

Unser Programm-Magazin,



alle Kurse für Sie im Überblick!

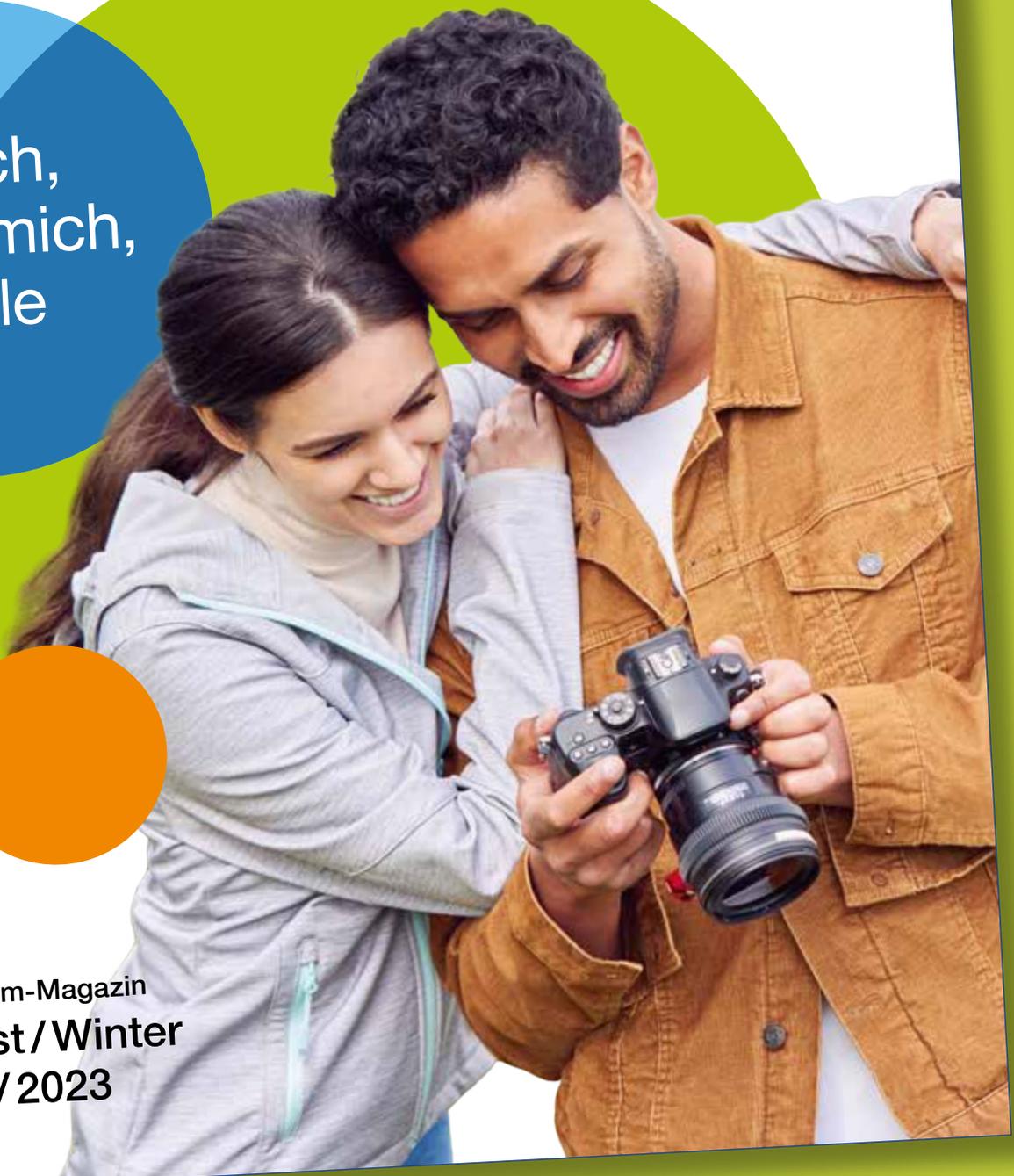


Volkshochschule  
im Landkreis Roth

Edukado No 4

Für dich,  
für mich,  
für alle

Programm-Magazin  
Herbst/Winter  
2022/2023



## Programm Herbst-/ Wintersemester 2022/23

Liebe vhs-Kunden\*innen! Liebe Leser\*innen!

Wir hoffen, Sie genießen den Sommer und sind schon ganz gespannt auf das neue Herbst-/ Winter Programm 2022 der vhs.

Auf den nächsten Seiten finden Sie wieder ein interessantes und vielfältiges Kursprogramm der vhs Allersberg. Von Sport über Wissen bis hin zum Musizieren ist wieder alles dabei und natürlich auch NEUES!

Online-Anmeldungen sind ab 1. September möglich über [www.vhs-roth.de](http://www.vhs-roth.de). Wenn Sie sich schriftlich anmelden möchten, nutzen Sie einfach den Anmeldeschein am Ende der Programmübersicht und werfen Sie den ausgefüllten Anmelde-schein in den Briefkasten im Rathaus oder geben sie ihn dort ab.

Informieren Sie sich bitte über eventuelle Hygienemaßnahmen oder Corona-Vorgaben immer aktuell auf unserer Homepage kurz vor dem Kursstart.

Unser neues Programm-Magazin Edukado beinhaltet wieder ALLE KURSE IM LANDKREIS FÜR SIE IM ÜBERBLICK. Es liegt ab Anfang September z. B. bei der Buchhandlung Ring/Post, der Bücherei, Edeka, bei Ärzten sowie im Rathaus für Sie aus.

Wir wünschen Ihnen allen weiterhin viel Spaß in den vhs-Kursen!

### Anmeldungen und Auskünfte zum Programm

Telefon: 09174/4749-0  
E-Mail: [vhs@allersberg.de](mailto:vhs@allersberg.de)

**Wir freuen uns auf deine Bewerbung**  
[kursleitung@vhs-roth.de](mailto:kursleitung@vhs-roth.de)

Werde Kursleiter\*in bei uns

### WISSEN/ VORTRÄGE/ WORKSHOPS

**26100 NEU!**

**Vom Schnappschuss zum Foto**  
**Ein Basisworkshop in der Natur für Familien**  
Sa, 8. Oktober, 14-17 Uhr,  
Allersberg, Am Brünnele, Pyrbaumer Str. 67  
Gebühr: 25,- €  
**Sylvia Höfle**

In diesem individuellen Workshop für Familien beschäftigen wir uns mit den Grundlagen der Fotografie. Dabei geht es weniger um die Technik, sondern viel mehr, wie stimmige, natürliche Bilder entstehen können. Der Workshop wird mit einer kleinen Wanderung verbunden, um unterschiedliche Übungssituationen und Einstellungen zu bekommen. Mit einem Schwung Tipps und Tricks sind am Ende des Nachmittags viele neue Familien- Lieblingsfotos auf der Kamera. Die Gebühr fällt pro Familie an (pro Familie max. 2 Erwachsene). Keine Ermäßigung möglich.  
**Bitte mitbringen:** Kamera mit vollem Akku und ausreichend Speicherplatz oder Smartphone

### ONLINE GESUNDHEITSVORTRÄGE/-KURSE

**42010 NEU!**

**Plötzlich vegan - Vortrag**  
**Wenn mein Kind nichts mehr vom Tier isst**  
Do, 13. Oktober, 19-20.30 Uhr,  
Online-Kurs  
Gebühr: 9,- € ( Familienpreis: 15,- € )  
**Christiane Warzecha-Biegler**



Dozentin Christiane Warzecha-Biegler,  
Fachberaterin Vegane Ernährung UGB

Vegan liegt im Trend. Immer mehr Jugendliche und junge Erwachsene entscheiden sich, komplett auf tierische Lebensmittel zu verzichten. Das stellt den Essalltag ihrer Familien oft von heute auf morgen auf den Kopf. Was tun? Eine erste Reaktion ist häufig Unverständnis. Schnell tun sich Fronten auf. Argumente, vegan ist eine Mangelernährung auf der einen Seite, moralische Appelle auf der anderen. Es geht auch anders. Unsere Kinder haben ihre Gründe, wenn sie sich für eine vegane Lebensweise entscheiden. Öffnen wir uns für die Anliegen unserer Kinder zu Themen wie Nachhaltigkeit, Klima und globale Gerechtigkeit, halten wir die Verbindung zu ihnen, auch beim Essen. Wer die Basics der veganen Ernährung kennt, tut sich leichter. In dem Vortrag lernen Sie die vegane Ernährungspyramide kennen. Sie erfahren, auf welche Nährstoffe besonders zu achten ist, wie die Aufnahme kritischer Nährstoffe aus Pflanzen verbessert werden kann und welche ergänzt werden müssen. Die Ernährungswissenschaftlerin zeigt am Beispiel einiger alternativer Lebensmittel, auf was es sich lohnt beim Einkauf zu achten. Gemein-

sam überlegen wir, wie wir klassische Gerichte vegan abwandeln können und so die verschiedenen Esswünsche innerhalb der Familie ohne großen Aufwand unter "einen Hut" bringen. Lassen Sie sich von neuen Essideen inspirieren.

**42011 NEU!**

**Vegane Ernährung in der Schwangerschaft**  
Do, 20. Oktober, 19-20.30 Uhr,  
Online-Kurs  
Gebühr: 9,- € ( Familienpreis: 15,- € )  
**Christiane Warzecha-Biegler**  
Bei einer veganen Ernährung kommt es ganz besonders darauf an, die wichtigsten Nährstoffe zu kennen, damit Mama und Kind gut versorgt sind. Welche sind das, und wie kann ich durch eine geschickte Zusammenstellung meiner Mahlzeiten das „Beste“ aus meinem Essen herausholen? Gibt es auch Nährstoffe, die ich ergänzen muss? Gemeinsam entwickeln wir Ideen für ein gutes Frühstück, Mittag- oder Abendessen für einen entspannten Essalltag und eine gute Nährstoffversorgung in der Schwangerschaft.

### PC/LAPTOP - WISSEN

**24002**

**Laptopwissen Kompakt für Senioren 55+ Erste Schritte am eigenen Laptop (E-Mails+Internet)**  
Mo, 26. September, 16-18 Uhr, 5 x,  
Allersberg, Gilardihaus,  
Marktplatz 20, Sitzungssaal  
Gebühr: 81,- €  
**Bert Timm**

Die Teilnehmenden erlernen die Bedienung der Windows-Arbeitsoberfläche und bereits vorhandener Programme (Apps), üben grundlegende Arbeitstechniken, die Texteingabe sowie Speichern, Verwalten und Drucken von Dokumenten, Bildern, etc.. Sie erfahren, wie man sich sicher im Internet bewegen, Informationen zu Reisezielen, Veranstaltungen, Gesundheit und Tagesgeschehen suchen und finden kann. Sie lernen, wie man E-Mails schreibt, Bilder anfügt oder empfangene E-Mails bearbeitet.

Sie brauchen keine Vorkenntnisse, jedoch einen eigenen Laptop mit Windows 10 oder 11  
**Bitte mitbringen:** eigenen Laptop mit Windows 10 oder 11 mit Ladekabel und notwendige Passwörter

**24001**

**Einzel-Schulung am PC/Laptop Intensive individuelle Schulung**  
Termine nach individueller Vereinbarung,  
Allersberg, Gilardihaus,  
Marktplatz 20, Sitzungssaal  
Kursgebühr 37 € für 60 Minuten  
**Bert Timm**

Sie suchen einen Intensivunterricht, in dem individuell auf Sie und Ihre Fragen rund um den PC/ Laptop eingegangen wird? Bei Bedarf können auch Handy- und Tabletprobleme besprochen werden. Der genaue Schulungsinhalt von dem sich die entsprechende Kursdauer ableitet, werden im Vorfeld nach einer ausführlichen telefonischen Beratung durch unseren Dozenten mit Ihnen gemeinsam festgelegt. Der Einzel-Intensivunterricht ist ab Oktober 2022 möglich (Kursgebühr je 37,- € für 60 Min)

### SPRACHEN

**32201**

**Englisch-Grundstufe A2 Auffrischkurs**  
Do, 6. Oktober, 19-20.30 Uhr, 10 x,  
Allersberg, Mittelschule, Altenfeldener Str. 1  
Gebühr: 74,- €  
**Gabriele Pflügner**  
Sie möchten Ihre Englischkenntnisse auffrischen und trainieren? In diesem Kurs können Sie Ihre Grundkenntnisse schnell aktivieren, festigen und ausbauen. Der Kurs eignet sich für Lernende, die über Vorkenntnisse Niveau A1 verfügen.  
Bitte mitbringen: Lehrbuch: Key Coursebook with Homestudy A2, Unit 2

**33000 NEU!**

**Französisch für Anfänger**  
Mi, 14. September, 19.30-21 Uhr, 8 x,  
Allersberg, Gilardihaus,  
Marktplatz 20, Sitzungssaal  
Gebühr: 76,- €

**Anna Guilloux-Blütling**  
Sie wollten schon immer mit der französischen Sprache durchstarten? Das ist Ihre Chance! Wir starten neu, ganz von vorne und mit eintspannendem Rythmus. Mit Liedern, Sprachspielen und viel Raum zum gemeinsamen Üben wird es viel Spaß machen. Starten Sie mit uns mit. Bienvenue!  
**Bitte mitbringen:** Kursbuch "Rencontres en Francais A1 "Kurs-u. Übungsbuch-Klett ISBN -978-3-12-5296428

**33100**

**Französisch für Wiedereinsteiger - A1 Fortsetzung des vorherigen Kurses ab Lektion 7/8**  
Mi, 14. September, 18-19.30 Uhr, 12 x,  
Allersberg, Gilardihaus,  
Marktplatz 20, Sitzungssaal  
Gebühr: 89,- €

**Anna Guilloux-Blütling**  
Sie haben vor einiger Zeit schon einmal Französisch gelernt und möchten Ihre verschütteten Sprachkenntnisse wieder reaktivieren, auffrischen und vertiefen? Aber am liebsten möchten Sie noch einmal von vorne beginnen? Dann ist dies Ihr Kurs! Wir wiederholen gemeinsam die grundlegende Grammatik, bauen systematisch Ihren Wortschatz auf und trainieren das Sprechen mit schönen Übungen. Unser Kursbuch richtet sich an Menschen, die gerne nach Frankreich reisen. Reisen Sie doch mit uns mit!  
**Bitte mitbringen:** Rencontres en Francais A 1 Kurs- und Übungsbuch (ISBN: 978-3-12-529642-8)

**33301 NEU!**

**Französisch für Fortgeschrittene B1 mit 6-8 vhs-Semester Vorkenntnissen**  
Di, 13. September, 11.30-13 Uhr, 8 x,  
Allersberg, Gilardihaus,  
Marktplatz 20, Sitzungssaal  
Gebühr: 76,- €  
**Anna Guilloux-Blütling**

Lassen Sie uns Ihre Mittagspause am Dienstag in eine Pause mit französischem Flair umwandeln. Wir lernen gemeinsam mit angenehmem Tempo und vielen Sprachübungen und wiederholen auch altes Wissen. So macht Frankreich (wieder-) entdecken viel Spaß. Übrigens haben wir das Glück einen Pilotkurs für Fortgeschrittene starten zu dürfen. Das bedeutet, dass alle Französischlernenden in diesem Kurs das brandneue "Rencontres en Francais B1" Klett Verlag kostenfrei zur Verfügung gestellt bekommen. Bienvenue!

## GESUNDHEIT/ BEWEGUNG/ SPORT

### 41012 NEU!

#### Full Body Workout Ganzkörpertraining

Di, 4. Oktober, 19.15-20.45 Uhr, 8 x, Allersberg, Gilardihaus, vhs-Raum, Eingang Zwischenmarkt  
Gebühr: 67,- €

#### Sonja Lieberwirth

Ein effektives Training verlangt mehr als einfach nur einige zufällig ausgewählte Übungen. Regelmäßiges, gezieltes Ganzkörpertraining ist der Schlüssel um unsere jeweiligen „Körperlichen Schwächen“ auszugleichen. Es verschafft dir mehr Kraft, Flexibilität und Ausdauer. Es wird deine komplette Muskulatur in den Trainingseinheiten trainiert. Gesundheit und Leistungsfähigkeit werden verbessert. Beginnen und dranbleiben lohnt sich.

### 41660 NEU!

#### Outdoor Lauftraining für Einsteiger Nutzen Sie die Gruppe zur Motivation

So, 9. Oktober, 8-9.30 Uhr, 8 x, Allersberg, Am Brünnele, Pyrbaumer Str. 67  
Gebühr: 67,- €

#### Sonja Lieberwirth

Laufen ist der wohl einfachste und unkomplizierteste Sport, den man sich vorstellen kann. Bis auf ein paar gute Laufschuhe braucht es nicht viel, um mit dem Laufen zu beginnen. Nur der Anfang muss gemacht sein. In diesem Kurs starten wir mit einem leichten Laufpensum und realistisch gesteckten Zielen. Auch Dehn- und Kräftigungsübungen in der Natur kommen nicht zu kurz. Lassen Sie sich von der Gruppe motivieren und freuen Sie sich auf gute Erfolge.

### 41010

#### Fatburner-Training/ Ausdauertraining

Do, 15. September, 18-19 Uhr, 10 x, Allersberg, Sybilla-Maurer-Grundschule, Schulstr. 2, Turnhalle  
Gebühr: 64,- €

#### Lisa Vierthaler

Hier handelt es sich um ein intensives Ausdauertraining, bei dem das Herz-Kreislauf-System, die Muskelkräftigung, Koordination und Leistungsfähigkeit gefördert werden. Zu energiegeladener Musik wird der Stoffwechsel angeregt und die Fettverbrennung angekurbelt. Dieses Training ist für jeden geeignet, der Spaß an Sport & Bewegung hat.

**Bitte mitbringen:** Sportbekleidung, -schuhe, Sportmatte, Getränk

### 41011

#### HIIT-Mix-Intervall-Training

#### Kondition, Koordination, Beweglichkeit

Do, 15. September, 19.15-20 Uhr, 10 x, Allersberg, Sybilla-Maurer-Grundschule, Schulstr. 2, Turnhalle  
Gebühr: 48,- €

#### Lisa Vierthaler

Trainiere in dieser Stunde jeden Muskel Deines Körpers durch Intervall-Training. Wir starten mit einem Warm-Up. Danach wechseln sich zu fetziger Musik kurze, intensive Belastungsphasen mit kurzen Erholungsphasen ab. Du verbesserst Deine Kondition, Koordination, Beweglichkeit und kräftigst die Muskulatur. Ein idealer Ausgleich für einseitige Belastungen im Alltag und bei Stress. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden die Stunden ab. Und das Beste: Durch den Nachbrenneffekt bringst Du Deinen Körper dazu, noch lange nach dem Workout Kalorien zu verbrennen. Das Training findet draußen statt "Ort" wird rechtzeitig vor Kursbeginn mitgeteilt.

**Bitte mitbringen:** Sportbekleidung, -schuhe, Sportmatte, Getränk

### 40100

#### Meditation und Yoga

Mo, 10. Oktober, 9.15-10.15 Uhr, 10 x, Allersberg, Gilardihaus, vhs-Raum, Eingang Zwischenmarkt  
Gebühr: 45,- €

#### Eva-Maria Harrer

Unser Geist ist ständig in Bewegung, was dazu führt, dass wir verwirrt und unruhig sind. Meditieren bedeutet, den Geist auf ein Objekt, z.B. den Atem, zu richten. So kann sich der Geist zentrieren und beruhigen. Wir entspannen uns und beginnen uns wieder selbst zu spüren und zu fühlen. Zuerst üben wir einige Asanas (Körperübungen) im Yoga, um es dem Geist leichter zu machen, sich von den Alltagsgedanken zu lösen.

**Bitte mitbringen:** Decke/Yogamatte, Sitzkissen, bequeme Kleidung, Wollsocken

### 40232

#### Yoga für jedes Alter

#### Für Einsteiger und Fortgeschrittene

Mo, 10. Oktober, 16.30-18 Uhr, 14 x, Allersberg, Gilardihaus, vhs-Raum, Eingang Zwischenmarkt  
Gebühr: 94,- €

#### Karin Allgeier

In zunehmendem Alter die Beweglichkeit erhalten oder noch zu verbessern, ist das Ziel dieses Kurses. Wir arbeiten mit einfachen Körper-, Atem- und Beckenbodenübungen. Aufrechte Körperhaltung, Stärkung des Beckenbodens und Wohlbefinden sollen das lohnende Ergebnis sein. Der Kurs ist auch für Anfänger geeignet.  
**Bitte mitbringen:** Decke/Yogamatte, Sitzkissen, bequeme Kleidung, Wollsocken

### 40233

#### Yoga - Weiterführender Kurs

Mo, 10. Oktober, 18.30-20 Uhr, 14 x, Allersberg, Gilardihaus, vhs-Raum, Eingang Zwischenmarkt  
Gebühr: 94,- €

#### Karin Allgeier

Mit Yoga den Tag ausklingen lassen. Durch eine

bewusste Wahrnehmung des Körpers und Atems, sowie durch Stilleübungen bringen wir unsere Alltagsgedanken zur Ruhe. So bekommen Sie Abstand vom Alltag und es gelingt Ihnen leichter, abzuschalten.

**Bitte mitbringen:** Decke/Yogamatte, Sitzkissen, bequeme Kleidung, Wollsocken

### 40238

#### Yoga am Abend - Für Einsteiger und Fortgeschrittene

Di, 11. Oktober, 17.30-19 Uhr, 10 x, Allersberg, Gilardihaus, vhs-Raum, Eingang Zwischenmarkt  
Gebühr: 67,- €

#### Eva-Maria Harrer

Yoga ist ein ganzheitlicher Übungs- und Erfahrungsweg, der unserer Gesundheit und Harmonie von Körper, Geist und Seele dient. In den Stunden werden Asanas, die Körperübungen im Yoga, und Vinyasa, fließende Bewegungsabfolgen, in Atemachtsamkeit, geübt. Das Üben in Verbindung mit der Atemachtsamkeit ermöglicht ein besseres Kennen-Lernen unserer körperlichen, geistigen und seelischen Befindlichkeit. Ebenso hilft es, unseren Geist zu beruhigen, was zu mehr Klarheit, Wachheit und Bewusstheit in unserem Denken und Tun führt. Die Übungen in diesem Kurs richten sich an Teilnehmer jeden Alters und an Teilnehmer, die neu beginnen wollen oder schon Erfahrung mit Yoga haben.

**Bitte mitbringen:** Decke/Yogamatte, Sitzkissen, bequeme Kleidung, Wollsocken

### 40234

#### Yoga am Morgen - Für Einsteiger und Fortgeschrittene

Mi, 21. September, 8.45-10 Uhr, 10 x, Allersberg, Gilardihaus, vhs-Raum, Eingang Zwischenmarkt  
Gebühr: 62,- €

#### Daniela Siegl

Die Yogaübungen stärken auf harmonische Weise den Körper, insbesondere den Rücken. Sie wirken durch die bewusste Ausführung ganzheitlich und steigern das körperliche und seelische Wohlbefinden. Neben den klassischen Yogahaltungen (Asanas) werden auch fließende Übungsreihen, wie der Sonnengruß, und Atemübungen praktiziert. Die Übungen werden an die Bedürfnisse und Voraussetzungen der Teilnehmer angepasst.

**Bitte mitbringen:** Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, bequeme Kleidung

### 40235

#### Yoga am Abend - Für Einsteiger und Fortgeschrittene

Mi, 21. September, 18-19.15 Uhr, 10 x, Allersberg, Gilardihaus, vhs-Raum, Eingang Zwischenmarkt  
Gebühr: 62,- €

#### Daniela Siegl

Die Yogaübungen stärken auf harmonische Weise den Körper, insbesondere den Rücken. Sie wirken durch die bewusste Ausführung ganzheitlich und steigern das körperliche und seelische Wohlbefinden. Neben den klassischen Yogahaltungen (Asanas) werden auch fließende Übungsreihen, wie der Sonnengruß, und Atemübungen praktiziert. Die Übungen werden an die Bedürfnisse und Vo-

oraussetzungen der Teilnehmer angepasst.

**Bitte mitbringen:** Yoga- oder Gymnastikmatte, Decke, bequeme Kleidung

### 40230

#### Yoga am Morgen - für Einsteiger geeignet

Do, 6. Oktober, 9-10.30 Uhr, 14 x, Allersberg, Gilardihaus, vhs-Raum, Eingang Zwischenmarkt  
Gebühr: 94,- €

#### Karin Allgeier

Mit Yoga in den Tag starten. Erleben Sie die wohltuende Wirkung der Yoga-Körper-Atem- und Stilleübungen. Gehen Sie mit mehr Energie und Ausgeglichenheit durch den Tag. Einsteiger sind herzlich willkommen.

**Bitte mitbringen:** Decke/Yogamatte, Sitzkissen, bequeme Kleidung, Wollsocken

### 40240

#### Hatha-Yoga - Für Entspannung und Wohlbefinden

Do, 29. September, 17.30-19 Uhr, 10 x, Allersberg, Gilardihaus, vhs-Raum, Eingang Zwischenmarkt  
Gebühr: 67,- €

#### Katrin Wolf

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich nach Ausgleich und Entspannung sehnen. Wir üben klassische Yoga Körperhaltungen (Asanas) und ruhige, unkomplizierte Bewegungsabläufe (Karanas) im Atemfluss. Weiterhin werden Atemübungen (Pranayama) und Meditation praktiziert. Der Geist kann zur Ruhe kommen, die Bewegungen bieten dem Körper einen Ausgleich zum Alltag. Durch die Schulung der Körper- und Atemachtsamkeit lernt jede/r Teilnehmer/in die Übungen an eigene Bedürfnisse und Tagesform anzupassen. Dieser Kurs ist ZPP-Zertifiziert.

**Bitte mitbringen:** Yogamatte, bequeme Kleidung, Decke



Yoga-Dozentin Katrin Wolf

### 40241

#### Hatha-Yoga - Für Entspannung und Wohlbefinden

Do, 29. September, 19.15-20.45 Uhr, 10 x, Allersberg, Gilardihaus, vhs-Raum, Eingang Zwischenmarkt  
Gebühr: 67,- €

#### Katrin Wolf

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich nach Ausgleich und Entspannung sehnen. Wir üben klassische Yoga Körperhaltungen (Asanas) und ruhige,

unkomplizierte Bewegungsabläufe (Karanas) im Atemfluss. Weiterhin werden Atemübungen (Pranayama) und Meditation praktiziert. Der Geist kann zur Ruhe kommen, die Bewegungen bieten dem Körper einen Ausgleich zum Alltag. Durch die Schulung der Körper- und Atemachtsamkeit lernt jede/r Teilnehmer/in die Übungen an eigene Bedürfnisse und Tagesform anzupassen. Dieser Kurs ist ZPP-Zertifiziert.

**Bitte mitbringen:** Yogamatte, bequeme Kleidung, Decke

## MUSIK/ KREATIVES

### 52304

#### Aquarellmalen

#### Für Jugendliche und Erwachsene

Di, 18. Oktober, 17-20 Uhr, 2 x, Allersberg, Mittelschule, Altenfeldener Str. 1, Werkraum  
Gebühr: 88,- €

#### Sabine Weigand

Dieser Kurs ist für alle gedacht, die gerne mit verschiedenen Aquarelltechniken und nach angebotenen Themen malen. Durch Experimentieren werden Sie viel Ausdruck und Leichtigkeit in Ihre Bilder bringen. Auch für Anfänger geeignet.

**Bitte mitbringen:** Aquarellmalutensilien, Aquarellpapier



Dozentin Sabine Weigand, Künstlerin

Bei ALLEN Gitarrenkursen sind Quereinsteiger herzlich willkommen.

Wenn Sie Lust haben wieder Gitarre zu spielen, melden Sie sich. Sie können bei der Dozentin erfragen, welcher Kurs gemäß Ihren Vorkenntnissen passend ist. Probieren Sie es einfach aus!

Für jedes Kursniveau ist ein passendes Unterrichtsheft für 4 – 5 € incl. Audio-Dateien erhältlich.

### 50412

#### Gitarren-Aufbaukurs Stufe 3 Liedbegleitung mit Akkorden

Di, 20. September, 20.10-20.55 Uhr, 9 x, Allersberg, Mittelschule, Altenfeldener Str. 1, Musikraum  
Gebühr: 59,- €

#### Gisela Timm

Sie haben den Kurs, Stufe 2 besucht oder besitzen diese Kenntnisse. Dann können Sie hier die bisher gelernten Akkorde vertiefen sowie den Akkord D7, ein weiteres Schlagmuster und das Transponieren erlernen!



Dozentin Gisela Timm

### 50413

#### Gitarren-Aufbaukurs Stufe 4 Liedbegleitung mit Akkorden

Di, 29. November, 20.10-20.55 Uhr, 9 x, Allersberg, Mittelschule, Altenfeldener Str. 1, Musikraum  
Gebühr: 59,- €

#### Gisela Timm

Sie haben den Kurs, Stufe 3 besucht oder besitzen diese Kenntnisse. Dann können Sie hier die bisher gelernten Akkorde vertiefen sowie den Akkord C, und zwei weitere Schlagmuster erlernen!

### 50414

#### Gitarren-Aufbaukurs Stufe 7 Liedbegleitung mit Akkorden

Di, 20. September, 18.10-18.55 Uhr, 9 x, Allersberg, Mittelschule, Altenfeldener Str. 1, Musikraum  
Gebühr: 59,- €

#### Gisela Timm

Sie haben den Kurs, Stufe 6 besucht oder besitzen diese Kenntnisse. Dann können Sie hier die bisher gelernten Akkorde weiter vertiefen sowie den Akkord E7 und zwei weitere Schlagmuster erlernen.

### 50415

#### Gitarren-Aufbaukurs Stufe 8 Liedbegleitung mit Akkorden

Di, 29. November, 18.10-18.55 Uhr, 9 x, Allersberg, Mittelschule, Altenfeldener Str. 1, Musikraum  
Gebühr: 59,- €

#### Gisela Timm

Sie haben den Kurs, Stufe 8 besucht oder besitzen diese Kenntnisse (16 Akkorde incl. kl. Barré-Griff). Dann können Sie hier die bisher gelernten Akkorde weiter vertiefen sowie weitere Akkorde mit kl. Barré und weitere Schlag- und Zupfmuster erlernen.

>>>

**50423 Gitarren-Aufbaukurs - Stufe 18 Liedbegleitung mit Akkorden**

Di, 20. September, 19.10-19.55 Uhr, 9 x, Allersberg, Mittelschule, Altenfeldener Str. 1, Musikraum  
Gebühr: 59,- €

**Gisela Timm**

Sie haben den Kurs, Stufe 17 besucht oder besitzen diese Kenntnisse (17 Akkorde inkl. kl. F-Barré-Griff). Dann können Sie hier die bisher gelernten Akkorde vertiefen, sowie weitere Schlag- und Zupfmuster erlernen.

**50424 Gitarren-Aufbaukurs Stufe 19 Liedbegleitung mit Akkorden**

Di, 29. November, 19.10-19.55 Uhr, 9 x, Allersberg, Mittelschule, Altenfeldener Str. 1, Musikraum  
Gebühr: 59,- €

**Gisela Timm**

Sie haben den Kurs, Stufe 18 besucht oder besitzen diese Kenntnisse (17 Akkorde inkl. F-Barré-Griff). Dann können Sie hier die bisher gelernten Akkorde weiter vertiefen sowie weitere Schlag- und Zupfmuster erlernen. Auch wollen wir hier den vereinfachten Hm-Akkord lernen.

**50418 Gitarren-Aufbaukurs Stufe 12 Liedbegleitung mit Akkorden**

Do, 22. September, 19.20-20.05 Uhr, 9 x, Allersberg, Mittelschule, Altenfeldener Str. 1, Musikraum  
Gebühr: 59,- €

**Gisela Timm**

Sie haben den Kurs, Stufe 11 besucht oder besitzen diese Kenntnisse. Dann können Sie hier die bisher gelernten Akkorde vertiefen sowie jeweils ein weiteres Schlag- und Zupfmuster erlernen.

**50422 Gitarren-Aufbaukurs - Stufe 13 Liedbegleitung mit Akkorden**

Do, 1. Dezember, 19.20-20.05 Uhr, 9 x, Allersberg, Mittelschule, Altenfeldener Str. 1, Musikraum  
Gebühr: 59,- €

**Gisela Timm**

Sie haben den Kurs, Stufe 12 besucht oder besitzen diese Kenntnisse (14 Akkorde). Dann können Sie hier die bisher gelernten Akkorde vertiefen sowie jeweils ein weiteres Schlag- und Zupfmuster erlernen.

**50419 Gitarren-Aufbaukurs Stufe 13b Liedbegleitung mit Akkorden und spielen nach Noten**

Do, 22. September, 20.20-21.05 Uhr, 9 x, Allersberg, Mittelschule, Altenfeldener Str. 1, Musikraum  
Gebühr: 59,- €

**Gisela Timm**

Sie haben den Kurs, Stufe 12 besucht oder besitzen diese Kenntnisse (14 Akkorde). Dann können

Sie hier die bisher gelernten Akkorde vertiefen sowie jeweils ein weiteres Schlag- und Zupfmuster erlernen. Wir spielen auch nach Noten und haben bisher 8 Noten kennen gelernt.

**50421 Gitarren-Aufbaukurs - Stufe 14b Liedbegleitung mit Akkorden und Spielen nach Noten**

Do, 1. Dezember, 20.20-21.05 Uhr, 9 x, Allersberg, Mittelschule, Altenfeldener Str. 1, Musikraum  
Gebühr: 59,- €

**Gisela Timm**

Sie haben den Kurs, Stufe 13 besucht oder besitzen diese Kenntnisse (14 Akkorde). Dann können Sie hier die bisher gelernten Akkorde vertiefen sowie jeweils ein weiteres Schlag- und Zupfmuster erlernen. Außerdem wollen wir mit dem kleinen F-Barré-Griff beginnen. Wir spielen auch nach Noten und haben bisher 10 Noten gelernt.

**Dieses Semester startet wieder ein Veeh-/Zauberharfen Anfängerkurs – Machen Sie mit!**

**50425 NEU! Veeh/Zauberharfe: Info-/Schnupperstunde Musizieren in der Gruppe ohne Vorkenntnisse**

Di, 20. September, 9-10 Uhr, Allersberg, Gilardihaus, Marktplatz 20, Sitzungssaal  
Gebühr: gebührenfrei

**Gisela Timm**

Können Sie sich vorstellen, dass es ein Instrument gibt, auf dem man ohne langes Üben richtig schöne Musik machen kann?

Für wirklich jeden ist die Veeh- oder Zauberharfe geeignet, da keine ausgeprägte Feinmotorik verlangt wird und sie ohne Notenkenntnisse gespielt werden kann. Das Prinzip hier ist ähnlich wie bei „malen nach Zahlen“: Auge und Finger folgen einem vorgezeichneten Notenweg, sofort erklingt das Lied.

In dieser Stunde wird Ihnen die Dozentin das Prinzip erläutern und vorspielen. Anschließend können Sie selbst sich an einem einfachen Lied versuchen. Sie werden erstaunt sein, wie schnell hier in der Gruppe ganz ohne Vorkenntnisse wunderschön musiziert werden kann!

**50426 NEU! Veeh/Zauberharfe: Einstiegskurs Musizieren in der Gruppe ohne Vorkenntnisse**

Di, 27. September, 9-9.55 Uhr, 8 x, Allersberg, Gilardihaus, Marktplatz 20, Sitzungssaal  
Gebühr: 55,- €

**Gisela Timm**

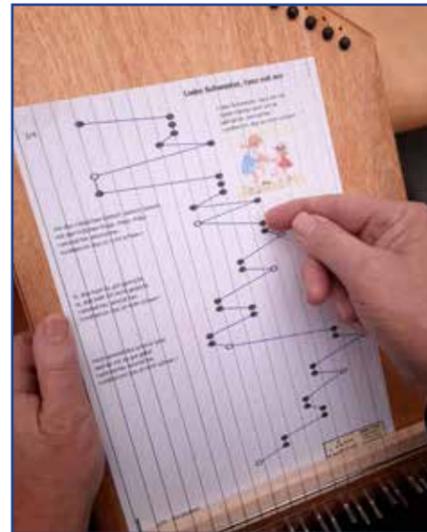
Wir wollen in der Gruppe gemeinsam einfache, bekannte Lieder spielen. Sie werden sehen, wie einfach das geht und wieviel Freude das macht. Wer kein Instrument besitzt, kann dies für die Kursdauer, auch für zu Hause, bei der Dozentin ausleihen. Leihgebühr (15 €) und Notenmaterial (12 €) werden vor Ort bei der Dozentin entrichtet.

**50427 Veeh/Zauberharfe: Spielkreis 1 Musizieren in der Gruppe ohne Vorkenntnisse**

Di, 29. November, 9-9.55 Uhr, 8 x, Allersberg, Gilardihaus, Marktplatz 20, Sitzungssaal  
Gebühr: 55,- €

**Gisela Timm**

Wir wollen in der Gruppe gemeinsam einfache, bekannte Lieder spielen. Sie werden sehen, wie einfach das geht und wieviel Freude das macht. Wer kein Instrument besitzt, kann dies für die Kursdauer, auch für zu Hause, bei der Dozentin ausleihen. Leihgebühr (15 €) und Notenmaterial (12 €) werden vor Ort bei der Dozentin entrichtet.



Veeh-Harfe

**Veeh/Zauberharfe: Spielkreis 2 und 3 Musizieren in der Gruppe ohne Vorkenntnisse**

**50428** - Di, 27. September, 10.05-11 Uhr, 8 x, danach

**50429** - Di, 29. November, 10.05-11 Uhr, 8 x, Allersberg, Gilardihaus, Marktplatz 20, Sitzungssaal  
Gebühr je Kurseinheit: 55,- €

**Gisela Timm**

Wir wollen in der Gruppe gemeinsam einfache, bekannte Lieder spielen. Sie werden sehen, wie einfach das geht und wieviel Freude das macht. Wer kein Instrument besitzt, kann dies für die Kursdauer, auch für zu Hause, bei der Dozentin ausleihen. Leihgebühr (15 €) und Notenmaterial (12 €) werden vor Ort bei der Dozentin entrichtet.

**Bitte beachten Sie:**  
Je nach Covid19-Infektionsentwicklung sind kurzfristige Änderungen jederzeit möglich.  
Alle Änderungen finden Sie auf unserer Webseite: [www.allersberg.de/vhs](http://www.allersberg.de/vhs)

Pro Person ein eigenes Formular verwenden. Ausfüllen, ausschneiden und in einem Briefumschlag an die Volkshochschule des Veranstaltungsortes senden oder einfach in den Briefkasten des Allersberger Rathauses unfrankiert einwerfen. Weitere Formulare liegen im Rathaus für Sie aus.



# Verbindliche Anmeldung für die Teilnahme am Kursprogramm der Volkshochschule im Landkreis Roth

Pro Person ein Formular. Danke für die deutliche Schreibweise.

<input type="radio"/> Kurs-Nr.	Titel	
Kurs-Ort	Beginn	Gebühr
<input type="radio"/> Kurs-Nr.	Titel	
Kurs-Ort	Beginn	Gebühr

Name, Vorname \*

Straße, Nr. \*

PLZ, Ort \*

Tel. tagsüber Tel. privat

Tel. mobil

E-Mail

Geburtsdatum (für statistische Zwecke)

**Bei Kinder- / Eltern-Kind-Kursen:** \* = Pflichtfeld

Name, Vorname und Geburtsdatum des Kindes

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass mir per E-Mail weitere Veranstaltungsinformationen (Newsletter etc.) zugeschickt werden.

### SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Volkshochschule im **Landkreis Roth, Gläubiger-Identifikations-Nr.: DE94 2ZZ0 0000 2463 06** Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der zuständigen Volkshochschule auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. **Hinweis:** Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

**Hiermit melde ich mich verbindlich an. Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der vhs erkenne ich an.**

Ein Rücktritt ist nur bis 7 Tage vor Unterrichtsbeginn möglich. **Die Anmeldung wird nicht bestätigt!** Mir ist bekannt, dass ich Kosten, die der vhs durch einen unberechtigten Widerruf, nicht ausreichende Kontodeckung oder fehlerhafte Angabe der Bankverbindung entstehen, erstatten muss.

### Bankverbindung

IBAN DE \_\_\_\_\_ | \_\_\_\_\_ | \_\_\_\_\_ | \_\_\_\_\_ | \_\_\_\_\_

Bank

Name, Vorname des Kontoinhabers

Adresse des Kontoinhabers (falls abweichend vom Teilnehmer)

Ich willige ein, dass die vhs meine Kontaktdaten zum Zwecke der Schulungsanmeldung und Kommunikation speichert und verarbeitet. Hinweise zum **Widerruf** dieser Einwilligung und zur Verarbeitung meiner Daten kann ich jederzeit in der **Datenschutzerklärung**, die auf [www.vhs-roth.de](http://www.vhs-roth.de) oder in den Außenstellen bzw. der Geschäftsstelle vorliegt, einsehen.

Datum Unterschrift