.30 Uhr

Alte Gerbe – Saal

EUR 12,50

inkl. Material

Alle kleinen Zauberlehrlinge und solche, die es werden wollen, sind zu diesem Workshop eingeladen. Dabei könnt ihr selbst die faszinierende Technik des Zauberns erlernen. Es werden verblüffende Zaubertricks einstudiert, die ihr ohne lange üben zu müssen, nach dem Kurs schon bald erfolgreich vorführen könnt. Gemeinsam werden die ersten Grundlagen für die Zauberei erarbeitet und ihr lernt, wie ihr Tricks wirkungsvoll präsentieren und vor Publikum auftreten könnt. Ihr lernt die Fingerfertigkeiten, die Wege einen Trick zu üben und eure Vorführung zu präsentieren.

Handlettering – Workshop (12-16 Jahre)

Jasmin Stiefenhofer

Samstag, 2.11.2019, 1 Termin

15.00-18.00 Uhr, vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 10,-

Schritt für Schritt zu eigenen Schriftkunstwerken – es ist angesagter denn je Stifte wieder selbst in die Hand zu nehmen und Buchstaben auf dem Papier tanzen zu lassen. Ob für Einladungen, Grußkarten, Geschenke oder Etiketten – Handlettering ist vielseitig kreativ einsetzbar. Die Handlettering Künstlerin Jasmin Stiefenhofer (insta: jasminartesanía) führt Euch in die moderne Kalligraphie und die Kunst des Buchstaben Malens ein.

Film ab – Filmworkshop

Isabell Dinsler

Montag, 28.10.2019, 3 Termine

14.00-17.00 Uhr, Alte Gerbe

EUR 12,-

Um einen interessanten und spannenden Film zu machen, braucht es nicht viel: Kamera, Mikrofon und Schnittcomputer. Gemeinsam überlegt Ihr Euch eine gute Geschichte, plant wie ihr diese Idee in Bildern umsetzen wollt, verfasst ein Drehbuch und gemeinsam im Team machen wir einen eigenen Kurzfilm. Die Isnyer Filmemacherin Isabell Dinsler (z.B. Jugendfilmpreis BaWü 2016) führt Euch ein in die Kunst des Filmemachens unterstützt wird sie beim Workshop von Danijela Parrado Martinez vom Jugendcafé.

Schreibwerkstatt – „Wortspiele“ kreatives Schreiben (9–13 Jahre)

Nadine Heindl
Montag, 28.10.2019
Dienstag, 29.10.2019
14.00–16.00 Uhr, vhs Saal, 1. Stock
EUR 10,-

Der spielerische Umgang mit Sprache steht in der Schreibwerkstatt „Wortspiele“ im Mittelpunkt. Die Kreativität ist gefordert bei Wortspielen wie Haiku, Akrostichon oder Elfchen. Im Kurszeitraum schreibt jeder an seiner eigenen Kurztextsammlung. Du darfst deine Lieblingsstifte zum Schreiben und etwas zu trinken mitbringen.

FF-Karte Isny

Die FF-Karte Isny bietet Eltern, die in Isny wohnen, u.a. Ermäßigungen bei den Elternbeiträgen zur Kindergartengebühr oder für die Schulkindbetreuung. Beantragt werden kann die FF-Karte bei der Stadtverwaltung nach dem Besuch eines qualifizierten Elternbildungskurses, sie gilt zunächst für ein Jahr. Nach dem Besuch von jährlich zwei themenbezogenen Veranstaltungen kann die FF-Karte um ein weiteres Jahr verlängert werden. Folgende Kurse sind für die Ausstellung der FF-Karte (Grundlagenkurs) oder für die Verlängerung der FF-Karte anerkannt:

Elternschulung: Starke Eltern – starke Kinder

Marion Stockner-Stengele
Samstag, 16.11.2019 8.30–13.00 Uhr
Sonntag, 17.11.2019 8.30–13.00 Uhr
Samstag, 23.11.2019 8.30–13.00 Uhr
Sonntag, 24.11.2019 8.30–13.00 Uhr
vhs Saal – 1. Stock
EUR 72,50

In unserem Elternkurs erhalten Sie Informationen rund um das Thema Erziehung, können neue Anregungen ausprobieren, sich mit anderen Eltern austauschen und das Gelernte im Alltag anwenden. Bitte beachten: Der Elternkurs ist keine Therapiegruppe!

„Starke Eltern – starke Kinder“ ermöglicht Ihnen:

- Ihr Selbstvertrauen als Eltern zu stärken
- Ihre Fähigkeiten zum Verhandeln, zum Grenzen setzen und zum Zuhören zu erweitern
- neue Wege zu sehen und ohne Gewalt auszukommen

Falls Sie im Besitz des Isny-Passes (Sozialpass) sind und finanzielle Unterstützung für die Teilnahme am Kurs benötigen, dann wenden Sie sich bitte an den Deutschen Kinderschutzbund – OV Isny, Kathrin Mengesdorf-Götz, Tel. 07562 976510.

Dieser Elternbildungskurs ist Grundlage für die Ausstellung der FF-Karte – Familienfreundliches Isny.

In Zusammenarbeit mit dem deutschen Kinderschutzbund.

Das Baby ist da! – Grundkurs Bildung und Erziehung

Corinna Muderer
Dienstag, 1.10.2019 18.30–20.00 Uhr
Dienstag, 8.10.2019 18.30–20.00 Uhr
Donnerstag, 10.10.2019 18.30–20.00 Uhr
Dienstag, 15.10.2019 18.30–20.00 Uhr
Familientreff im Schloss
EUR 40,50

In diesem Elternbildungskurs, der an vier Abenden stattfindet, wird durch Erfahrungsaustausch und fachlichen Input Erziehungsverhalten überdacht und eine Vielzahl an Lösungsmöglichkeiten gesammelt: Dürfen wir unsere Kinder verwöhnen? Oder: Welche Bedeutung hat das Weinen? Und: Warum ist Einschlafen eine echte Herausforderung für kleine Menschen? Es bleibt zusätzlich Zeit, die neue Rolle als Eltern zu betrachten, um eigenen Bedürfnissen Raum zu geben. Dieser Kurs richtet sich an Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr!

Keep cool – für mehr Power und Gelassenheit im Alltag mit Kindern

Andrea Link
Samstag, 18.1.2020
Samstag, 25.01.2020
9.00–15.00 Uhr, vhs Saal – 1. Stock
EUR 38,50

- Sie fühlen sich ständig gereizt, angespannt und reagieren zunehmend aggressiv?
- Sie haben diese ständigen Machtkämpfe satt?
- Sie haben das Gefühl, alles falsch zu machen?

Wenn Sie sich gerade angesprochen fühlen, dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie. Erfahren Sie wie, es Ihnen gelingt, Machtkämpfe zu vermeiden, drohende Konflikte rechtzeitig wahrzunehmen und verändern können. Sie Ihre Stressfaktoren und Blockaden erkennen und auflösen. Sie wieder mehr Zeit für sich und Ihre Familie zu gewinnen. Mit meinem Know-How als Coach aber auch als erfahrene Mutter erhalten Sie von mir wirksame und wertvolle Werkzeuge an die Hand, die Sie dabei unterstützen, wieder mehr Freude und Gelassenheit in Ihren Alltag mit Kindern zu bringen.

„Mama, dir darfs gut gehen!“

Dr. med. Ulrike Neureither-Naschold

Mittwoch, 9.10.2019 19.00-22.00 Uhr

Mittwoch, 16.10.2019 19.00-22.00 Uhr

Donnerstag, 17.10.2019 19.00-22.00 Uhr

Praxis Wassertorstraße 51

Preis auf Anfrage

Jede Mutter kennt das: „Wie soll ich mit dem tagtäglichen Familienwahnsinn umgehen, wenn es mir selbst nicht gut geht?“ Kinder spüren sehr genau, wie es den Eltern geht.

Eltern sind dann glaubwürdig, wenn sie selbst gut für sich sorgen: sich spüren können, im Kontakt mit sich sind, die eigenen Grenzen wahrnehmen und sich authentisch verhalten. Wer auf die eigenen Bedürfnisse achtet, kann auch besser auf die seiner Familie eingehen.

Kinder solcher Eltern lernen Grenzen zu akzeptieren von Eltern, die etwas geben können und nicht geben müssen. Das schafft ein Klima von Echtheit, Sicherheit, Geborgenheit und Beziehungsfähigkeit. Dieses Seminar soll als erstes Mütter, die Möglichkeit geben, über ihre Bedürfnisse zu sprechen und Fragen stellen zu dürfen wie:

Ist das nicht egoistisch, wenn ich an mich zuerst denke?

Wie reagiert mein(e) Partner(in) darauf?

Wie soll ich das denn auch noch schaffen neben Beruf und Kinder?

Bereichert werden diese Themen mit kleinen Übungen zur Selbstfürsorge.



Weitere FF-Karten
Veranstaltungen
finden Sie unter
www.vhs-isny.de

„Meal Prep“ – das Vorkochen von heute

Ulrike Braun-Nuritdinkhodjaev

Mittwoch, 23.10.2019 19.30-21.00 Uhr

Mittwoch, 6.11.2019 19.30-21.30 Uhr

Mittwoch, 13.11.2019 19.30-21.30 Uhr

vhs Bleicher-Küche – 1. Stock

EUR 24,50

Ob Frühstück, Mittag- oder Abendessen mit „Meal Prep“ gibt es nicht nur zu jeder Tageszeit eine gesunde und abwechslungsreiche Mahlzeit für sich selbst oder die ganze Familie, sondern Mann und Frau spart enorm viel

Zeit. Zielgruppe sind Frauen und Männer, die sich trotz stressigem Alltag gesund ernähren und Zeit beim Kochen einsparen möchten.

Im ersten Teil werden die Grundlagen für die Anwendung erarbeitet. Was benötige ich, wie fange ich an. In den beiden weiteren Terminen werden die praktische Umsetzung, einmal für Frühstück und für 3-Tage Vorkochen gezeigt.

Dozenten

Gabriela Losito-Wick
Erzieherin



Andrea Link



Corinna Muderer
Dipl. Sozialpädagogin



Marion Stockner-Stengele
Dipl. Sozialarbeiterin



Dr. med.
Ulrike Neureither-Naschold



Ulrike Braun-Nuritdinkhodjaev



Agathe Müller



Jasmin Stiefenhofer



Isabell Dinser



Semesterbeginn
16. September 2019



→ Informationen

Anmeldung / Infos 96

Geschäftsbedingungen 98

Datenschutzerklärung 100

Anmeldung

Zu allen Kursen, Vorträgen und Seminaren ist eine Anmeldung vor Beginn erforderlich.

**Anmeldung: telefonisch, schriftlich, per Fax, E-Mail oder über unsere Homepage.
Ihre Anmeldung ist verbindlich.**

Keine Anmeldebestätigung

Keine Nachricht ist eine gute Nachricht: Die Volkshochschule Isny verschickt keine Anmeldebestätigung, wir benachrichtigen Sie nur bei Kursausfall, Überbelegung oder Änderungen.

Gebühren

Der im Programmheft ausgewiesene Preis wird mit Zustandekommen des Vertrags fällig. Aus organisatorischen Gründen freuen wir uns über Ihre Teilnahme am Lastschriftverfahren. Wird ein Sepa-Basis-Lastschriftmandat schriftlich erteilt so wird der Betrag automatisch eingezogen. Ermäßigungsberechtigt sind Schüler, Studierende, Schwerbehinderte und Rentner. Inhaber des Isny-Passes erhalten 50%-Ermäßigung auf die ausgewiesene volle Kursgebühr. Es bleibt der vhs Leitung vorbehalten, Sonderregelungen anzuwenden (besondere Kostenlage, Kleingruppen u.a.). Eine Ermäßigung aufgrund nur teilweisen Kursbesuchs oder bei verspätetem Kurseintritt ist nicht möglich.

Rücktritt

Sie können sich bis eine Woche vor Beginn des Kurses in der Geschäftsstelle abmelden, bei Sprachkursen bis zu drei Tagen vor dem zweiten Termin. Bei späterem Rücktritt bzw. bei Nichterscheinen müssen wir die volle Kursgebühr berechnen. Ausgenommen sind Kurse mit Anmeldeschluß, z.B. Exkursionen, Reisen etc.

Krank?

Im Krankheitsfall ist bei Vorlage eines ärztlichen Attests eine kurzfristige Abmeldung möglich, muss ein Kurs wegen Krankheit vorzeitig abgebrochen werden, kann die Gebühr anteilig erstattet werden, es wird jedoch eine Bearbeitungsgebühr erhoben. Bitte beachten Sie, dass die Abmeldung schriftlich oder mündlich in der Geschäftsstelle erfolgen muss.

Stammkundenanmeldung

In einigen Bereichen ist bereits vor Semesterende eine Anmeldung für die weiterführenden Kurse möglich.

Wir bitten um Verständnis, wenn deshalb einige wenige Kurse schon vor Anmeldebeginn belegt sind. Wir beraten Sie jedoch gerne über mögliche Alternativen. Bei großer Nachfrage bemühen wir uns, Zusatzkurse einzurichten.

Teilnahmebescheinigung

Auf Wunsch wird den Kursteilnehmern nach Beendigung des Kurses eine kostenlose Teilnahmebescheinigung ausgestellt.

Gesundheitskurse

Gesetzliche Krankenkassen fördern teilweise die Teilnahme an Gesundheitskursen. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor Kursbeginn. Eine Teilnahmebescheinigung können Sie nach Beendigung des Kurses bei der vhs-Geschäftsstelle erhalten. Ob der Kurs bezuschusst wird, liegt im Ermessen der jeweiligen Krankenkasse. Voraussetzung ist eine Teilnahme an 80% der Termine.

Ferienregelung

Unterrichtsfreie Tage und Schulferien gelten auch für vhs-Kurse, soweit nichts anderes vereinbart wurde.

vhs-Gutscheine

In der Geschäftsstelle erhalten Sie Gutscheine für vhs-Kurse.

Wunschkurse

Gerne nehmen wir Anregungen zur Gestaltung unseres Angebots auf. Für Gruppen und Vereine organisieren wir Veranstaltungen auch zu Themen, die nicht im derzeitigen Programm der Volkshochschule erscheinen. Setzen Sie sich gerne mit uns in Verbindung.

Zustandekommen des Vertrags

Der Vertrag kommt mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung und Ihrer Annahme durch die Volkshochschule zustande. Eine gesonderte Bestätigung erfolgt nicht. Bei Änderungen, Überbelegung oder Absage des Kurses werden die angemeldeten Teilnehmer informiert. Die Anmeldungen werden von der Volkshochschule in zeitlicher Reihenfolge angenommen. Die Teilnahme an Veranstaltungen verpflichtet zur Anmeldung und zur Zahlung der Kursgebühr. Mit der Anmeldung werden die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule anerkannt.

Mindestteilnehmerzahl

Sofern bei der Kursbeschreibung nichts anderes angegeben ist, kommen Kurse nur dann zustande, wenn mindestens sechs Personen angemeldet sind. In Ausnahmefällen kann der Kurs auf Wunsch aller Teilnehmer auch dann durchgeführt werden, wenn die fehlenden Anmeldungen durch eine Aufzahlung zur Kursgebühr oder Kürzung der Kursdauer bei gleicher Gebühr ausgeglichen werden. Die in diesen Fällen beim ersten Kurstermin vereinbarte Regelung bleibt bestehen, auch wenn danach eventuell noch weitere Teilnehmer hinzukommen.

Bezahlung

Der im Programmheft ausgewiesene Preis wird mit Beginn des Kurses oder der Veranstaltung zur Zahlung fällig. Wird ein Sepa-Basis-Lastschriftmandat schriftlich erteilt, so wird der Betrag vom Bankkonto eingezogen.

Gebührenermäßigung

Die Volkshochschule Isny gewährt für Schüler, Studierende, Schwerbehinderte und Rentner nach Vorlage eines entsprechenden Nachweises bei der Anmeldung eine Gebührenermäßigung. Der ermäßigte Preis ist jeweils an zweiter Stelle im Programmheft ausgewiesen. Bei Angeboten die bereits im Heft speziell für Kinder und Jugendliche oder für Senioren ausgeschrieben sind, ist keine weitere Ermäßigung möglich. Inhaber des Isny-Passes erhalten 50% Ermäßigung auf die ausgewiesene volle Kursgebühr (Ausnahme: Studienreisen).

Rücktritt vom Vertrag durch die Volkshochschule

Die Volkshochschule kann wegen mangelnder Beteiligung, Ausfall von Kursleitern oder anderen Gründen vom Vertrag zurücktreten. Der Kurs fällt dann ohne jede Art von Ersatzansprüchen aus. Angemeldete Teilnehmer werden davon in Kenntnis gesetzt.

Rücktritt vom Vertrag durch die Teilnehmer

An- und Abmeldungen sind grundsätzlich nur in der Geschäftsstelle der Volkshochschule und nicht allein beim Kursleiter möglich. Teilnehmer können bis zu einer Woche vor Kursbeginn vom Vertrag zurücktreten, bei Sprachkursen bis zu drei Tagen vor dem zweiten Termin. Bei späterem Rücktritt ist die volle Gebühr zu bezahlen. Nichterscheinen ist keine Kündigung, es fallen die kompletten Gebühren an. Im Krankheitsfall ist bei Vorlage eines ärztlichen Attests eine kurzfristige Abmeldung möglich, muss ein Kurs wegen Krankheit vorzeitig abgebrochen werden, kann die Gebühr anteilig erstattet werden, es wird jedoch eine Bearbeitungsgebühr erhoben.

Urheberschutz

Fotografieren und Bandmitschnitte in den Kursen sind nicht gestattet. Eventuell ausgeteiltes Lehrmaterial darf ohne Genehmigung der Volkshochschule auf keine Weise vervielfältigt werden.

Haftung

Die Haftung der Volkshochschule für Schäden jeder Art, gleich aus welchem Rechtsgrund sie entstehen mögen, ist auf die Fälle beschränkt, in denen der Volkshochschule Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last fällt. Eine Haftung für fremdes Verschulden gemäß §§ 276, 278 BGB ist ausgeschlossen, soweit keine gesetzlichen Vorschriften entgegenstehen. Der Besuch von Veranstaltungen der Volkshochschule erfolgt auf eigene Gefahr auch auf dem Weg zwischen Veranstaltungs- und Wohnort. Für Druckfehler oder Unregelmäßigkeiten wie beispielsweise Ausfall von Veranstaltungen übernimmt die Volkshochschule keine Haftung. Sollte ein Teil des Vertragswerkes nicht gültig sein, trifft das nicht den Gesamtvertrag. Mit der Bekanntmachung dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle unsere vorherigen ihre Gültigkeit.

Bei einem Besuch dieser Internetpräsenz verarbeitet die Stadtverwaltung Isny im Allgäu, Wassertorstraße 1-3, 88316 Isny im Allgäu personenbezogene Daten ausschließlich im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen (Datenschutzgrundverordnung-DSGVO, Telemediengesetz- TMG, Bundesdatenschutzgesetz-BDSG, Landesdatenschutzgesetz Baden-Württemberg-LDSG Ba-Wü, Rundfunkstaatsvertrag-RStV).

Im Folgenden geben wir Ihnen Informationen über die Art, den Umfang und den Zweck der Erhebung, Verarbeitung und Nutzung von Daten im Rahmen des Besuches dieser Internetpräsenz:

1. Nutzungsdaten
2. Personenbezogene Daten
 - a) Kontakt
 - b) Vertragsabwicklung
3. Cookies
4. Betroffenenrechte
 - a) Auskunftsrecht
 - b) Berichtigung/Löschung/Einschränkung der Verarbeitung
 - c) Recht auf Datenübertragbarkeit
 - d) Widerrufsrecht
 - e) Widerspruchsrecht
 - f) Beschwerderecht
5. Verwendung von Google Analytics
6. Verwendung von YouTube
7. Unser Datenschutzbeauftragter

1. Nutzungsdaten

Bei jedem Zugriff auf unsere Internetseite und bei jedem Abruf einer Datei, werden automatisch über diesen Vorgang allgemeine Daten in einer Protokolldatei gespeichert. Die Speicherung dient ausschließlich systembezogenen und statistischen Zwecken (auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 Buchst. b) DSGVO), sowie in Ausnahmefällen zur Anzeige von Straftaten (auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 Buchst. e) DSGVO).

Eine Weitergabe der Daten an Dritte oder eine sonstige Auswertung findet nicht statt, es sei denn, es besteht eine gesetzliche Verpflichtung dazu. Im Einzelnen wird über jeden Abruf folgender Datensatz gespeichert:

- Name der abgerufenen Datei
- Datum und Uhrzeit des Abrufs
- übertragene Datenmenge
- Meldung, ob der Abruf erfolgreich war
- Beschreibung des Typs des verwendeten Webbrowsers
- verwendetes Betriebssystem
- Suchbegriffe mit Datum und Uhrzeit
- Provider

2. Personenbezogene Daten

Personenbezogene Daten werden von uns nur dann verarbeitet, wenn uns dies gesetzlich gestattet ist, oder Sie Ihre Einwilligung erteilt haben.

a) Kontakt

Wenn Sie mit uns in Kontakt treten (z. B. über Telefon, E-Mail oder Kontaktformular), speichern wir Ihre Daten auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 Buchst. b) DSGVO zum Zwecke der Bearbeitung Ihrer Anfrage, sowie für den Fall, dass eine weitere Korrespondenz stattfinden sollte. Ihre Daten werden gelöscht, sobald Ihre Anfrage vollständig bearbeitet und/oder beantwortet wurde. Im Rahmen des täglichen Backups werden sie dort noch bis zu 30 Tage gespeichert.

b) Vertragsabwicklung

Über das Portal www.isny.de haben Sie u.a. Zugang zu dem Shop der Isny Marketing GmbH. Hier können Sie Prospekte teils kostenpflichtig und teils kostenlos erwerben.

Außerdem haben Sie unter www.stadt.isny.de Zugang zur der Online-Kursanmeldung der Volkshochschule Isny.

Ihre uns zum Zwecke der Vertragsabwicklung mitgeteilten Daten werden von uns ausschließlich zu diesem Zweck verarbeitet und ggf. an der Vertragsabwicklung beteiligte Unternehmen (Lieferanten, Spediteure) übermittelt. Rechtsgrundlage für diese Datenverarbeitung ist Art. 6 Abs. 1 Buchst. b) DSGVO.

Eine weitergehende Datenverarbeitung findet nicht statt.

3. Cookies

Wir setzen in einigen Bereichen unseres Internet-Angebots zusätzlich sogenannte Cookies ein. Durch solche Dateielemente kann Ihr Computer als technische Einheit während Ihres Besuchs auf dieser Internetseite identifiziert werden, um Ihnen die Verwendung unserer Angebote - auch bei Wiederholungsbesuchen auf dieser Internetseite - zu erleichtern. So wird ein Cookie z. B. benötigt, um Ihnen in den Shops Funktionen wie den Warenkorb zur Verfügung stellen zu können.

Sie haben aber in der Regel die Möglichkeit, Ihren Internet-Browser so einzustellen, dass Sie über das Auftreten von Cookies informiert werden, so dass Sie diese zulassen oder ausschließen, beziehungsweise bereits vorhandene Cookies löschen können.

Bitte verwenden Sie die Hilfefunktion Ihres Internetbrowsers, um Informationen zu der Änderung dieser Einstellungen zu erlangen. Wir weisen darauf hin, dass einzelne Funktionen unserer Seiten möglicherweise nicht funktionieren, wenn Sie die Verwendung von Cookies deaktiviert haben.

Cookies erlauben nicht, dass ein Server private Daten von Ihrem Computer oder die von einem anderen Server abgelegten Daten lesen kann. Sie richten auf Ihrem Rechner keinen Schaden an und enthalten keine Viren.

Wir stützen den Einsatz von Cookies auf Art. 6 Abs. 1 Buchst. f) DSGVO: die Verarbeitung erfolgt zur Verbesserung der Funktionsweise unseres Portals. Sie ist daher zur Wahrung unserer berechtigten Interessen erforderlich.

4. Betroffenenrechte

a) Auskunftsrecht

Sie haben das Recht, von uns eine Bestätigung darüber zu verlangen, ob von Ihnen betreffende personenbezogene Daten verarbeitet werden. Senden Sie hierfür bitte einfach eine E-Mail an den Datenschutzbeauftragten der Stadt Isny im Allgäu.

b) Berichtigung/Löschung/Einschränkung der Verarbeitung

Des Weiteren haben Sie das Recht, von uns zu verlangen, dass

- Sie betreffende unrichtige personenbezogene Daten unverzüglich berichtigt werden (Recht auf Berichtigung);
- Sie betreffende personenbezogene Daten unverzüglich gelöscht werden (Recht auf Löschung) und
- die Verarbeitung eingeschränkt wird (Recht auf Einschränken der Verarbeitung).

Senden Sie hierfür bitte einfach eine E-Mail an den Datenschutzbeauftragten der Stadt Isny im Allgäu.

c) Recht auf Datenübertragbarkeit

Sie haben das Recht, Sie betreffende personenbezogene Daten, die Sie uns bereitgestellt haben, in einem strukturierten, gängigen und maschinenlesbaren Format zu erhalten und diese Daten einem anderen Verantwortlichen zu übermitteln.

Senden Sie hierfür bitte einfach eine E-Mail an den Datenschutzbeauftragten der Stadt Isny im Allgäu.

d) Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, Ihre Einwilligung jederzeit zu widerrufen. Durch den Widerruf der Einwilligung wird die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung nicht berührt.

Senden Sie hierfür bitte einfach eine E-Mail an den Datenschutzbeauftragten der Stadt Isny im Allgäu.

e) Widerspruchsrecht

Ist die Verarbeitung Sie betreffender personenbezogener Daten für die Wahrnehmung einer Aufgabe, die im öffentlichen Interesse liegt (Art. 6 Abs. 1 Buchst. e) DSGVO) oder zur Wahrung unserer berechtigten Interessen (Art. 6 Abs. 1 Buchst. f) DSGVO) erforderlich, haben Sie das Recht, Widerspruch einzulegen.

Senden Sie hierfür bitte einfach eine E-Mail an den Datenschutzbeauftragten der Stadt Isny im Allgäu.

f) Beschwerderecht

Sind Sie der Ansicht, dass die Verarbeitung der Sie betreffenden personenbezogenen Daten gegen die DSGVO verstößt, haben Sie unbeschadet anderweitiger Rechtsbehelfe das Recht auf Beschwerde bei dem Landesdatenschutzbeauftragten.

5. Verwendung von Google Analytics

Diese Website nutzt zur Optimierung und Analyse unseres Online-Angebots im Sinne des Art. 6 Abs. 1 lit. f) DSGVO den Dienst „Google Analytics“, welcher von der Google Inc. (1600 Amphitheatre Parkway Mountain View, CA 94043, USA) angeboten wird. Der Dienst (Google Analytics) verwendet „Cookies“ - Textdateien, welche auf Ihrem Endgerät gespeichert werden. Die durch die Cookies gesammelten Informationen werden im Regelfall an einen Google-Server in den USA gesandt und dort gespeichert.

Google LLC hält das europäische Datenschutzrecht ein und ist unter dem Privacy-Shield-Abkommen zertifiziert:

<https://www.privacyshield.gov/participant?id=a2zt000000001L5AAI&status=Active>

Auf dieser Website greift die IP-Anonymisierung. Die IP-Adresse der Nutzer wird innerhalb der Mitgliedsstaaten der EU und des Europäischen Wirtschaftsraum und in den anderen Vertragsstaaten des Abkommens gekürzt. Nur in Einzelfällen wird die IP-Adresse zunächst ungekürzt in die USA an einen Server von Google übertragen und dort gekürzt. Durch diese Kürzung entfällt der Personenbezug Ihrer IP-Adresse. Die vom Browser übermittelte IP-Adresse des Nutzers wird nicht mit anderen von Google gespeicherten Daten kombiniert.

Im Rahmen der Vereinbarung zur Auftragsdatenvereinbarung, welche wir als Websitebetreiber mit der Google Inc. geschlossen haben, erstellt diese mithilfe der gesammelten Informationen eine Auswertung der Websitenutzung und der Websiteaktivität und erbringt mit der Internetnutzung verbundene Dienstleistungen.

Die von Google in unserem Auftrag erhobenen Daten werden genutzt, um die Nutzung unseres Online-Angebots durch die einzelnen Nutzer auswerten zu können, z. B. um Reports über die Aktivität auf der Website zu erstellen, um unser Online-Angebot zu verbessern.

Sie können durch ein Browser-Plugin verhindern, dass die durch Cookies gesammelten Informationen (inklusive Ihrer IP-Adresse) an die Google Inc. gesendet und von der Google Inc. genutzt werden. Folgender Link führt Sie zu dem entsprechenden Plugin: <https://tools.google.com/dlpage/gaoptout?hl=de>

6. Verwendung von YouTube

Unsere Seite verweist durch einen Link zudem auf die Seite des sozialen Netzwerkes YouTube. Wir betreiben auch hier eine Social Media Seite.

Wenn Sie auf den Link zu YouTube klicken, werden Sie auf die externe Seite dieses Netzwerkanbieters weitergeleitet. Sind Sie zudem als Mitglied bei dem betreffenden Sozialen Netzwerk eingeloggt, so kann der Betreiber des sozialen Netzwerkes den Besuch auf unserer Seite Ihrem Nutzer-Account zuordnen.

Wenn Sie nicht möchten, dass die sozialen Netzwerke Daten über Ihren Besuch auf unserer Internetseite sammeln und speichern, müssen Sie sich vor dem Klick auf die Verlinkung aus Ihrem Nutzer-Account bei diesem sozialen Netzwerk ausloggen.

Zweck und Umfang der Datenerhebung und die weitere Verarbeitung und Nutzung der Daten durch die sozialen Netzwerke sowie mögliche Privatsphäre-Einstellungen entnehmen Sie bitte der entsprechenden Datenschutzerklärung unter dem nachstehenden Link dieser Anbieter:

YouTube

Google Inc.

1600 Amphitheatre Parkway, Mountain View

CA 94043, USA

www.google.de/intl/de/policies/privacy/

7. Unser Datenschutzbeauftragter

Werner Sing

E-Mail: datenschutzbeauftragter@isny.de

Tel.: 07562 984-128

(Stand: 05.06.2018)



Isny Allgäu

Volkshochschule Isny
Rainstraße 12, „Untere Bleiche“
88316 Isny im Allgäu
T 07562 56800, F 07562 91452-22
info@vhs-isny.de

www.vhs-isny.de