

Wir sind qualitätstestiert



Das bedeutet:

Wir arbeiten mit qualifizierten Lehrenden, die Methoden der Erwachsenenbildung anwenden und Lernberatung durchführen.

Wir entwickeln unsere Organisation ständig weiter und sichern funktionsfähige Kommunikations- und Entscheidungsstrukturen.

Wir pflegen engen Kontakt zu unseren Lernenden, informieren sie über Angebote und beraten sie fachkundig.

Fördermöglichkeiten

NÖ Bildungsförderung:

Sie können bei der NÖ Landesregierung um Förderung für Ihre Kurse, die der beruflichen Weiterbildung dienen, ansuchen. Genauere Informationen über die Voraussetzungen und das Antragsformular stehen auf der Internetseite www.noel.gv.at/bildungsfoerderung für Sie zur Verfügung.



gekennzeichnete Kurse werden von der Arbeiterkammer gefördert. Mitglieder der Arbeiterkammer sparen bis zu € 100 pro Jahr für Ihre Weiterbildung. AK-Mitglieder mit Kinderbetreuungsgeldbezug können sogar bis zu € 150 gefördert werden und arbeitslose AK-Mitglieder mit bis zu € 200.

Informationen erhalten Sie telefonisch unter 05/7171/1234 oder online unter www.arbeiterkammer.at.

für Wien: 0800/311311

Förderung durch Gewerkschaften:

Erkundigen Sie sich bei Ihrer Fachgewerkschaft, ob sie Weiterbildungsmaßnahmen ihrer Mitglieder fördern.

Förderungen vom AMS:

Arbeitslose, die einen berufsbezogenen Weiterbildungskurs besuchen möchten, sollten sich erkundigen, ob eine Unterstützung von Seiten des AMS möglich ist.

Bitte denken Sie auch daran, berufsbezogene Kurse bei der Arbeitnehmerveranlagung anzuführen.



gefördert durch

niederösterreich kultur



ZVR Zahl: VHS Mödling 489266110 / Titelfoto: G. Pahr © VHS Mödling

stadt GEMEINDE
Mödling

Geschäftsbedingungen – wichtige Information:

Anmeldungen: Die Anmeldung kann entweder persönlich vor Ort oder online erfolgen. **Erst durch die Bezahlung**, die bei einer Online-Buchung innerhalb von 5 Tagen geleistet werden muss, **sind Sie angemeldet!** Bei Kursen, die maximal 6x stattfinden, ist die Anmeldung bis spätestens eine Woche vor dem jeweiligen Beginn erforderlich. Die Vergabe der Kursplätze erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldung.

Kursbesuchsbestätigung: Bei regelmäßigem Kursbesuch (75%) stellen wir Ihnen *auf Wunsch* kostenlos und höchstens 2 Jahre rückwirkend eine Bestätigung aus.

Kursabsagen, Änderungen, Kurswechsel: Der jeweilige Kursbeitrag ist bei jedem Kurs vermerkt. Lehrbücher und sonstige Kursmaterialien sind in der Regel **nicht** im Preis inbegriffen. Falls die Mindestteilnehmerzahl nicht gegeben ist, kann ein Kurs nur gegen Aufzahlung oder Kürzung stattfinden. Parallel geführte Kurse können auch zusammengelegt werden. Ausschlaggebend hierfür ist für Kurse, die öfter als 6x stattfinden, die Anzahl der definitiv angemeldeten TeilnehmerInnen in der 3. Kurseinheit. **Spätere Eintritte haben keinen Einfluss auf die Höhe des Kursbeitrags!** Sollten Sie sich bei einem Sprachkurs falsch ein-gestuft haben, können Sie innerhalb der gewählten Sprache **bis zur 2. Kursstunde** einen Kurswechsel **nach Rücksprache im Sekretariat** durchführen.

Wenn der Kurs von der VHS abgesagt werden muss, erfolgt die Rückerstattung gegen Vorlage der Zahlungsbestätigung bargeldlos (bis Ende des laufenden Semesters!). Ein Wechsel des Kursleiters oder des Kursortes ergibt keinen Anspruch auf Rückzahlung oder Gutschrift.

Storno bei Kursen mit mehr als 6 Einheiten (z.B. Sprach- und Bewegungskurse): Ab dem Kursbeginn kann nur mehr eine **Gutschrift** abzüglich der gehaltenen Stunden gegen eine amtliche Bestätigung ausgestellt werden.

Storno bei Kursen mit weniger als 6 Einheiten (z.B. Wochenendseminare, Computerkurse): Eine Anmeldung kann bis 8 Tage vor Kursbeginn storniert werden. Danach wird der volle Kursbeitrag verrechnet, es sei denn, es wird ein Ersatzteilnehmer namhaft gemacht.

Fotos und Filmaufnahmen: Der/Die Teilnehmer(in) ist damit einverstanden, dass die von ihr/ihm bei Kursen und Veranstaltungen gemachten Aufnahmen ohne Vergütung im Rahmen der üblichen Auswertung (Werbeaktivitäten) verwendet werden dürfen.

Kursort: Wenn nicht anders angegeben, finden die Kurse im Haupthaus (Jakob Thoma Mittelschule) 2340 Mödling, Jakob Thoma Str. 20 statt.

Bitte halten Sie die Kursräume sauber. Die Sitzordnung eines Klassenraumes darf nur dann geändert werden, wenn nach Kursende die ursprüngliche Ordnung wieder hergestellt wird. Stellen Sie bitte die Sessel auf die Tische und vergessen Sie nichts in den Kursräumen.

Das Mitnehmen von Kleinkindern und Haustieren in die Kursräume, sowie **das Rauchen** ist im Schulhaus und allen Kursräumen **verboten**.

Das Schulhaus verfügt über einen Aufzug, der auf Wunsch benützt werden kann. Vor dem Eingang des Turnsaals steht ein Behindertenparkplatz zur Verfügung.

Orientieren Sie sich bitte an der Skizze auf Seite 75 über die Parkmöglichkeiten in der Nähe und beachten Sie das Freihalten der Einfahrten.

Unterrichtsfreie Tage 2012:

Sa 31.03. – Di 10.04.2012 Osterferien
Mi 18.04.2012 Elternsprechtag in Gumpoldskirchen
Mo 23.04.2012 Elternsprechtag der J.Thoma NMS (an den Sprechtagen entfällt der Unterricht am Abend)
Di 01.05.2012 Tag der Arbeit
Do 17.05.2012 Christi Himmelfahrt
Sa 26.05. - Di 29.05.2012 Pfingsten
Do 07.06.2012 Fronleichnam

Für persönliche Schäden und Sachschäden im Zusammenhang mit der Durchführung der Schulungsmaßnahmen haftet der Veranstalter nicht!

Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten!

Mit der Anmeldung akzeptieren Sie unsere Geschäftsbedingungen.



BEWEGTE BILDUNG

Der Umwelt zuliebe und den Spritpreisen zum Trotz steigt die VHS auf das Fahrrad!
Die mühsame Parkplatzsuche war gestern. Nun steht Ihnen ein Radabstellplatz im beleuchteten Hof der VHS zur Verfügung. Nutzen Sie diesen sowie den Eingang direkt ins Hauptgebäude.

Anmeldung online: ab 01. Jänner 2012

Es wird ein Teil der Kursplätze für die Online - Anmeldung freigegeben.
Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage:

www.vhs-moedling.at

Anmeldungen persönlich vor Ort:

Montag, 16.01. – Freitag, 20.01.2012

von 17:00 – 19:00 Uhr im Sekretariat der VHS

Persönliche Anmeldung unbedingt notwendig bei  Bonus!

Bei Kursen mit dem Logo  ist eine Förderung der Arbeiterkammer möglich!
Erkundigen Sie sich bei Ihrer Arbeiterkammer.

Wir verfügen über keine Bankomatkassa!

Inhaltsverzeichnis:


Geschäftsbedingungen	3
Referenzrahmen	6
Chinesisch	8
Dänisch	8
Deutsch als Fremdsprache.....	9
Englisch.....	10
Französisch	16
Gebärdensprache.....	17
Griechisch	18
Italienisch	19
Japanisch	21
Kroatisch	21
Russisch.....	22
Schwedisch	23
Slowakisch	24
Spanisch	24
Tschechisch	26
Ungarisch.....	26

Allgemeinbildung	27
Auffrischen der Grundkenntnisse, Literatur	28
Bildungsberatung	26, 28
EDV-Kurse Einführung, Word, Exel, Internet, Joomla, Fotobearbeitung.....	29, 43
Vorträge	35
Sonderveranstaltungen	40
Karriere & Persönlichkeitsbildung..	44
Kommunikation, Burn out, Oma/Opa; Ahnenforschung	
Körper und Gesundheit	48
Yoga, QiGong, TAIJI, Entspannung, Feldenkrais, autogenes Training, progressive Muskelentspannung u.v.m.	
Kreativität & Freizeit	58
Ikebana, Nähen, Tarock, Zeichnen und Malen, Flechten. Weidentippi,	
Kulinarik	64
Ernährung n. TCM, Vollwertküche, Käse,	
Tanz & Bewegung	68
Tanz, Wirbelsäulen- u. div. Gymnastikkurse	
Lageplan	75

SPRACHKURSE - EINTEILUNG

Die Sprachkurse sind nach dem Niveau des Europäischen Referenzrahmens ausgewiesen. Die nachfolgende Tabelle dient Ihnen als Orientierungshilfe zur Selbsteinschätzung Ihrer Kenntnisse.

In den senkrechten Spalten werden die Kursziele definiert. Für jedes Niveau können mehrere Semester benötigt werden.

	A1 Basiskurse	A2 Basiskurse	B1 Aufbaukurse
	Ich bin (völliger) Anfänger.	Ich habe im Wesentlichen die Ziele von A1 erreicht.	Ich habe im Wesentlichen die Ziele von A2 erreicht.
	Das möchte ich lernen:	Das möchte ich lernen:	Das möchte ich lernen:
V e r s t e n	Ich kann alltägliche Ausdrücke, einfache Sätze und Anweisungen wenn sehr langsam und deutlich gesprochen wird verstehen.	Ich kann einzelne Sätze und Wörter verstehen, wenn es um einfache Informationen zu Personen, Familie, Einkaufen, Beruf oder nähere Umgebung geht. Ich verstehe das Wesentliche von kurzen, klaren und einfachen Durchsagen.	Ich kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Freizeit usw. geht. Ich kann, wenn langsam und deutlich gesprochen wird, Radio- und Fernsehsendungen verstehen.
	Ich kann einzelne bekannte Namen, Wörter und einfache Sätze erfassen. (Plakate, Schilder Wegweiser,.....)	Ich kann kurze, einfache Texte lesen. Ich kann in einfachen Alltagstexten wie Prospekten, Speisekarten oder Fahrplänen konkrete Informationen herausfinden. Ich kann kurze einfache persönliche Briefe verstehen.	Ich kann Texte verstehen, in denen vor allem Alltags- oder Berufssprache vorkommt. Ich kann in privaten Briefen, Beschreibungen von Ereignissen, Gefühlen und Wünschen verstehen.
S p r e c h e n	Ich kann mich auf einfache Art verständigen. Mein(e) Gesprächspartner(In) muss aber sehr langsam sprechen und mir dabei helfen zu formulieren was ich sagen möchte. Ich kann einfache Fragen stellen und beantworten, sofern es sich um sehr vertraute Dinge handelt.	Ich kann mich in einfachen Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten und direkten Austausch von Informationen und um vertraute Dinge und Wirkungsbereiche geht. Ich kann ein kurzes Kontaktgespräch mit gebräuchlichen Informationen führen. Ich verstehe aber nicht genug um das Gespräch im Laufen zu halten.	Ich kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Ich kann ohne Vorbereitung an Gesprächen über Themen teilnehmen, die mir vertraut sind oder die mich interessieren. (z.B. Familie, Hobbys, Reisen, aktuelle Ereignisse)
	Ich kann einfache Sätze und Wendungen gebrauchen, um Dinge zu Beschreiben (z. B. Personen, Autos..) und sagen wo ich wohne.	Ich kann in einigen Sätzen und mit einfachen Mitteln z.B. meine Familie, meine Ausbildung oder meinen Beruf beschreiben.	Ich kann in einfachen zusammenhängenden Sätzen sprechen. Ich kann meine Meinung kurz erklären und begründen.
S c r e i b e n	Ich kann eine kurze einfache Postkarte schreiben. Ich kann auf Formularen z. B. Flugzeug, Fähre oder Hotel, Namen, Adresse und Nationalität ausfüllen.	Ich kann eine kurze, einfache Notiz oder Mitteilung und einen ganz einfachen persönlichen Brief schreiben, z.B. um mich für etwas zu bedanken.	Ich kann einen einfachen zusammenhängenden Text über mir vertraute Themen schreiben. Ich kann persönliche Briefe schreiben und darin Eindrücke schildern.

Es ist manches Mal schwierig sein Können selbst einzustufen. Unser Team berät Sie gerne und stellt auch auf Wunsch den Kontakt zu unseren KursleiterInnen her.

Ein Kurswechsel ist möglich (siehe Geschäftsbedingungen Seite 3).

B2 Aufbaukurse	C1 Perfektionskurse	C2 Perfektionskurse	
Ich habe im Wesentlichen die Ziele von B1 erreicht.	Ich habe im Wesentlichen die Ziele von B2 erreicht.	Ich habe im Wesentlichen die Ziele von C1 erreicht.	↓
Das möchte ich lernen:	Das möchte ich lernen:	Das möchte ich lernen:	
Ich kann längeren Reden und komplexen Argumentationen folgen, sofern mir die Thematik vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen sowie Spielfilme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird.	Ich kann längeren Reden und Gesprächen folgen, auch wenn diese nicht klar strukturiert sind und wenn Zusammenhänge nur implizit, nicht aber explizit gemacht sind. Ich kann ohne allzu große Mühe Fernsehsendungen und Spielfilme verstehen.	Ich habe keinerlei Schwierigkeit, gesprochene Sprache zu verstehen, gleichgültig ob „live“ oder in den Medien, und zwar auch, wenn schnell gesprochen wird. Ich brauche nur etwas Zeit, um mich an einen besonderen Akzent zu gewöhnen.	v e r s t e h e n
Ich kann Artikel und Berichte lesen und verstehen, in denen die Autoren besondere Haltungen und Standpunkte vertreten.	Ich kann lange und komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen und deren stilistische Merkmale wahrnehmen. Ich kann Fachartikel und technische Anleitungen verstehen, auch wenn sie nicht in Beziehung zu meinem Spezialgebiet stehen.	Ich kann alle Arten von geschriebenen Texten mühelos verstehen, auch wenn sie abstrakt oder inhaltlich und sprachlich komplex sind, z.B. Sachbücher, Fachartikel oder literarische Werke.	s p r e c h e n
Ich kann mich spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch in der Muttersprache meines Gesprächspartners / meiner Gesprächspartnerin möglich ist. Ich kann mich aktiv an Diskussionen beteiligen und meine Ansichten darstellen und verteidigen.	Ich kann mich beinahe mühelos spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter offensichtlich nach Worten suchen zu müssen. Ich kann die Sprache wirksam und flexibel im gesellschaftlichen und beruflichen Leben gebrauchen und meine eigenen Beiträge geschickt mit denen anderer verknüpfen.	Ich kann mich an allen Gesprächen und Diskussionen mühelos beteiligen und bin auch mit umgangssprachlichen Ausdrucksweisen sehr vertraut. Ich kann mich fließend äußern und auch feinere Bedeutungsnuancen genau ausdrücken.	
Ich kann zu sehr vielen Themen meiner Interessen eine klare und detaillierte Darstellung geben. Ich kann einen Standpunkt zu einem Problem erklären und Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.	Ich kann komplexe Sachverhalte ausführlich darstellen und erörtern, dabei Themenpunkte miteinander verbinden, einzelne Aspekte besonders ausführen und meinen Beitrag angemessen abschließen.	Ich kann mühelos und fließend auch längere Ausführungen und Erörterungen machen, meine Darstellung logisch aufbauen, auf wichtige Punkte aufmerksam machen und mich dem Stil der Situation anpassen.	
Ich kann einen Aufsatz oder einen Bericht, Informationen wiedergeben oder Gedankengänge ausführen, und dabei Argumente und Gegenargumente abwägen. Ich kann persönliche und formelle Briefe schreiben und deutlich machen, was wichtig ist.	Ich kann in Briefen, Aufsätzen oder Berichten über komplexe Sachverhalte schreiben und die für mich wesentlichen Aspekte entsprechend hervorheben. Ich kann in meinen schriftlichen Texten den Stil wählen, der für die jeweiligen Leser angemessen ist.	Ich kann anspruchsvolle Briefe, längere Berichte oder Artikel zu komplexen Fragen verfassen, die einen klaren Aufbau haben und die/den LeserIn so führen, dass sie/er die entscheidenden Punkte erfasst. Ich kann alle Texte schriftlich zusammenfassen und besprechen.	s c h r e i b e n

SPRACHKURSE

– in alphabetischer Reihenfolge

Achtung! Die Zahl nach der Kursbezeichnung zeigt die Semesteranzahl an.

z. B.: E 3 = 3. Studiensemester

Gruppengrößen: Kleingruppe: 5-10TLN - € 95,-

Normalgruppe: 10-18TLN - € 85,-

Vormittagsgruppe: 8-12TLN - € 90,-

Schnupperstunden sind nicht vorgesehen!

Nach Rücksprache mit dem Sekretariat ist bis zur 2. Kurseinheit ein Kurswechsel möglich.

CHINESISCH

CHI2	Chinesisch 2 – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Silke Jäger für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Mi 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
-------------	--	--

DÄNISCH



DA1	Dänisch für die Reise – Niveau A1 Kursleitung: MMag. Sarah Nussbaumer für HörerInnen ohne Vorkenntnisse Hej! Möchten Sie im Sommer nach Dänemark reisen und zuvor einen Einblick in die dänische Sprache bekommen? In diesem Kurs werden Grundlagen vermittelt, die Ihnen helfen sich in Urlaubs- und Alltagssituationen zurecht zu finden. kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Di 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
DAE	Dänisch – Niveau A1+ Kursleitung: MMag. Sarah Nussbaumer für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Hej! In diesem Kleingruppenkurs werden die Grundlagen der dänischen Sprache vermittelt. Neben Grammatik- und Ausspracheübungen steht vor allem die Bewältigung von Alltagssituationen im Vordergrund. Lehrbuch: Hueber: Vi snakkes ved! ab Lek. 9	Di 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x

DEUTSCH

Einstufungstest: Di 24. und Do 26. Jänner 2012 18:00

Für ösd Prüfungen wenden Sie sich an die VHS Baden:
02252 88990 oder sekretariat@vhs-baden.at

D/1 	Deutsch als Zweitsprache 1 - Ziel Niveau A1 Kursleitung: Gottfried Strasser für HörerInnen ohne Vorkenntnisse Lehrbuch: wird bekanntgegeben Gefördert durch die VHS Mödling.	Mo + Do 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 120,- Kursbeginn: 13.02.2011 Kursdauer: 24x
D/2 	Deutsch als Zweitsprache 2 – Niveau A1+ Kursleitung: Mag. Zofia Cierniak für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Langenscheidt: Optimal A1 ab Lek. 6 Gefördert durch die VHS Mödling.	Di + Do 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 120,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 24x
D/3 	Deutsch als Zweitsprache 3 – Niveau A2 Kursleitung: Mag. Ulrike Haiss für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Lehrbuch: Cornelsen: Ja genau! A2 Band 1 ab Lek. 1 Gefördert durch die VHS Mödling.	Mo + Do 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 120,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 24x
D/4 	Deutsch als Zweitsprache 4 – Niveau B1+ Kursleitung: Mag. Zofia Cierniak für HörerInnen mit Vorkenntnissen Lehrbuch: Langenscheidt: Optimal B1 ab Lek. 6 Gefördert durch die VHS Mödling.	Di + Do 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 120,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 24x
D/B2 	Deutsch als Zweitsprache – Niveau B2 Kursleitung: Mag. Ursula Blarowski für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen Anhand verschiedener Texte wird die Geläufigkeit beim Sprechen trainiert, der Wortschatz erweitert und die Grammatik gefestigt. kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt Gefördert durch die VHS Mödling.	Mo 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x

D/B2+ 	Deutsch als Zweitsprache – Niveau B2+ Kursleitung: Mag. Ursula Blarowski für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen Schwerpunkt: Wiederholung, Festigung und Vertiefung der Grammatikinhalte sowie der Rechtschreibung kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt Gefördert durch die VHS Möding.	Mo 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x
D/S 	Deutsch – Schreiben – Niveau B2 Kursleitung: Mag. Ita Kaftali für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen der deutschen Sprache Schwerpunkt: Schreiben und Sprechen; Wiederholen der Grammatik kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Mo 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x

ENGLISCH

E1 	Englisch – Niveau A1 Kursleitung: Claudia Göllinger für HörerInnen ohne Vorkenntnisse Lehrbuch: Cornelsen: Headway A2 Gesamtpaket (ISBN 3-06-804363-8)	Mi 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
E2 	Englisch 2 – Niveau A1 Kursleitung: Claudia Göllinger für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Cornelsen: Headway A2 Gesamtpaket (ISBN 3-06-804363-8)	Mi 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
E3 	Englisch 3 – Niveau A1+ Kursleitung: Mag. Milena Mazanec für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Cornelsen: Headway A2 Gesamtpaket (ISBN 3-06-804363-8) ab Lek. 6	Mi 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x

Anmeldung online: von 01.01.2012 – 12.01.2012

Anmeldungen persönlich vor Ort:

Montag, 16.01. – Freitag, 20.01.2012

von 17:00 – 19:00 Uhr im Sekretariat der VHS

E4 	Englisch 4 – Niveau A1+ Kursleitung: Mag. Christine Svava für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Frischen Sie Ihre Englischkenntnisse in einer gemütlichen Gruppe auf. Basiswissen in der Grammatik wird genauso vermittelt wie nützlicher Smalltalk auf Englisch! Lehrbuch: Cornelsen: Headway A2 Gesamtpaket (ISBN 978-3-06-804363-9) ab Lek. 8	Mo 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x
E5 	Englisch 5 – Niveau A1+ Kursleitung: Mag. Christine Svava für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Möchten Sie Ihre Englischkenntnisse in einer gemütlichen Gruppe verbessern? Dann sind Sie herzlich willkommen! Lehrbuch: Cornelsen: Headway A2 Gesamtpaket (ISBN 978-3-06-804363-9) ab Lek. 8	Mo 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x
E6 	Englisch 6 – Niveau A1+ Kursleitung: Susanne Lippert für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Lehrbuch: Klett: Fairway 2 (ISBN 3-12-501461-1) ab Lek. 7	Mi 16:30 - 17:50 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
E4-V 	Englisch 4 am Vormittag – Niveau A2 Kursleitung: Mag. Gabriela Schökler für HörerInnen mit Vorkenntnissen Lehrbuch: Cornelsen: Headway A2 Gesamtpaket (ISBN 3-06-804363-8) ab Lek. 7	Di 10:35 - 12:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
E8-V 	Englisch 8 am Vormittag – Niveau A2 Kursleitung: Susanne Lippert für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen und HörerInnen, die schon Englisch gelernt haben und Ihre Kenntnisse auffrischen wollen Lehrbuch: Oxford: The New Headway pre-intermediate (ISBN 978-0-19-471665-9) und Arbeitsbuch (ISBN 978-0-19-471586-7) ab Lek. 4	Mi 10:35 - 12:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: J.Thoma Str. 17 Raum 2


E10-V 	Englisch 10 am Vormittag – Niveau A2 Kursleitung: Mag. Margit Lehner für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Lehrbuch: Klett: Fairway 2 ab Lek. 3A	Fr 09:00 - 10:25 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 17.02.2012 Kursdauer: 13x
E10 	Englisch 10 – Niveau A2 Kursleitung: Dipl.-Päd. Anita-Therese Kollmitzer für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Lehrbuch: Hueber: English Next A2/1 (ISBN 978-3-19-002932-7) ab Lek. 10	Do 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
E/R 	English Refresher – 2. Semester – Niveau A2 Kursleitung: Dipl.-Päd. Anita-Therese Kollmitzer 2. Semester - Brush up your English Für HörerInnen, die schon einmal Englisch gelernt haben und die ihre Grundkenntnisse intensiv auffrischen wollen.	Mo 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x
E/WW-V 	Women's world - am Vormittag – Niveau A2 Kursleitung: Dipl.-Päd. Anita-Therese Kollmitzer für HörerInnen des vergangenen Semesters Talking, reading and writing about the experiences of every day life – especially of women's life. kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Mi 09:00 - 10:25 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
E17 	Englisch 17 – Niveau A2+ Kursleitung: Mag. Katrin Pürer Wir lesen Bücher, schauen Filme und diskutieren über aktuelle Themen. So arbeiten wir an der Erweiterung des Vokabulars und grammatikalischer Strukturen. Wer Lust hat seine Sprachsicherheit in Englisch zu festigen, ist herzlich willkommen.	Mo 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x

Anmeldung online: von 01.01.2012 – 12.01.2012

Anmeldungen persönlich vor Ort:

Montag, 16.01. – Freitag, 20.01.2012

von 17:00 – 19:00 Uhr im Sekretariat der VHS

Wenn Sie Ihren  Bonus für einen gekennzeichneten Kurs einlösen wollen, informieren Sie sich unter 05 7171 1234 für NÖ oder 0800/311311 für Wien.

<p>E/S-V AK plus</p>	<p>English in Situations – Niveau A2+ Kursleitung: Andrew Clark - Wilson für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen, die ihre Kenntnisse verbessern möchten alltägliche Situationen, Konversation, Zeitungsartikel, Lesen von Kurzgeschichten, Auffrischung der Grammatik kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt</p>	<p>Do 09:00 - 10:25 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2</p>
<p>E/A2+ AK plus</p>	<p>Englisch – Niveau A2+ Kursleitung: Mag. Christine Svava Englisch für Fortgeschrittene Wir vertiefen unsere Sprachkenntnisse indem wir Kurzgeschichten lesen, über verschiedene Textsorten diskutieren und über Alltagsthemen sprechen. Gelegentlich wiederholen wir die englische Grammatik. kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt</p>	<p>Do 17:45 - 19:15 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: Gumpoldskirchen Hauptschule</p>
<p>E-PI AK plus</p>	<p>English pre-intermediate – Niveau A2+ Kursleitung: Ilse Kovacs für HörerInnen des vergangenen Semesters und HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Training von freiem Sprechen und Aussprache, Erweiterung des Wortschatzes und Wiederholung der grammatischen Strukturen kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt</p>	<p>Di 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x</p>
<p>E/A-V</p>	<p>Englischkurs zur Auffrischung – Niveau B1 Kursleitung: Andrew Clark - Wilson für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen, die Ihre Englischkenntnisse auffrischen möchten alltägliche Situationen, Konversation, Lesen von Kurzgeschichten, Auffrischung der Grammatik kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt</p>	<p>Do 10:35 - 12:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2</p>
<p>E/GC</p>	<p>Guided Conversation – Niveau B1 Kursleitung: Ingrid Adlhart für HörerInnen mit Vorkenntnissen Wir trainieren das freie Sprechen - bei Bedarf machen wir auch Grammatikübungen. kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt</p>	<p>Mo 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x</p>

E/I-Z	English intermediate – Niveau B1 Kursleitung: Oliver Zinnecker Erhalten und erweitern Sie Ihre Englischkenntnisse ohne Zeitdruck und in entspannter Atmosphäre. Grammatik nur nach Bedarf; kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Mi 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
EM-V	Englisch für die Mittelstufe – Niveau B1 Kursleitung: Mag. Gabriela Schöckler für HörerInnen, die Ihre Englischkenntnisse verbessern und erweitern wollen Konversation, Reise und Urlaub, Kurzgeschichten, Auffrischung der Grammatik, Zeitungsartikel kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Di 09:00 - 10:25 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: J.Thoma Str. 17 Raum 2
E/I-K	English intermediate – Niveau B1 Kursleitung: Dipl.-Päd. Anita-Therese Kollmitzer für HörerInnen des vergangenen Semesters Texte, Grammatik..."a little bit of everything" kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Mo 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x
EK1-V	Let´s talk English – Niveau B1 Kursleitung: Ingrid Adlhart für HörerInnen des vergangenen Semesters Wir trainieren das freie Sprechen - bei Bedarf machen wir auch Grammatikübungen. kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Mo 09:00 - 10:25 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x
E/CC-V	English Challenge & Chat am Vormittag – Niveau B2 Kursleitung: Dipl.-Päd. Anita-Therese Kollmitzer für HörerInnen mit Vorkenntnissen refresher course - grammar revision and conversation kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Mi 10:35 - 12:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: J.Thoma Str. 17 Raum 3
E/CC	English Challenge & Chat – Niveau B2 Kursleitung: Dipl.-Päd. Anita-Therese Kollmitzer für HörerInnen des vergangenen Semesters refresher course - grammar revision and conversation kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Do 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x

EK1	Let's talk English – Niveau B2 Kursleitung: Ingrid Adlhart Anhand kurzer Texte wird die Geläufigkeit beim Sprechen trainiert, der Wortschatz erweitert und Lücken in der Grammatik geschlossen.	Mo 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x
EK2-V	Let's talk English – Niveau B2 Kursleitung: Ingrid Adlhart für HörerInnen des vergangenen Semesters Anhand kurzer Texte wird die Geläufigkeit beim Sprechen trainiert, der Wortschatz erweitert und Lücken in der Grammatik geschlossen. kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Mo 10:35 - 12:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 3
E/E-V	Everyday English in the Morning – Niveau B2+ Kursleitung: Susanne Lippert für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen, die ihr Englisch intensivieren möchten Konversation, lesen und diskutieren von außenpolitischen Themen anhand englischen bzw. amerikanischen Zeitschriften; Lücken in der Grammatik werden geschlossen kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Mi 09:00 - 10:25 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2
EK2	Advanced English Conversation – Niveau C1 Kursleitung: Oliver Zinnecker Für alle, die ihre guten Englischkenntnisse durch praktische Anwendung verbessern möchten. Abwechslungsreiche Themen mit Diskussionen in freundlicher und lockerer Atmosphäre. kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Mi 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x

Achtung! Die Zahl nach der Kursbezeichnung zeigt die Semesteranzahl an.

z. B.: E 3 = 3. Studiensemester

Gruppengrößen: Kleingruppe: 5-10TLN - € 95,-

Normalgruppe: 10-18TLN - € 85,-

Vormittagsgruppe: 8-12TLN - € 90,-

Schnupperstunden sind nicht vorgesehen!

Nach Rücksprache mit dem Sekretariat ist bis zur 2. Kurseinheit ein Kurswechsel möglich.

FRANZÖSISCH

F1-V	Französisch 1 am Vormittag – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Margit Lehner für HörerInnen ohne Vorkenntnisse Lehrbuch: Langenscheidt: Couleurs de France 1	Di 09:00 - 10:25 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
F2	Französisch 2 – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Ursula Brandner für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Veritas: Perspectives 1 ab Lek. 5	Do 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
F4	Französisch 4 – Niveau A1 Kursleitung: Marie-Laurence Souczek Urlaub in Frankreich für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen und Wiedereinsteiger Lehrbuch: Klett: Voyages 1 (ISBN 10:3-12-529202-6) ab Lek. 7 (Themen: Kleidung, Urlaubspläne)	Do 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: Gumpoldskirchen Hauptschule
F6	Französisch 6 – Niveau A1+ Kursleitung: Mag. Katrin Pürer für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Taxi! 1 Lehrbuch (ISBN 978-3-468- 45481-3) und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-468- 45482-0) ab Lek. 7	Mo 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x
F10-V	Französisch 10 am Vormittag – Niveau A2 Kursleitung: Mag. Margit Lehner für HörerInnen des vergangenen Semesters mit mäßigen Vorkenntnissen Lehrbuch: Langenscheidt: Couleurs de France 2 ab Lek. 6A	Fr 10:35 - 12:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 17.02.2012 Kursdauer: 13x

Anmeldung online: von 01.01.2012 – 12.01.2012



Anmeldungen persönlich vor Ort:

Montag, 16.01. – Freitag, 20.01.2012

von 17:00 – 19:00 Uhr im Sekretariat der VHS

F/A2	Französisch A2 – Niveau A2 Kursleitung: Marie-Laurence Souczek für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Lehrbuch: Klett: Voyages 2 (ISBN 978-3-12-529204-8) ab Lek. 7 (Themen: Umwelt, Medien) und leichte Konversation	Do 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: Gumpoldskirchen Hauptschule
F/P-V	Parlons français! – Niveau B1 Kursleitung: Mag. Margit Lehner für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen Texte zu aktuellen Themen, sowie Auffrischung der Grammatik	Di 10:35 - 12:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
FKB1-V	Französisch Konversation – Niveau B1 Kursleitung: Mag. Magda Vrignaud Ein Kurs für Interessierte von 18 – 99 Jahren, die etwas vertraut mit der französischen Sprache sind und nach mehr Sicherheit im Verstehen und Ausdruck streben. abwechslungsreiche Aktivitäten (Texte, Lieder, Videos und Grammatik)	Do 09:00 - 10:25 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: J. Thoma Str.17 Raum 3
FKB2-V	Le Français à travers la littérature et la presse – Niveau B2 Kursleitung: Mag. Magda Vrignaud La vie et la culture pour tous ceux qui aiment la France – aktuelle Themen, Zeitungsartikel, literarische Texte aus dem 20. Jahrhundert, Videoreportagen	Do 10:35 - 12:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: J. Thoma Str.17 Raum 3

GEBÄRDENSPRACHE

GEB1 	Gebärdensprache 1. Semester Kursleitung: Beatrix Binder für HörerInnen ohne Vorkenntnisse Gefördert durch die VHS Mödling.	Mi 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 100,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
GEB2 	Gebärdensprache 2. Semester Kursleitung: Beatrix Binder für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Gefördert durch die VHS Mödling.	Mi 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 100,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x

GRIECHISCH

NG2	Neugriechisch 2 – Niveau A1 Kursleitung: Simone Wagner-Furch für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Langenscheidt: Kalimera ab Lek. 5	Do 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
NG4	Neugriechisch 4 – Niveau A1+ Kursleitung: Simone Wagner-Furch für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Lehrbuch: Langenscheidt: Kalimera ab Lek. 10	Di 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
NG6	Neugriechisch 6 – Niveau A2 Kursleitung: Simone Wagner-Furch für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Lehrbuch: wird bekannt gegeben	Mo 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x
NG10	Neugriechisch 10 – Niveau B1 Kursleitung: Simone Wagner-Furch für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen Lehrbuch: Deltos: Verständigen Sie sich auf Griechisch, Band 2 ab Lek. 1	Di 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
NG/B1+	Neugriechisch B1+ – Niveau B1+ Kursleitung: Simone Wagner-Furch für HörerInnen mit sehr guten Vorkenntnissen Lehrbuch: Deltos: Verständigen Sie sich auf Griechisch, Band 2 ab Lek. 16	Mo 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x

Anmeldung online: von 01.01.2012 – 12.01.2012

Anmeldungen persönlich vor Ort:

Montag, 16.01. – Freitag, 20.01.2012

von 17:00 – 19:00 Uhr im Sekretariat der VHS

Gruppengrößen: Kleingruppe: 5-10TLN - € 95,-
Normalgruppe: 10-18TLN - € 85,-
Vormittagsgruppe: 8-12TLN - € 90,-

Schnupperstunden sind nicht vorgesehen!

Nach Rücksprache mit dem Sekretariat ist bis zur 2. Kurseinheit ein Kurswechsel möglich.

ITALIENISCH

IT1 <i>neu</i>	Italienisch 1 – Niveau A1 Kursleitung: Mirella Belmonte-Riedel Für HörerInnen ohne Vorkenntnisse, die unterhaltsam die Sprache lernen wollen. Lehrbuch: Hueber: Espresso 1 ab Lek. 1	Do 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: Gumpoldskirchen Hauptschule
IT2	Italienisch 2 – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Charlotte Ehrenleitner-Toth für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Hueber: Espresso 1, erweiterte Ausgabe, ab Lek. 4	Mi 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
IT3	Italienisch 3 – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Luisa Di Muro für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen, leichte Konversation, Grammatik: Modalverben, Passato Prossimo, direkte Objektpronomen Lehrbuch: Hueber: Espresso 1 ab Lek. 6/7	Do 16:30 - 17:50 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
IT4	Italienisch 4 – Niveau A1 Kursleitung: Mirella Belmonte-Riedel für HörerInnen des vergangenen Semesters sowie für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Hueber: Espresso 1 ab Lek. 6	Di 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
IT5	Italienisch 5 – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Luisa Di Muro für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen, leichte Konversation, Grammatik: reflexive Verben, Imperfetto, Konditional Lehrbuch: Hueber: Espresso 2 ab Lek. 2	Do 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
IT6	Italienisch 6 – Niveau A2 Kursleitung: Mag. Luisa Di Muro für HörerInnen mit Vorkenntnissen Grammatik: Imperfetto, Konditional, Stare + Gerundium Lehrbuch: Hueber: Espresso 2 ab Lek. 3	Do 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x

IT9-V	Italienisch 9 – Niveau A2 Kursleitung: Mirella Belmonte-Riedel für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Lehrbuch: Hueber: Espresso 2 ab Lek. 10	Do 10:35 - 12:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
IT/F	Italienisch für Fortgeschrittene – Niveau A2+ Kursleitung: Mag. Charlotte Ehrenleitner-Toth für HörerInnen die Ihre Kenntnisse auffrischen wollen - Grammatikwiederholung und leichte Konversation kein Lehrbuch - Unterlagen werden beige- stellt	Mi 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
IT/B1-V	Italienisch "approfondimento" – Niveau B1 Kursleitung: Mirella Belmonte-Riedel für HörerInnen mit Vorkenntnissen leichte Konversation, Grammatik nach Bedarf Lehrbuch: Hueber: Espresso 3 sowie andere Un- terlagen	Di 09:00 - 10:25 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
ITF/B1+	Italienisch für Fortgeschrittene – Niveau B1+ Kursleitung: Mirella Belmonte-Riedel für HörerInnen, die anhand von praktischen Übungen die Sprache vervollständigen wollen leichte Konversation, kein Lehrbuch - Unterlagen werden beige- stellt	Di 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
IT/B2-V	Italienisch Konversation – Niveau B2+ Kursleitung: Mirella Belmonte-Riedel Authentische Texte über Land und Leute sowie einfache literarische Texte dienen der Konversa- tion. Wiederholung der Grammatik nach Bedarf. kein Lehrbuch - Unterlagen werden beige- stellt	Do 09:00 - 10:25 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x

Anmeldung online: von 01.01.2012 – 12.01.2012
Anmeldungen persönlich vor Ort:
Montag, 16.01. – Freitag, 20.01.2012
von 17:00 – 19:00 Uhr im Sekretariat der VHS

IT/L <i>neu</i>	Italienisch - Last Minut!! – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Luisa Di Muro für HörerInnen ohne Vorkenntnisse Von der Urlaubsvorbereitung bis zu den wichtigsten Sätzen für die Kommunikation im Urlaub: im Hotel (an der Rezeption, Wünsche und Reklamationen), im Geschäft, an der Bushaltestelle, im Restaurant, Fragen nach dem Weg und Straßenschildern, am Bahnhof und am Flughafen Grammatik: Das Präsens, die Verneinung, bestimmte/unbestimmte Artikel, die Präpositionen a und in, c'è/ci sono, die Fragewörter (che, dove, perchè, chi, quanto).	Mo 16:30 - 18:00 Kursbeitrag: € 60,- Kursbeginn: 07.05.2012 Kursdauer: 6x
IT/M <i>neu</i>	PerCorso Mafia – Niveau B1 Kursleitung: Mag. Luisa Di Muro Während der Filmausschnittvorführung sollen verschiedene Aspekte der (süditalienischen) Mafia sowie italienische Familienbeziehungen untersucht werden. Außerdem wird auf die sozialen und geschichtlichen Zusammenhänge in der Vergangenheit und im heutigen Italien Bezug genommen.	Fr 14:45 - 16:15 Kursbeitrag: € 50,- Kursbeginn: 02.03.2012 Kursdauer: 5x

JAPANISCH

JAP	Japanisch – Niveau A1 Kursleitung: Tsuneko Ipp Einführung in die japanische Sprache und Kultur für HörerInnen ohne und mit geringen Vorkenntnissen, kein Lehrbuch – Unterlagen werden beigelegt	Di 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
-----	---	---


KROATISCH

KR8	Kroatisch 8 – Niveau A2 Kursleitung: Mag. Vera Schnirch für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Lehrbuch: Ucimo hrvatski 2 ab Lek. 4 sowie andere Unterlagen	Mi 19:00 - 20:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
-----	---	---

KR/F	Kroatisch Konversation – Niveau B2 Kursleitung: Mag. Vera Schnirch für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen Lehrbuch: Razgovarajte s nama! (ISBN 978-953-175.3221-0) sowie Zeitungsartikel	Mi 17:35 - 19:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
------	--	---

RUSSISCH

RU/R 	Russisch für die Reise – Niveau A1 Kursleitung: Anna Wolfauer für HörerInnen ohne Vorkenntnisse In diesem Kurs werden die Grundlagen der russischen Sprache vermittelt sowie Vokabel und Phrasen, die Sie bei den ersten Kontakten in Russland anwenden können. kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigestellt	Di 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
RU2 	Russisch 2 – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Piroška Kalab für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Cornelsen: Dialog 1 ab Lek. 2	Do 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
RU4 	Russisch 4 – Niveau A1+ Kursleitung: Anna Wolfauer für HörerInnen des vergangenen Semesters und alle Interessierten mit mäßigen Vorkenntnissen Sprechen und Hören sollen den Schwerpunkt dieses Kurses bilden. Lehrbuch: Cornelsen: Dialog 1 ab Lek. 5	Do 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
RU6 	Russisch 6 – Niveau A2 Kursleitung: Mag. Piroška Kalab für HörerInnen mit Vorkenntnissen Lehrbuch: Klett: Most 1 ab Lek. 8	Do 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x


Wenn Sie Ihren  Bonus für einen gekennzeichneten Kurs einlösen wollen, informieren Sie sich unter 05 7171 1234 für NÖ oder 0800/311311 für Wien.

RU/B1+	Russisch für Fortgeschrittene – Niveau B1+ Kursleitung: Anna Wolfauer für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen Konversation, Wiederholung und Vertiefung des Wortschatzes, Auffrischung der Grammatik kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt.	Do 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
---------------	---	---

SCHWEDISCH

SW1 <i>neu</i>	Schwedisch für die Reise – Niveau A1 Kursleitung: MMag. Sarah Nussbaumer für HörerInnen ohne Vorkenntnisse Hej! Möchten Sie im Sommer nach Schweden reisen und zuvor einen Einblick in die schwedische Sprache bekommen? In diesem Kurs werden Grundlagen vermittelt, die Ihnen helfen sich in Urlaubs- und Alltagssituationen zurecht zu finden. kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Do 18:00 – 19:35 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
SW6	Schwedisch 6 – Niveau A1+ Kursleitung: MMag. Sarah Nussbaumer für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Hej! Talar du gärna svenska? Lehrbuch: Hueber: Javisst! ab Lek. 13	Mi 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
SW8	Schwedisch 8 – Niveau A2 Kursleitung: MMag. Sarah Nussbaumer für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen Hej! Talar du gärna svenska och vill du öva grammatik? Lehrbuch: Hueber: Javisst! ab Lek. 15	Mo 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x
SW/F	Schwedisch für Fortgeschrittene – Niveau A2+ Kursleitung: MMag. Sarah Nussbaumer für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen Hej! Tycker du om att tala svenska? Här är alla välkomna som är intresserad av Sverige och det svenska språket! Lehrbuch: Hueber: Javisst! ab Lek. 18 sowie verschiedenste Texte	Mo 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x

SLOWAKISCH

SLO/F 	Slowakisch Fortgeschrittene – Niveau A2 Kursleitung: NN für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen Leichte Konversation um auf dem Laufenden zu bleiben. Lehrbuch: Eva Tibenska a Maria Zatkalikova: Slovencina slovo zaslovom	Do 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
--	--	---

SPANISCH

SP1	Spanisch 1 – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Carina Raves - Steinhübel für HörerInnen ohne Vorkenntnisse Lehrbuch: Langenscheidt: El nuevo curso 1	Di 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
SP/R	Spanisch für Reise und Urlaub – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Viktoria Parr für HörerInnen ohne Vorkenntnisse kein Lehrbuch – Unterlagen werden beigelegt	Mi 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
SP2A	Spanisch 2a – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Carina Raves - Steinhübel für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Langenscheidt: El nuevo curso 1 ab Lek. 5	Do 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
SP2B	Spanisch 2b – Niveau A1 Kursleitung: Francesca Panzenbeck Clavier für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Langenscheidt: El nuevo curso 1 ab Lek. 5	Do 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
SP3	Spanisch 3 – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Ursula Brandner für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Langenscheidt: El nuevo curso 1 ab Lek. 9	Di 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x

SP4-V	Spanisch 4-V – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Carina Raves - Steinhübel für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Langenscheidt: El nuevo curso 1 ab Lek. 9	Mi 10:35 - 12:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
SP4	Spanisch 4 – Niveau A1+ Kursleitung: Francesca Panzenbeck Clavier für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Lehrbuch: Langenscheidt: El nuevo curso 1 ab Lek. 9	Do 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x
SP6	Spanisch 6 – Niveau A2 Kursleitung: Mag. Viktoria Parr für HörerInnen mit mäßigen Vorkenntnissen Lehrbuch: Hueber Eñe 2 ab Lek. 5	Mi 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x
SP9	Spanisch 9 – Niveau B1 Kursleitung: Mag. Carina Raves - Steinhübel für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen Lehrbuch: Hueber: Eñe B1 ab Lek. 5	Di 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
SP10	Spanisch 10 – Niveau B1 Kursleitung: Francesca Panzenbeck Clavier für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen Lehrbuch: Hueber: Eñe B1.1 ab Lek. 4	Di 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
SPF1	Spanisch für Fortgeschrittene – Niveau B1+ Kursleitung: Francesca Panzenbeck Clavier für HörerInnen mit guten Vorkenntnissen Konversation, Wiederholung und Vertiefung der Grammatik kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Di 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x
SPK-V	Spanisch Konversation – Niveau C1 Kursleitung: Mag. Carina Raves - Steinhübel für HörerInnen des vergangenen Semesters kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt	Mi 09:00 - 10:25 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x

TSCHECHISCH

<p>TS2 AK plus</p>	<p>Tschechisch 2 – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Pavlina Böhmová - Lössl für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Akropolis: Ceština expres ab Lek. 5</p>	<p>Mi 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x</p>
<p>TS/F AK plus</p>	<p>Tschechisch f. Fortgeschrittene – Niveau A2+ Kursleitung: Mag. Pavlina Böhmová - Lössl für HörerInnen mit Vorkenntnissen Konversation zu aktuellen Themen, Erweitern des Wortschatzes, Alltagssituationen, aktuelle Texte, Grammatikfortsetzung kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigelegt</p>	<p>Mi 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x</p>

UNGARISCH

<p>UN/L AK plus</p>	<p>Ungarisch "light" – 2. Semester – Niveau A1 Kursleitung: Mag. Agnes Szelp für HörerInnen mit geringen Vorkenntnissen Ein Kurs mit wenig Mühe und viel Spaß. Das Ziel ist es, die wichtigsten Alltagssituationen bewältigen zu können. Dabei wird der Schwer- punkt viel mehr auf einen Basiswortschatz als auf die Grammatik gelegt. Lehrbuch: Halló, itt Magyarország! 1 ab Lek. 5</p>	<p>Mo 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x</p>
------------------------------------	--	--

BILDUNGSBERATUNG

BBR - Bildungsberatung mit HR Prof. Ing. Mag. Gerhard Pahr

Sie sind an einem Punkt angelangt an dem Sie sich eine berufliche Veränderung wünschen?

Bei diesem kostenlosen und persönlichen Beratungsgespräch erfahren Sie wie Sie Ihre Erstausbildung als Basis für weitere Bildung nutzen können. Es wird ein Karriereplan entwickelt, der Ihre Qualifikationen berücksichtigt und Ihnen neue Chancen aufzeigt.

Bitte anmelden unter: 0664 432 69 14 oder office@vhs-moedling.at

Ein kostenloses Service der Volkshochschule Mödling!

ALLGEMEINBILDUNG

<p>AG1</p> <p><i>neu</i></p>	<p>Auffrischen der Grundkenntnisse in Deutsch und Mathematik</p> <p>Kursleitung: Dipl.-Päd. Sabine Schibl</p> <p>Zielgruppe: Erwachsene mit deutscher Muttersprache und Personen, die sich auf Deutsch gut verständigen können, aber Schwierigkeiten mit Lesen, Schreiben oder Rechnen haben.</p> <p>Kursinhalte:</p> <p>Wir bieten verschiedene Inhalte an, aus denen wir je nach den Bedürfnissen der KursteilnehmerInnen Schwerpunkte setzen.</p> <p>Schreiben: Formulare ausfüllen, einfache Texte (die im Alltag nötig sind) schreiben, ...</p> <p>Lesen: kurze, einfache Texte mitlesen und verstehen (Zeitung, Fahrpläne, Beipackzettel, ...)</p> <p>Grammatik und Rechtschreibung: nach Wunsch vertiefen wir auch wichtige Bereiche der Rechtschreibung und Grammatik</p> <p>Rechnen: Grundrechnungsarten, Schätzungen vornehmen, Gewichte und Maße, Bankbelege lesen, Preise berechnen, Retoungeld kontrollieren (nach Möglichkeit) EDV: Für alle Personen, die an den Basisbildungskursen teilnehmen, bieten wir die Möglichkeit auch am Computer zu arbeiten.</p> <p>Vermittlung der Grundkompetenzen im Alltag: Rechnungen lesen und verstehen (z.B.: Strom, Telefon), Fahrkarten am Automaten kaufen, im Supermarkt Grundpreise erkennen, Rechte und Pflichten als BürgerIn (an Wahlen teilnehmen)</p>	<p>Mi 18:00 - 19:25</p> <p>Kursbeitrag: € 25,-</p> <p>Kursbeginn: 15.02.2012</p> <p>Kursdauer: 12x</p>
<p>AG2</p>	<p>Auffrischen der Grundkenntnisse in Deutsch und Mathematik</p> <p>Kursleitung: Dipl.-Päd. Andrea Hasenberger</p> <p>Zielgruppe: KursteilnehmerInnen des vergangenen Semesters</p> <p>Erwachsene mit deutscher Muttersprache und Personen, die sich auf Deutsch gut verständigen können, aber Schwierigkeiten mit Lesen, Schreiben oder Rechnen haben.</p>	<p>Di 18:00 - 19:25</p> <p>Kursbeitrag: € 25,-</p> <p>Kursbeginn: 14.02.2012</p> <p>Kursdauer: 12x</p>

LIT	<p>Literatur Kursleitung: Mag. Waltraud Apfalter Was erwartet Sie in diesem Semester? - Eine Mischung aus Poesie und moderner Prosa! Rainer Maria Rilke (1875 in Prag - 1927 in Wallis): Seine Lebensgeschichte und Kostproben aus den Gedichtsammlungen "Das Stundenbuch", "Das Buch der Bilder", "Neue Gedichte", "Duineser Elegien" und "Die Sonette an Orpheus" Ruth Klüger (geb. 1931 in Wien): "Weiter leben. Eine Jugend" und "unterwegs verloren. Erinnerungen" Arno Geiger (geb. 1968 in Bregenz): "Alles über Sally" und "Der alte König in seinem Exil" min. 6 TLN</p>	<p>Mi 10:35 - 12:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x</p>
-----	--	--

BILDUNGSBERATUNG

BBR - Bildungsberatung mit HR Prof. Ing. Mag. Gerhard Pahr

Sie sind an einem Punkt angelangt an dem Sie sich eine berufliche Veränderung wünschen?

Bei diesem kostenlosen und persönlichen Beratungsgespräch erfahren Sie wie Sie Ihre Erstausbildung als Basis für weitere Bildung nutzen können. Es wird ein Karriereplan entwickelt, der Ihre Qualifikationen berücksichtigt und Ihnen neue Chancen aufzeigt.

Bitte anmelden unter: 0664 432 69 14 oder office@vhs-moedling.at

Ein kostenloses Service der Volkshochschule Mödling!

Anmeldung online: von 01.01.2012 – 12.01.2012

Anmeldungen persönlich vor Ort:

Montag, 16.01. – Freitag, 20.01.2012


von 17:00 – 19:00 Uhr im Sekretariat der VHS

Restplätze werden nach der Einschreibwoche wieder online gestellt!

EDV-KURSE – KURSORT: JAKOB THOMA STR. 17 RAUM 3

Anmeldung für alle Computerkurse online oder während der Einschreibwoche (16.-20.01.2012 von 17:00 -19:00) im Sekretariat der VHS

EDV111 	EDV Einführung 1 – WIN7/Office 2010 Kursleitung: Peter Schubert Dieser Kurs ist für alle ComputerneueinsteigerInnen geeignet. Die ersten Schritte der Bedienung eines Computers mit dem Betriebssystem "Windows 7" werden ausführlich und anhand von einfachen Praxisbeispielen erlernt. Weitere Kursinhalte: Das Internet als Informationsquelle, E-Mails senden und empfangen, Texte schreiben und gestalten mit Word 2010 sowie Durchführen einfacher Berechnungen mit Excel 2010. Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL-Modul 1 "Grundlagen der Informationstechnologie".	Mo + Mi 18:15 - 21:00 13., 15., 20., 22.02.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 4x
EDV114 	EDV Einführung 1 – WIN7/Office 2010 Kursleitung: Thomas Mayer Dieser Kurs ist für alle ComputerneueinsteigerInnen geeignet. Kursinhalte wie bei EDV 111 Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL- Modul 1 "Grundlagen der Informationstechnologie".	Di + Do 18:15 - 21:00 14., 16., 21., 23.03.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 4x
EDV115 	EDV Einführung 1 – WIN7/Office 2010 Kursleitung: Peter Schubert Dieser Kurs ist für alle ComputerneueinsteigerInnen geeignet. Kursinhalte wie bei EDV 111 Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL- Modul 1 "Grundlagen der Informationstechnologie".	Sa + So 09:00 - 11:45 12:45 - 15:30 03.+04.03.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 03.03.2012 Kursdauer: 1x

Wenn Sie Ihren  Bonus für einen gekennzeichneten Kurs einlösen wollen, informieren Sie sich unter 05 7171 1234 für NÖ oder 0800/311311 für Wien.




EDV-KURSE – KURSORT: JAKOB THOMA STR. 17 RAUM 3

EDV116 	EDV Einführung 1 – WIN7/Office 2010 Kursleitung: Peter Schubert Dieser Kurs ist für alle ComputerneueinsteigerInnen geeignet. Kursinhalte wie bei EDV 111 Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL- Modul 1 "Grundlagen der Informationstechnologie".	Sa + So 09:00 - 11:45 12:45 - 15:30 05.+06.05.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 05.05.2012 Kursdauer: 1x
EDV117 	EDV Einführung 1 – WIN7/Office 2010 Kursleitung: Thomas Mayer Dieser Kurs ist für alle ComputerneueinsteigerInnen geeignet. Kursinhalte wie bei EDV 111 Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL- Modul 1 "Grundlagen der Informationstechnologie".	Sa + So 09:00 - 11:45 12:45 - 15:30 10.+11.03.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 10.03.2012 Kursdauer: 1x
EDV119  50+	EDV Einführung - WIN7/Office2010 50+ Kursleitung: Peter Schubert Dieser Kurs ist für alle ComputerneueinsteigerInnen geeignet. Kursinhalte wie bei EDV 111 Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL- Modul 1 "Grundlagen der Informationstechnologie".	Mo + Do 15:15 - 18:00 13., 16., 20., 23.02.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 4x
EDV121 	EDV Einführung 1 – WIN7/Office 2010 Teil 2 Kursleitung: Peter Schubert Aufbauend auf einem EDV Einführungskurs oder einem EDV-Wochenendkurs lernen Sie weitere Möglichkeiten der Office-Software (Textverarbeitung und Tabellenkalkulation) kennen und beschäftigen sich auch mit der Präsentationssoftware PowerPoint. Außerdem stehen die erweiterten Funktionen von E-Mail und Internet auf dem Programm.	Sa + So 09:00 - 11:45 12:45 - 15:30 14.+15.04.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 14.04.2012 Kursdauer: 1x




EDV-KURSE – KURSORT: JAKOB THOMA STR. 17 RAUM 3

EDV171	PC – Datenverwaltung Kursleitung: Thomas Mayer Wie speichere ich Daten bzw. wie bringe ich Ordnung in meine Datensammlung (Fotos, Dokumente, Musik, Videos, ...)? In diesem Kurs lernen Sie neben der Datenverwaltung unter "Windows 7" auch die Möglichkeiten der Sicherung wichtiger Daten auf einem externen Datenträger (z.B.: USB-Stick, USB-Festplatte, CD/DVD brennen).	Fr 18:15 - 21:00 Kursbeitrag: € 40,- Kursbeginn: 02.03.2012 Kursdauer: 1x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 3
EDV211 	Word 1 Kursleitung: Peter Schubert In diesem Kurs lernen Sie, Texte wie zum Beispiel Geschäftsbriefe zu schreiben, korrigieren, gestalten und zu drucken. Weitere Kursinhalte sind Absatzformatierungen, Verwendung von Tabulatoren, Einfügen von Tabellen, Symbolen, Bildern, Grafiken und Rahmen. Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL-Modul 3 "Textverarbeitung".	Mo + Mi 18:15 - 21:00 27.+29.02., 05.+07.03.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 27.02.2012 Kursdauer: 4x
EDV219 	Word 1 – Einführung Grundlagen 50+ Kursleitung: Peter Schubert In diesem Kurs lernen Sie, Texte wie zum Beispiel Geschäftsbriefe zu schreiben, korrigieren, gestalten und zu drucken. Weitere Kursinhalte sind Absatzformatierungen, Verwendung von Tabulatoren, Einfügen von Tabellen, Symbolen, Bildern, Grafiken und Rahmen. Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL-Modul 3 "Textverarbeitung".	Mo + Do 15:15 - 18:00 27.02., 01.,05.,08.03.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 27.02.2012 Kursdauer: 4x
EDV221 	Word 2 – Fortsetzung Grundlagen Kursleitung: Peter Schubert In diesem Kurs werden Sie mit den erweiterten Möglichkeiten der Textverarbeitung vertraut gemacht. Sie erstellen Seriendrucke, Formulare, nutzen Formatvorlagen, Kopf- und Fußzeilen, Fußnoten, Seitenzahlen sowie Textgliederungen. Bitte umblättern	Mo + Mi 18:15 - 21:00 14., 16., 21., 23.05.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 14.05.2012 Kursdauer: 4x

EDV-KURSE – KURSORT: JAKOB THOMA STR. 17 RAUM 3

EDV221	<p>Sie wechseln per Multitasking zwischen Dokumenten aber auch zwischen Word und Excel. Weiters lernen Sie, die Grundeinstellungen von Word genau auf Ihre Bedürfnisse abzustimmen. Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL-Modul 3 "Textverarbeitung".</p>	
EDV311 	<p>Excel 1 – Einführung Grundlagen Kursleitung: Peter Schubert In diesem Kurs machen Sie die ersten Schritte mit einer Tabellenkalkulation. Sie legen Arbeitsmappen an, geben Text, Zahlenwerte und Formeln ein um Berechnungen durchzuführen. Außerdem lernen Sie Arbeitsmappen zu speichern, die Grundeinstellungen von Excel anzupassen, Zeilen und Spalten zu formatieren sowie Rechnungen und Listen zu verwalten und Daten zu sortieren und zu filtern. Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL-Modul 4 "Tabellenkalkulation".</p>	<p>Mo + Mi 18:15 - 21:00 16., 18., 23., 25.04.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 16.04.2012 Kursdauer: 4x</p>
EDV319 	<p>Excel 1 – Einführung Grundlagen 50+ Kursleitung: Peter Schubert Kursinhalte wie bei EDV 311 Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL- Modul 4 "Tabellenkalkulation".</p>	<p>Mo + Do 15:15 - 18:00 16., 19., 23., 26.04.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 16.04.2012 Kursdauer: 4x</p>
EDV321 	<p>Excel 2 – Fortsetzung Kursleitung: Peter Schubert In diesem Kurs werden Sie mit den erweiterten Möglichkeiten der Tabellenverarbeitung vertraut gemacht. Sie ändern Seitenränder, Papiergröße und Seitenausrichtung, fügen Text in Kopf- oder Fußzeilen ein, bilden Verknüpfungen auf verschiedene Arbeitsmappen, drucken bestimmte Zellbereiche und entwickeln Automatismen und Abhängigkeiten in Tabellen. Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL- Modul 4 "Tabellenkalkulation".</p>	<p>Mo + Mi 18:15 - 21:00 04., 06., 11., 13.06.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 04.06.2012 Kursdauer: 4x</p>

EDV-KURSE – KURSORT: JAKOB THOMA STR. 17 RAUM 3

EDV331	<p>Excel – Einnahmen-/Ausgabenrechnung</p> <p>Kursleitung: Thomas Mayer</p> <p>In diesem Workshop erstellen Sie mit Excel eine umfangreiche Einnahmen/Ausgaben Rechnung. Damit erhalten Sie auf Knopfdruck sofort alle Daten für Ihre Einkommen- und Umsatzsteuererklärung. Weiters erstellen Sie detaillierte Diagramme mit denen Sie die Buchungsdaten übersichtlich darstellen können.</p>	<p>Fr 18:15 - 21:00</p> <p>Kursbeitrag: € 40,-</p> <p>Kursbeginn: 17.02.2012</p> <p>Kursdauer: 1x</p>
 EDV411	<p>Internet 1 – Einführung Grundlagen</p> <p>Kursleitung: Thomas Mayer</p> <p>Erste Schritte mit dem Web-Browser, Erklärung von Begriffen (http, ftp, Url, Hyperlink, Virus, Trojaner, Firewall), Tipps für die Auswahl des Providers, Suchen im World Wide Web, nützliche Links, Favoritenverwaltung, Routenplaner, Telebanking, Kommunikation mit E-Mail, uva.</p> <p>Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL- Modul 7 "Information und Kommunikation".</p>	<p>Di + Do</p> <p>18:15 - 21:00</p> <p>20., 22., 27.,</p> <p>29.03.2012</p> <p>Kursbeitrag: € 140,-</p> <p>Kursbeginn: 20.03.2012</p> <p>Kursdauer: 4x</p>
 EDV419	<p>Internet 1 – Einführung Grundlagen 50+</p> <p>Kursleitung: Thomas Mayer</p> <p>Kursinhalte wie bei EDV 411</p> <p>Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL- Modul 7 "Information und Kommunikation".</p>	<p>Mi + Fr</p> <p>15:15 - 18:00</p> <p>21., 23., 28.,</p> <p>30.03.2012</p> <p>Kursbeitrag: € 140,-</p> <p>Kursbeginn: 21.03.2012</p> <p>Kursdauer: 4x</p>
 EDV421	<p>Internet 2 – Fortsetzung</p> <p>Kursleitung: Thomas Mayer</p> <p>Wie kann ich Gratisprogramme aus dem Internet herunterladen und installieren? Wie funktioniert der neue Browser "Mozilla Firefox"? In diesem Kurs lernen Sie auch noch alles Wissenswerte zu Newsgroups, EGovernment, sowie Tipps & Tricks für Ihr E-Mail Programm.</p> <p>Die Inhalte des Kurses entsprechen dem ECDL- Modul 7 "Information und Kommunikation".</p>	<p>Do + Fr</p> <p>18:15 - 21:00</p> <p>03., 04., 10.,</p> <p>11.05.2012</p> <p>Kursbeitrag: € 140,-</p> <p>Kursbeginn: 03.05.2012</p> <p>Kursdauer: 4x</p>

EDV-KURSE – KURSORT: JAKOB THOMA STR. 17 RAUM 3

EDV439 50+	Handy Workshop Kursleitung: Thomas Mayer Die TeilnehmerInnen werden mit den Grundfunktionen eines Handys vertraut gemacht. Damit sind Sie in der Lage mobile Anrufe zu tätigen bzw. entgegenzunehmen, Telefonnummern im Handy zu speichern, SMS zu lesen und zu versenden. Nehmen Sie bitte Ihr Handy und die Bedienungsanleitung mit!	Fr 15:15 - 18:00 Kursbeitrag: € 40,- Kursbeginn: 11.05.2012 Kursdauer: 1x
EDV441	Joomla! – Homepage erstellen Kursleitung: Thomas Mayer In diesem Kurs erlernen Sie den Umgang mit dem Content Management System "Joomla!". Praxisnah werden dabei die Themen Installation, Konfiguration, Userverwaltung, Front- und Backend, Erstellen und Bearbeiten von Inhalten, Module sowie Templates ausführlich an Hand eines Übungsbeispiels behandelt.	Di + Do 18:15 - 21:00 17., 19., 24., 26.04.2012 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 17.04.2012 Kursdauer: 4x
EDV541	Fotobuch selbst erstellen Kursleitung: Thomas Mayer Wollen Sie Bilder nicht mehr mühsam in ein Fotoalbum einkleben, sondern ein Fotobuch gestalten? In diesem Kurs lernen Sie von der Installation der Software bis zum Bestellen des fertigen Fotobuchs alle notwendigen Schritte. Selbstverständlich können Sie ihre eigenen Bilder (z.B: auf USB-Stick, CD/DVD oder Speicherchip) zu diesem Kurs mitnehmen.	Do + Fr 18:15 - 21:00 15., 16.03.2012 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 15.03.2012 Kursdauer: 2x
EDV549 50+	Fotobuch selbst erstellen 50+ Kursleitung: Thomas Mayer Wollen Sie Bilder nicht mehr mühsam in ein Fotoalbum einkleben, sondern ein Fotobuch gestalten? In diesem Kurs lernen Sie von der Installation der Software bis zum Bestellen des fertigen Fotobuchs alle notwendigen Schritte. Selbstverständlich können Sie ihre eigenen Bilder (z.B: auf USB-Stick, CD/DVD oder Speicherchip) zu diesem Kurs mitnehmen.	Mi + Fr 15:15 - 18:00 25., 27.04.2012 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 25.04.2012 Kursdauer: 2x

EDV-KURSE – KURSORT: JAKOB THOMA STR. 17 RAUM 3

EDV551 	PowerPoint Kursleitung: Thomas Mayer Grundlagen der Präsentation, Folien erstellen, bearbeiten und formatieren, Zeichnungsobjekte, Animationen und Objekte einfügen, Folien aus- und einblenden sowie Präsentationstechniken mit dem Programm "PowerPoint 2010"	Di - Do 18:15 - 21:00 10. - 12.04.2012 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 10.04.2012 Kursdauer: 3x
EDV561	Fotobearbeitung (keine Vorkenntnisse) Kursleitung: Thomas Mayer In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie die Bilder von Ihrer Digicam auf den PC übertragen und wie leicht Korrekturen (zB. rote Augen wegretuschieren, Helligkeit und Farben verbessern, uvm.) an den Bildern vorgenommen werden können. Neben der Verwaltung der Bilder auf Ihrem PC ist ein weiterer Schwerpunkt die Bestellung von Fotoabzügen. Bitte Digicam inkl. Verbindungskabel mitnehmen!	Di + Fr 18:15 - 21:00 06., 09.03.2012 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 06.03.2012 Kursdauer: 2x
EDV569 50+	Fotobearbeitung (keine Vorkenntnisse) 50+ Kursleitung: Thomas Mayer Kursinhalte wie bei EDV561 Bitte Digicam inkl. Verbindungskabel mitnehmen!	Do + Fr 15:15 - 18:00 12., 13.04.2012 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 12.04.2012 Kursdauer: 2x
EDV571	Videobearbeitung (gute Windows Kenntnisse) Kursleitung: Peter Schubert Für diesen Kurs sind grundlegende Kenntnisse in Windows erforderlich. Sie werden mit den Möglichkeiten eines Videobearbeitungsprogramms vertraut gemacht. Sie nehmen Filmsequenzen auf, speichern diese und bearbeiten sie. Szenenschnitt, Szenenübergänge, Titel und Menüs sowie Nachvertonung ergeben einen fertigen Film, der zur Weitergabe auf CD oder DVD gebrannt werden kann.	Mo - Mi 18:15 - 21:00 07. - 09.05.2012 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 07.05.2012 Kursdauer: 3x

KARRIERE UND PERSÖNLICHKEITSBILDUNG

nach Terminen geordnet

<p>WES/SP <i>neu</i></p>	<p>Umgang mit "schwierigen" Personen Kursleitung: Mag. Lothar Tschapka Auf Nörgelei, Manipulation und Provokation gekonnt reagieren! Lügner, Wortverdreher, Querulanten, Choliker... sie können uns das Berufs- oder Privatleben ganz schön schwer machen. Doch es gibt wirksame Kommunikationstechniken, mit denen wir diesen Menschen begegnen und ihre Angriffe lahm legen können. In diesem Seminar lernen wir die wichtigsten dieser Techniken kennen und erfolgreich anwenden! min. 6 TLN</p>	<p>So 11:00 - 18:00 mit Mittagspause Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 19.02.2012 Kursdauer: 1x Kursort: J. Thoma Str.17 Raum 3</p>
<p>SFT <i>neu</i></p>	<p>Um keine Antwort verlegen - Schlagfertigkeitstraining Kursleitung: Mag. Lothar Tschapka Immer die passende Antwort parat haben - Schlagfertigkeit ist trainierbar! In diesem Workshop lernen Sie die wichtigsten Schlagfertigkeitstechniken kennen - und erfolgreich anzuwenden! min. 6 TLN</p>	<p>Fr 17:30 - 20:00 Kursbeitrag: € 40,- Kursbeginn: 02.03.2012 Kursdauer: 1x Kursort: J. Thoma Str.17 Raum 3</p>
<p>SR <i>neu</i></p>	<p>Stressresistenz mit brain gym! Kursleitung: DI Barbara Lintner akad. Mentalcoach und Gesundheitstrainerin "Gymnastik fürs Gehirn" - 4 Abende mit sehr nützlichen Übungen für die Gehirnentspannung und -koordination. Beides ist ausschlaggebend für ein erfolgreiches Bewältigen jeder Art von Anforderungen. Mitzubringen: bequeme Kleidung Weitere Informationen: www.mental-bewegen.at</p>	<p>Di 18:00 - 19:25 06., 13., 20., 27.03.2012 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 06.03.2012 Kursdauer: 4x</p>
<p>Anmeldung online: von 01. 01. 2012 – 12.01.2012 Anmeldungen persönlich vor Ort: Montag, 16.01. – Freitag, 20.01.2012 von 17:00 – 19:00 Uhr im Sekretariat der VHS Restplätze werden nach der Einschreibwoche wieder online gestellt!</p>		

<p>F/OMA</p>	<p>OMA /OPA bitte kommen!</p> <p>Kurskoordination: HR Prof. Ing. Mag. Gerhard Pahr Pädagogik-Seminar für Großeltern Auch wenn Sie schon erfolgreich Kinder erzogen haben - es hat sich viel geändert im Laufe der Jahre. Wenn Sie jetzt öfters Ihre Enkel betreuen, können Sie in diesem Seminar Ihr Wissen auffrischen und Ihre Erfahrungen austauschen. (Kinder von 0 - 10 Jahren)</p> <p>Teil 1a: Mag. Gerhard Pahr (2 Kinder, 3 Enkelkinder; Pädagoge): kurze Einführung in die Erziehungswissenschaft (Ziele und Stile), Entwicklung des Kindes, Beziehung, Kommunikation und Partnerschaftlichkeit, Umgang mit Konflikten, Medien</p> <p>Teil 1b: Dr. Sylvia Schröckenfuchs (1 Kind; prakt. Ärztin): Gesundheit im ganzheitlichem Sinn, Ernährung, Hygiene und Krankheiten bei Kindern</p> <p>Teil 2a: Martina Lobinger (Kindergärtnerin): Kinderkrippe, Krabbelstube, Kindergartenjahre, Kinderbetreuungsmöglichkeiten, Kreativität und Spiel, Vorschule, Ernährung und Hygiene;</p> <p>Teil 2b: Dipl.-Päd. Michaela Holletschek (3 Kinder, Volksschullehrerin): Lehrplan der Klassen 1-4, Unterrichtsgegenstände (Inhalte), Hausübungen, Kreativität und Spiel</p> <p>Teil 3a: Dr. Sylvia Schröckenfuchs - Fragen und Diskussion mit den TeilnehmerInnen</p> <p>Teil 3b: Martina Lobinger - Fragen und Diskussion mit den TeilnehmerInnen</p> <p>Teil 4a: Dipl.-Päd. Michaela Holletschek - Fragen und Diskussion mit den TeilnehmerInnen</p> <p>Teil 4b: Mag. Gerhard Pahr - Fragen und Diskussion mit den TeilnehmerInnen</p> <p>Die Lehrinhalte wurden mit dem Ministerium für Wirtschaft, Familie und Jugend abgestimmt. Die Kursbesuchsbestätigung gilt als notwendiger Nachweis um Kinderbetreuungskosten der Enkelkinder von der Steuer absetzen zu können. min. 6 TLN</p>	<p>Mi 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 60,- Kursbeginn: 07.03.2012 Kursdauer: 4x</p>
---------------------	--	--

<p>AH</p> <p><i>neu</i></p>	<p>Ahnenforschung – Wie erforsche ich meine Vorfahren</p> <p>Kursleitung: Ing. Felix Gundacker</p> <p>Sie erfahren in diesem ganztägigen Einführungs-Seminar, wie man mit der Ahnenforschung beginnt, in welchen kirchlichen und staatlichen Archiven notwendige Unterlagen zu finden sind, mit welchen Problemen der Forscher konfrontiert wird und wie man sie einfach lösen kann (Kurrent, Latein, Geographie, Pfarr- und Grundherrschaftsgrenzen, Orthographie, Familien- und Vornamensgebung, Verlässlichkeit von Einträgen etc.), und welche Möglichkeiten das Internet bietet. Typische Kirchenbucheinträge werden erklärt, und schließlich anhand eines praktischen Beispiels Vorfahren mit Internetlösungen ermittelt.</p> <p>min. 8 TLN - max. 12 TLN</p>	<p>Sa 09:00 - 12:00 13:00 - 17:00</p> <p>Kursbeitrag: € 75,-</p> <p>Kursbeginn: 24.03.2012</p> <p>Kursdauer: 1x</p> <p>Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 3</p>
<p>GL</p> <p><i>neu</i></p>	<p>Glückstraining</p> <p>Kursleitung: Julia Weissenberger</p> <p>Jeder Mensch ist auf der Suche nach Glück! Aber Glück findet man nicht im Außen, sondern in sich selbst. Begeben Sie sich auf eine Reise in ihr Inneres und entdecken Sie Ihre inneren Schätze. Nehmen Sie sich eine Auszeit von dem Alltag und lernen Sie mit sich besser zu kommunizieren. Durch Entspannungsübungen reduzieren Sie Stress und erhöhen Ihre Energie.</p> <p>Inhalte und Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> - durch Entspannungsübungen mehr Wohlbefinden gewinnen und zur Ruhe kommen - durch Meditationen Zugang zur Intuition finden - Erlernen von Entspannungstechniken - Erkenntnisse gewinnen - innere Harmonie erreichen - positiver, glücklicher Start in den Tag <p>Mitzubringen: Schreibutensilien</p> <p>min. 8 TLN</p>	<p>Sa 13:00 - 17:00</p> <p>Kursbeitrag: € 35,-</p> <p>Kursbeginn: 14.04.2012</p> <p>Kursdauer: 1x</p> <p>Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2</p>

SAB	<p>Den inneren Saboteuren ein Schnippchen schlagen</p> <p>Kursleitung: DI Barbara Lintner akad. Mentalcoach und Gesundheitstrainerin ... mit Mentalcoaching zu mehr Erfolg Sorgen und Grübeln hemmen Sie in Ihrer Arbeit, belasten Ihre Freizeit? Es melden sich Ihre "inneren Saboteure" unkontrolliert und blockieren Sie? Lernen Sie Ihre "inneren Saboteure" kennen und mit ihnen umzugehen. Einfache und kurze mentale Übungen helfen gedanklich frei und locker zu werden und auch in Phasen hoher Arbeitsbelastung "im Fluß" zu bleiben. Weitere Informationen: www.mental-bewegen.at</p>	<p>Di 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 35,- Kursbeginn: 17.04.2012 Kursdauer: 1x</p>
------------	---	---

ZK <i>neu</i>	<p>Wenn die Zeit oft zu knapp ist</p> <p>Kursleitung: DI Barbara Lintner Akad. Mentalcoach und Gesundheitstrainerin Zeit und ihre Verfügbarkeit geht immer mit Lebensqualität einher. Das Gefühl, zu wenig Zeit zu haben bringt Stress und Frustration. Erfahren Sie wie Sie mit dem Phänomen "Zeit" bei Mehrfachengagement umgehen können und was hilft, die zur Verfügung stehende Zeit zu nutzen. So steuern Sie wieder Ihre Aufgaben und nicht umgekehrt - und steigern Ihre Lebensqualität. Mitzubringen: Schreibsachen Mehr Informationen: www.mental-bewegen.at</p>	<p>Di 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 35,- Kursbeginn: 24.04.2012 Kursdauer: 1x</p>
-----------------------------	--	---

<p>BBR - Bildungsberatung mit HR Prof. Ing. Mag. Gerhard Pahr</p> <p>Sie sind an einem Punkt angelangt an dem Sie sich eine berufliche Veränderung wünschen?</p> <p>Bei diesem kostenlosen und persönlichen Beratungsgespräch erfahren Sie wie Sie Ihre Erstausbildung als Basis für weitere Bildung nutzen können. Es wird ein Karriereplan entwickelt, der Ihre Qualifikationen berücksichtigt und Ihnen neue Chancen aufzeigt.</p> <p>Bitte anmelden unter: 0664 432 69 14 oder office@vhs-moedling.at</p> <p>Ein kostenloses Service der Volkshochschule Mödling!</p>	
---	--

KÖRPER & GESUNDHEIT

nach Terminen geordnet

QI 1	Qigong – Grundkurs Kursleitung: Walter Marek Qigong lehrt den bewussten Umgang mit der eigenen Lebensenergie - Qi. Wesentlich für den Aufbau, die Pflege sowie Regulation unserer Lebenskraft sind unsere Haltung, der Atem, die Intention sowie ein zentrierter und ruhiger Geist. Ausgehend von den traditionellen Grundlagen des Qigong werden wir unterschiedliche Übungen des stillen und bewegten Qigong gemeinsam entdecken und erarbeiten. Dadurch optimieren wir unser Energiepotential, pflegen unsere Gesundheit und können rasch regenerieren. Der Kurs orientiert sich an den alten Quellen des Qigong und ist deshalb primär für Menschen geeignet, die den Wunsch und die Bereitschaft für eine Form der ganzheitlichen Selbsterfahrung mitbringen. Kursziel: Die TeilnehmerInnen sollen die Grundlagen des Qigong kennen bzw. vertiefen lernen und unterschiedliche Qigong Übungen selbstständig praktizieren können. min. 8 TLN - max. 14 TLN	Mo 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 10x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
QI 2 <i>neu</i>	Qigong des fliegenden Kranichs Kursleitung: Walter Marek Der Kranich ist in China Symbol für Langlebigkeit, Glück und Harmonie. Das Qigong des fliegenden Kranichs besteht aus sechs Übungssequenzen, harmonisiert den Qi-Fluss in uns und ermöglicht so eine glückliche Lebensführung und eine stabile Gesundheit. Jede der sechs Übungssequenzen hat eine besondere Wirkung wie z.B. Reinigung und Harmonisierung der inneren Organe, das Aufnehmen und Abgeben von Qi, die Verbindung von Yin und Yang, die Stimulanz wichtiger Meridiane (Energieleitbahnen), Akupunkturpunkte und Energiezentren des Körpers, die Mobilisierung der Wirbelsäule und der	Mo 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 12x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1

	<p>Gelenke, sowie den freien Fluss von Qi. In diesem Kurs werden wir die Grundlagen des traditionellen Qigong und darauf aufbauend die speziellen Wirkungen des Kranich-Qigong gemeinsam entdecken.</p> <p>für Anfänger und Fortgeschrittene min. 8 TLN - max. 14 TLN www.yiquan.at oder walter-marek@kabsi.at</p>	
<p>MER <i>neu</i></p>	<p>Meridianfluss aktivieren - Blockaden lösen Kursleitung: Renate Ortner Dipl. Mentaltrainerin, akad. und psychosom. Kinesiologin, Mittels gezielten Bewegungsabläufen werden die Meridianbahnen nach TCM stimuliert, Akupressurpunkte aktiviert und ein Entspannungsteil lässt uns unseren Körper wahrnehmen. Jedes Organ, jede Zelle kann wieder optimal versorgt werden. Eine Wohltat nach einem anstrengenden Tag. Für alle Altersgruppen geeignet! Kleingruppe: min. 6 TLN - max. 8 TLN</p>	<p>Di 18:10 - 19:00 Kursbeitrag: € 75,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 10x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1</p>
<p>AT AK plus</p>	<p>Autogenes Training Kursleitung: Mag. Barbara Langheiter Klinische u. Gesundheitspsychologin, Das Autogene Training nach Dr. Schultz ist eine klassische Entspannungsmethode, die sich aus der Hypnose entwickelt hat. Die Technik basiert auf Autosuggestion und Selbstprogrammierung. Sie erlernen im Kurs die sechs Grundübungen des AT, die Sie rasch und effizient zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit führen. Bei regelmäßigem Üben hilft das Autogene Training sich zuverlässig zu erholen und zu entspannen, weniger unter Aufregung und Ärger zu leiden, Schlafstörungen zu mildern, sich leistungsfähiger zu fühlen und das Herz-Kreislaufsystem positiv zu beeinflussen. Es wird im Sitzen und/oder Liegen geübt. Mitzubringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, Polster, Matte min. 6 TLN - max. 12 TLN</p>	<p>Mi 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 6x</p>

PM	<p>Progressive Muskelentspannung Kursleitung: Mag. Barbara Langheiter Klinische u. Gesundheitspsychologin, Arbeitspsychologin Stress und Angst gehen oft mit körperlicher An- und Verspannung einher. Bei dieser Entspannungsmethode nach Dr. Jacobson werden 16 verschiedene Muskelgruppen an und wieder entspannt und die Wahrnehmung bewusst auf diesen gefühlten Unterschied gelenkt. In sechs geleiteten Übungseinheiten erwerben Sie die Grundkenntnisse dieser Technik und können Sie dann leicht selbständig in Ihren Alltag integrieren. Die progressive Muskelentspannung hilft bei Stress, Spannungskopfschmerz, psychischer Anspannung und innerer Unruhe. Es wird im Liegen und Sitzen trainiert. Mitzubringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Polster, Matte min. 6 TLN</p>	<p>Mi 19:35 - 20:35 Kursbeitrag: € 70,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 6x</p>
YO	<p>Yoga - "WENIGER IST MANCHMAL MEHR" Kursleitung: Mag. Harald Erik Tichy Psychotherapeut und Yogalehrer Im Übungsabend für Fortgeschrittene mit Vorkenntnissen erfolgt darüber hinaus eine Vertiefung in Achtsamkeits-Meditation. Mitzubringen: Yogamatte oder Decke min. 11 TLN</p>	<p>Mi 19:10 - 21:25 Kursbeitrag: € 200,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 12x Kursort: Mödling, Hasslingerstr. 3</p>
QI/K	<p>Weißer Kranich (baihe) Qigong Kursleitung: Dipl.-Ing. Ernst Krudl Geprüfter, zertifizierter Taiji- u Qigongausbildner Der Stil des rufenden Kranichs (minghe) aus dem weißen Kranichstil betont vor allem die Atmung in Verbindung mit der inneren elastischen Struktur. Dazu werden verschiedene sanfte Laute benutzt, die in der Bewegung mit der Atmung koordiniert werden. min. 6 TLN – max. 8 TLN</p>	<p>Mi 18:20 - 19:20 Kursbeitrag: € 120,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 10x Kursort: Turnsaal VS Lerchengasse</p>
<p>Nähere Infos unter zu Ernst Krudl: www.8ung.at/ekrudl 0676 403 9294 oder e.krudl@tmo.at</p>		

TAI/WU	<p>Wudang Taiji (Taichi, Schattenboxen) für Anfänger und Fortgeschrittene Kursleitung: Dipl.-Ing. Ernst Krudl Geprüfter, zertifizierter Taiji- u. Qigongausbildner für Anfänger und Fortgeschrittene Diese Taijiform stammt aus den Wudangbergen, dem mythologischen Ursprungsort des Taiji in Südchina. Taiji ist eine Jahrhunderte alte, innere chinesische Kampfkunst und wird in unserer Zeit vor allem zur Förderung der Gesundheit geübt. Langsame, harmonische Bewegungen verbinden Körper, Atmung und Geist. min. 6 TLN – max. 8 TLN</p>	<p>Mi 19:30 - 21:00 Kursbeitrag: € 75,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 10x Kursort: Turnsaal VS Lerchengasse</p>
ATEM <i>neu</i>	<p>Atem und Bewegung als Kraftquelle erfahren und nutzen Kursleitung: Karin Leder Atempädagogin Ausgebildet am NFI-Norbert Faller Institut für atemlehre.at Jeder Atemzug ist ein tief lebendiges Geschehen und trotzdem bleibt der Atem meist unbewusst. In dieser Atemarbeit werden lösende und aktivie- rende Bewegungsübungen achtsam und innerlich gesammelt ausgeführt. Der Atem wird dabei un- beeinflusst erfahren. Dadurch lässt sich der freie Atemfluss, die Quelle der Lebenskraft, anregen. Die Selbstheilungskräfte werden mobilisiert. Ver- spannungen lösen sich, innere Ruhe und Wach- heit, mehr Gesundheit und Lebensfreude stellen sich ein. Atem und Bewegung wahrgenommen, steigert die Empfindungsfähigkeit, lässt zu sich selbst kommen, stärkt die Persönlichkeit. Alltägli- che Situationen können stressfreier bewältigt werden, die Haltung verändert sich. Die Übungen sind einfach und für Frauen und Männer jeden Alters geeignet. Mitzubringen: warme Socken, bequeme Kleidung min. 6 TLN</p>	<p>Do 16:30 - 17:45 Kursbeitrag: € 60,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 8x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1</p>
<p align="center">Anmeldung online: von 01. 01. 2012 – 12.01.2012 Anmeldungen persönlich vor Ort: Montag, 16.01. – Freitag, 20.01.2012 von 17:00 – 19:00 Uhr im Sekretariat der VHS Restplätze werden nach der Einschreibwoche wieder online gestellt!</p>		

FKM	<p>Feldenkrais – Methode® – Bewusstheit durch Bewegung® Kursleitung: Mag. Jutta Wakley-Neuning geprüfte Feldenkrais-Trainerin Möchten Sie ihrem Rücken und ihren Knien etwas Gutes tun, ihre Schultern entspannen? Sind Sie auf der Suche nach mehr Leichtigkeit in ihren alltäglichen Bewegungen? Probieren und erforschen Sie einfache Bewegungen einmal auf eine andere Art. So können Sie Bewegungsmuster erkennen, die Sie im Alltag, bei der Arbeit und in der Freizeit oft einschränken und zu Verspannungen führen. Schulen Sie ihre Wahrnehmung für sich selbst und lernen Sie sich besser zu organisieren, sich bewusster und dadurch entspannter zu bewegen. Durch besseres körperliches Empfinden werden Sie sich selbst bewusster in jeder Lebenssituation. Die Feldenkraisarbeit ist für jedes Alter geeignet. Vorkenntnisse sowie eine besondere körperliche Konstitution sind nicht erforderlich. Mitzubringen: warme Kleidung, eine Decke min. 6 TLN - max. 8 TLN</p>	<p>Do 09:00 - 10:25 Kursbeitrag: € 120,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 12x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1</p>
SCH <i>neu</i>	<p>Schüsslersalze in der Praxis Kursleitung: Eva Maria Höfler Dieser Abend mit praktischem Austesten und Einblick in die Antlitzanalyse ist sowohl für Neueinsteiger als auch für TeilnehmerInnen der letzten Seminare geeignet! Alternative Anwendungsmöglichkeiten ohne Lactose für alle, die keinen Milchzucker vertragen oder mögen. Ihre potenzierte Aufbereitung als Besonderheit machen die Schüsslersalze zu echten Zellfunktionsmitteln. Sie wirken schnell und direkt in den Körperzellen sowie seelisch und körperlich ausgleichend. Die ungeschminkte Haut spiegelt als Ergebnis Reinheit, Gesundheit und Vitalität, da der Körper die essentiellen Mineralstoffe für Gesundheit und Schönheit bekommt. min. 6 TLN</p>	<p>Mo 18:30 - 20:30 Kursbeitrag: € 15,- Kursbeginn: 20.02.2012 Kursdauer: 1x Kursort: VHS Mödling J. Thoma Str. 20 Filmsaal 1.Stock</p>

GLH	<p>Gelassenheit trainieren – symptomfrei werden Kursleitung: Renate Ortner Dipl. Mentaltrainerin, akad. und psychosom. Kinesiologin, med. Massseurin Stress ist nachweislich die Ursache vieler Körpersymptome. Wirken Sie diesem Kreislauf mit speziellen Techniken entgegen und nehmen Sie Ausgeglichenheit und innere Ruhe bewusst wahr. Bewusstmachen öffnet die Tür zur Veränderung, welche bereits im Kurs spürbar wird und im Alltag einsetzbar ist.</p>	<p>Di 19:10 - 20:00 Kursbeitrag: € 40,- Kursbeginn: 28.02.2012 Kursdauer: 4x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1</p>
WES/OM	<p>Ölmassage Kursleitung: Elisabeth Michalitsch Die Ölmassage ist die Königin der Massagen. Mit einfühlsamer Achtsamkeit und respektvoll durchgeführt wird die empfangende Person in tiefe Entspannung geleitet - dorthin, wo man/frau sich vertrauensvoll fallen lassen kann, wo der Stress abfällt, wo Selbstheilung möglich wird. Tiefsitzende Verspannungen lösen sich. Zielgruppe: Jung und Alt, Dick und Dünn, einfach alle, die Lust auf ein außergewöhnliches Massageerlebnis haben Techniken: aus der klassischen Thai-Massage (Wat Po) und der hawaiianischen Lomi Lomi Massage - Die Massage erfolgt teilbekleidet! Mitzubringen: Decke, Polster, altes Leintuch, Handtuch, Öl (ca 200ml reines Pflanzenöl, z.B. Rapsöl oder Massageöl), Schreibmaterial min. 4 TLN - max. 6 TLN</p> <p>Das Erlernete ist für die Anwendung im privaten Bereich gedacht!</p>	<p>Sa + So 10:00 - 17:00 Kursbeitrag: € 150,- Kursbeginn: 03.03.2012 Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1</p>
<p align="center">Anmeldung online: von 01. 01. 2012 – 12.01.2012 Anmeldungen persönlich vor Ort: Montag, 16.01. – Freitag, 20.01.2012 von 17:00 – 19:00 Uhr im Sekretariat der VHS Restplätze werden nach der Einschreibwoche wieder online gestellt!</p>		

<p>KLANG <i>neu</i></p>	<p>Klangenergetik-Massage mit Klangmeditation Kursleitung: Eva Maria Höfler Suchen Sie eine Methode um Stress, Überforderung, Konzentrations-, Lern- und Wahrnehmungsprobleme, Angst, Disharmonie und Symptome/ Krankheiten (begleitend zu anderen Therapien) aufzulösen? An diesem Abend lernen Sie in den Alphazustand der Entspannung zu gelangen, loszulassen und in Folge mehr Ruhe und Gelassenheit im Alltag zu finden sowie Ihre Gesundheit zu stärken. Eine Klangreise führt uns in tiefe Entspannung und Regeneration und begleitet von wohltuenden atmosphärischen Klängen und Schwingungen der Klangschalen kommen wir ganz in unsere Mitte. min. 6 TLN</p>	<p>Mo 18:30 - 20:30 Kursbeitrag: € 15,- Kursbeginn: 12.03.2012 Kursdauer: 1x Kursort: VHS Mödling J.Thoma Str. 20 Filmsaal 1.Stock</p>
<p>EN/AL <i>neu</i></p>	<p>Mit Energie frei von Allergie Kursleitung: Eva Maria Höfler - Sie leiden unter einer oder mehreren Allergien? - Ihr Körper zeigt Allergiesignale wie gerötete/tränende Augen, Fließschnupfen, Jucken, Hautreaktionen, Husten, Lebensmittelunverträglichkeiten, u. ä.? - Sie haben schon verschiedene Methoden ausprobiert, aber ohne langfristigen Erfolg? - Sie wünschen sich Allergiefreiheit? - Sie möchten Ihrem Körper und Ihrer Seele Gutes tun und deren Signale verstehen? - Möchten Sie Ihren Körper und Ihre Seele sanft und natürlich in Harmonie bringen? An diesem Abend lernen Sie energetische Hilfsmittel kennen, die Ihnen helfen, sich von Allergiemustern zu befreien wie z.B. Intoleranz auf bestimmte Stoffe, dazugehörige seelische und energetische Blockaden zu lösen und die Selbstheilungskräfte in Schwung zu bringen. Blütenessenzen-Einstiegmischung bei der Kursleiterin erhältlich. (€12,-) min. 6 TLN</p>	<p>Mo 18:30 - 20:30 Kursbeitrag: € 15,- Kursbeginn: 26.03.2012 Kursdauer: 1x Kursort: VHS Mödling J. Thoma Str. 20 Filmsaal 1.Stock</p>

<p>EN/W <i>neu</i></p>	<p>Energie der Worte Kursleitung: Eva Maria Höfler "Achte auf Deine Gedanken - sie werden zu Worten. Achte auf Deine Worte - sie werden zu Taten. Achte auf Deine Taten - sie werden zu Deinem Charakter. Achte auf Deinen Charakter - er wird zu Deinem Schicksal." (Zen-Weisheit) Positive und negative Wortwahl wirkt mächtig und förmlich wie ein Magnet ziehen wir die entsprechenden Wirkungen an. Mit Blütenessenzen und Schüsslersalzen finden wir positive Gedanken, Worte und Energie. Jede/r TeilnehmerIn findet ihre/seine ganz persönliche Affirmation als mentale Unterstützung für den Alltag und erreicht privat wie beruflich klare u. gute Kommunikation. min. 6 TLN</p>	<p>Mi 18:30 - 20:30 Kursbeitrag: € 15,- Kursbeginn: 11.04.2012 Kursdauer: 1x Kursort: VHS Mödling J. Thoma Str. 20 Filmsaal 1.Stock</p>
<p>WES/ SO <i>neu</i></p>	<p>Beschwingt und leicht in den Sommer Kursleitung: Mag. Maria Chavy Michalitsch Ethnomedizinerin Entgiften und Entschlacken mit Frühlingskuren nach der chinesischen Medizin, westliche Kräuter zur Unterstützung des Entgiftungsprozesses, senken des Cholesterinspiegels und der Blutwerte, Bedeutung von Leber und Gallenblase in der chin. Medizin (Emotionen, Kreativität, Entscheidungsfreude, Durchsetzungsfähigkeit...), kurze Nahrungsmittelkunde, Einführung in die Zungen diagnose, individuelle Beratung am Sonntag weiter Information: www.tcm-beratung-wien.at min. 6 TLN</p>	<p>Sa + So 10:00 - 15:00 mit Pause Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 21.04.2012 Kursdauer: 1x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 3</p>
<p>WES/ MT</p>	<p>Mentales Training Kursleitung: Julia Weissenberger Wohlfühl- und Entspannungstraining Schöpfen Sie neue Kraft! Kommen Sie zur Ruhe, kommen Sie in Einklang mit sich! In diesem Seminar lernen Sie in angenehmer Atmosphäre zu entspannen. So reduzieren Sie Stress und erhöhen Ihre Energie: durch Entspannungsübungen,</p>	<p>Sa + So 13:00 - 17:00 Kursbeitrag: € 70,- Kursbeginn: 21.04.2012 Kursdauer: 1x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1</p>

	<p>bei geführten Meditationen, bei Spielen und durch leichte Bewegung. Bringen Sie mehr Freude in Ihr Leben!</p> <p>Für alle, die gefordert sind und nur schwer abschalten können - keine Vorkenntnisse notwendig!</p> <p>Mitzubringen: Decke, warme Socken, Schreibutensilien</p>	
<p>EN/A</p> <p><i>neu</i></p>	<p>Energievoll im Alltag</p> <p>Kursleitung: Eva Maria Höfler</p> <p>Sie fühlen sich oft ausgelaugt und erschöpft?</p> <p>Sie möchten Ihre kraftraubenden Schwachstellen erkennen und sich stärken?</p> <p>Sie wünschen sich eine "dickere Haut" und klare Abgrenzung?</p> <p>Sie möchten Ihre persönliche Energie bewusst wahrnehmen und lenken?</p> <p>Sie möchten mehr über Ihr Energiefeld und dessen Bedeutung erfahren?</p> <p>Wie können Blockaden in den Energiezentren ausgetestet werden?</p> <p>Welche Seelenthemen zeigen Blockaden in den verschiedenen Energiezentren?</p> <p>Wir wirken Farben auf unseren Energiekörper? mit praktischer Reinigungs- und Stärkungsübung und Meditation</p> <p>min. 6 TLN</p>	<p>Di 18:30 - 20:30</p> <p>Kursbeitrag: € 15,-</p> <p>Kursbeginn: 24.04.2012</p> <p>Kursdauer: 1x</p> <p>Kursort: VHS Mödling J.Thoma Str. 20 Filmsaal 1.Stock</p>
MED	<p>Meditationsabend</p> <p>Kursleitung: Julia Weissenberger</p> <p>Fühlen Sie sich im Alltag oft gestresst? Wird Ihnen manchmal alles zu viel? Dann sind Sie bei mir genau richtig! Ich zeige Ihnen, wie Sie sich wieder besser entspannen können, sodass Ihnen ihr Leben wieder mehr Freude bereitet.</p> <p>geführte Meditation zu Musik, Entspannungsübungen, Intuitions- und Bewusstseinstaining - keine Vorkenntnisse erforderlich</p> <p>Mitzubringen: warme Socken, Schreibutensilien</p> <p>min. 6 TLN</p>	<p>Fr 17:00 - 20:00</p> <p>Kursbeitrag: € 25,-</p> <p>Kursbeginn: 04.05.2012</p> <p>Kursdauer: 1x</p> <p>Kursort: J.Thoma Str. 17 Raum 1</p>

<p>EN/AU <i>neu</i></p>	<p>Energie der Augen Kursleitung: Eva Maria Höfler An diesem Abend beschäftigen wir uns mit energetischen, praktischen Methoden und Hilfsmitteln um die Signale unserer Augen (Brennen, Müdigkeit, Schwellungen, Fehlsichtigkeit,...) zu erkennen und entsprechend zu reagieren. Wir tun unseren Augen etwas Gutes, entspannen, tanken Kraft, bringen unser Stirnchakra (3.Auge) in Balance und leisten Selbsthilfe bei Stress, Überforderung, Müdigkeit, Koordinations- und Konzentrationsschwierigkeiten, seelischen Problemen, u.v.m.. So können wir die Energie unserer Augen stärken und wieder bewusster sehen. mit Mediation und Entspannungsanwendung min. 6 TLN</p>	<p>Mo 18:30 - 20:30 Kursbeitrag: € 15,- Kursbeginn: 07.05.2012 Kursdauer: 1x Kursort: VHS Mödling J.Thoma Str. 20 Filmsaal 1.Stock</p>
<p>ENS <i>neu</i></p>	<p>Energie im Alter - energetische natürliche Hausmittel für Senioren Kursleitung: Eva Maria Höfler Sie wünschen sich mehr Energie, Wohlbefinden, Gesundheit und Lebensqualität im Alter mit natürlichen Hilfsmitteln? Sie kennen Wetterföhligkeit, Müdigkeit, Traurigkeit, Einsamkeit oder schwere Beine? Sie möchten seelische und körperliche Wehwehchen (begleitend zu anderen Therapien) positiv ansprechen? An diesem Abend lernen sie die wichtigsten energetischen Hilfsmittel aus Pflanzen und Mineralien kennen, die helfen mehr Lebensfreude, Konzentration, Geduld und bessere Schlafqualität zu erlangen. Mit einfacher Energieübung für besseren Fluss der Lebensenergie - besonders geeignet für ältere Menschen und deren HelferInnen! min. 6 TLN</p>	<p>Mo 18:30 - 20:30 Kursbeitrag: € 15,- Kursbeginn: 21.05.2012 Kursdauer: 1x Kursort: VHS Mödling J.Thoma Str. 20 Filmsaal 1.Stock</p>

Anmeldung online: von 01. 01. 2012 – 12.01.2012
Anmeldungen persönlich vor Ort:
Montag, 16.01. – Freitag, 20.01.2012
von 17:00 – 19:00 Uhr im Sekretariat der VHS
Restplätze werden nach der Einschreibwoche wieder online gestellt!

KREATIVITÄT & FREIZEIT

nach Terminen geordnet

Kursort für folgende Kurse: J. Thoma Str. 17 Raum 2

ZM/ OEL1	Ölmalerei Kursleitung: Sophia Brandtner nur für Teilnehmer des vergangenen Semesters Kleingruppe: min. 4 TLN - max. 6 TLN	Mo 09:00 - 11:30 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 10x
ZM/ OEL2	Ölmalerei + Acryl Kursleitung: Sophia Brandtner Der Kurs vermittelt die technischen Grundlagen der Ölmalerei. Mitzubringen: vorhandene Ölmalmaterialien min. 4 TLN - max. 8 TLN	Mo 13:00 - 15:30 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 10x
ZM/ OEL3	Ölmalerei Kursleitung: Sophia Brandtner Der Kurs vermittelt die technischen Grundlagen der Ölmalerei. Kleingruppe: min. 4 TLN - max. 6 TLN	Mo 16:00 - 18:30 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 10x
ZM/ OEL4	Ölmalerei Kursleitung: Sophia Brandtner nur für TeilnehmerInnen des vergangenen Semesters Der Kurs vermittelt die technischen Grundlagen der Ölmalerei. Kleingruppe: min. 4 TLN - max. 6 TLN	Fr 09:00 - 11:30 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 17.02.2012 Kursdauer: 10x
ZM/EX	Künstlerisches Experimentieren Kursleitung: Andrea Schneider-Fröschl Ziel dieses Kurses ist es, Basistechniken kennenzulernen und einzuüben, die helfen, eigene Ideen lustvoll, freudig für eigene künstlerische Kreationen zu nützen. Wir verwenden Acrylfarben und widmen uns jede Stunde einem Thema (Farbenlehre, Pinselübungen, Schablonen, Collagen, uvm.). Lassen Sie sich von der Magie der Farben und Formen begeistern und finden Sie ihren eigenen Ausdruck	Mo 18:30 - 20:45 Kursbeitrag: € 55,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 5x min. 5 TLN

	- als AnfängerIn oder Fortgeschrittene(r)! Mitzubringen: Acrylfarben in Grundfarben, Pinsel, Papier min. 5 TLN	Kursort: VHS Mödling J. Thoma Str.20
KR/NK	Nähkurs Kursleitung: Veronika Satra Schneiderin Nähen ist keine Hexerei! Egal ob Sie wissen wollen, wie man an einem Kleidungsstück etwas ändern/reparieren kann oder ob Sie etwas Neues nähen wollen - hier sind Sie genau richtig! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! Material für die erste Stunde (ersten Versuch) wird zur Verfügung gestellt. min. 6 TLN	Di 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 12x Kursort: VHS Mödling J. Thoma Str. 20
ZM/PZ <i>neu</i>	Portraitzeichnen Kursleitung: Mag. Theres Derflinger Kunst- und Musikpädagogin Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Wir schärfen unsere Wahrnehmung, üben, die Proportionen und Schatten richtig zu setzen und den typischen Ausdruck eines Menschen zu erkennen und herauszuarbeiten. Mitbringen: A2-Papier , Bleistift B5 oder B6, Knetgummi, Zeichenkohle, Fixativ Modellgebühr exklusiv! min. 5 TLN	Di 09:30 - 11:45 Kursbeitrag: € 55,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 5x Kursort: Mödling Pfarrgasse 10
ZM/AKT	Aktzeichnen Kursleitung: Erich Glier Akt und Bewegungsstudien Bewegungsstudien und Kompositionen in verschiedenen Techniken. In kurzen Sitzungen wird locker gezeichnet und das Wesentliche skizziert. In längeren Einheiten steht die Beobachtung der Proportionen, der Gewichtsverteilung und der Anatomie im Vordergrund. Individuelle Betreuung der TeilnehmerInnen Modellgebühr im Preis inklusive! min. 6 TLN - max. 12 TLN	Mi 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 115,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 10x

KR/ IKE/A	Ikebana Kursleitung: Jana Böhm Dipl. Ikebana Lehrerin für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse Die Kunst des japanischen Blumensteckens gleicht fast einer Meditation. Entspannung durch das Arbeiten und Gestalten mit der Natur nach genau festgelegten Symbolen. Material für die Erstarbeit wird zur Verfügung gestellt! Informationen unter: www.ikebana.or.at min. 5 TLN	Mi 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 70,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 8x
KR/IKE/ ABO	Ikebana Abo für Fortgeschrittene Kursleitung: Jana Böhm Dipl. Ikebana Lehrerin Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen, die keine Zeit haben den Kurs regelmäßig zu besu- chen, gibt es die Möglichkeit einen 10er Block zu kaufen. Dieser Block ist im Kalenderjahr 2012 gültig. Sie können sich die Kurstage, im Rahmen der angebotenen Termine, selbst wählen.	Mi 18:00 - 19:25 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 10x
ZM/KD <i>neu</i>	Malen, zeichnen und gestalten für Kinder (6 - 10 Jahre) Kursleitung: Mag. Theres Derflinger Kunst- und Musikpädagogin In diesem Kurs hast du Gelegenheit, mit Acryl - oder Temperafarben und anderen Materialien zu experimentieren, dein Können zu vertiefen, dir Tipps und Tricks holen,... mitzubringen: Skizzenblock, Bleistifte, ein paar Pinsel in versch. Größen, Malgewand. Kosten für Farben, Kleister, Papier und Leinwän- de werden mit der Kursleiterin verrechnet. min. 4 TLN	Fr 15:00 - 16:30 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 24.02.2012 Kursdauer: 10x Kursort: Mödling Pfarrgasse 10
KR/MO	Keramisches Mosaik für Anfänger Kursleitung: LOu Moser 2 Künstler Gus Scott und LOu Moser (deutsch und englisch sprechend) vermitteln Ihnen einfa- che, effektive Mosaiktechniken und deren vielsei- tige Anwendungen: Wir arbeiten an der Umsetzung von selbst ge- wählten malerischen Motiven, sowie 3 dimensio-	Mi 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 07.03.2012 Kursdauer: 6x Kursort: VHS Mödling J.Thoma Str.20

	<p>nalenen Objekten. Von den Künstlern mitgebrachte, handgemachte Mosaikfliesen können dabei mit Ihren mitgebrachten Materialien kombiniert und verarbeitet werden.</p> <p>Die Gelegenheit in eine farbenfrohe kreative Mosaik Realität einzusteigen.</p> <p>“LIFE IS A MOSAIC! PIECE IT TOGETHER”</p> <p>Materialkosten: Werden von den Kursleitern eingehoben ca. € 20,- min 5 TLN</p>	
<p>KR/ TAR-V</p> <p>KR/TAR</p>	<p>Tarock - Königrufen für Anfänger</p> <p>Kursleitung: Ingrid Haas</p> <p>Lernen Sie spielerisch die anspruchsvollste Variante des Tarockspiels und erleben dabei, wie das Hobby Tarock Ihr Leben bereichern kann.</p> <p>min. 4 TLN</p>	<p>KR/TAR-V</p> <p>Do 10:00 - 11:30</p> <p>KR/TAR</p> <p>Do 18:00 - 19:25</p> <p>Kursbeitrag: je € 80,-</p> <p>Kursbeginn: 15.03.2012</p> <p>Kursdauer: je 8x</p>
<p>KR/WT</p> <p><i>neu</i></p>	<p>Weidentippi</p> <p>Kursleitung: DI Gerda Hüfing "Natur im Garten Akademie"</p> <p>Mit Weidenzweigen können Sie in Ihrem Garten selbst ganz einfach lebende Bauwerke wie Zäune, Weidentippi oder Tunnel gestalten. Vor allem Kinder lieben diese Spiel- und Rückzugsbereiche.</p> <p>Nach einer kurzen theoretischen Einführung schreiten wir zur Tat und bauen mit Ihnen ein Weidentippi.</p> <p>Mitzubringen: Ast- und Baumscheren, ev. kleine Handsägen, Arbeitskleidung und -handschuhe</p> <p>Es wird auch bei Schlechtwetter gebaut.</p> <p>min. 10 TLN</p>	<p>Sa 09:00 - 13:00</p> <p>Kursbeitrag: € 25,-</p> <p>Kursbeginn: 17.03.2012</p> <p>Kursdauer: 1x</p> <p>Kursort: Garten des Erlebniskindergartens Ma. Enzersdorf (Grenzgasse 111/ Objekt9/3, im Klostergelände St. Gabriel)</p>
<p>Anmeldung online: von 01. 01. 2012 – 12.01.2012</p> <p>Anmeldungen persönlich vor Ort:</p> <p>Montag, 16.01. – Freitag, 20.01.2012</p> <p>von 17:00 – 19:00 Uhr im Sekretariat der VHS</p> <p>Restplätze werden nach der Einschreibwoche wieder online gestellt!</p>		

ZM/STI	Stimmungsbilder malen – Ressourcen aktivieren Kursleitung: Andrea Schneider-Fröschl "Kunst gibt nicht das Sichtbare wieder - Kunst macht sichtbar." (Paul Klee) Mittels Entspannungstechniken sowie Musik, Geräuschen und sanften Bewegungen will ich Sie dabei begleiten ein ausgewogenes, wohliges Körperempfinden zu erlangen. Somit können Sie einen Weg zu ihren eigenen Kraftressourcen finden. Anschließend werde ich Sie unterstützen ihre Empfindungen, Ideen und Vorstellungen kreativ auszudrücken. Geben Sie ihren Empfindungen Farbe und Form und malen Sie mit mir Bilder Mitzubringen: Acrylfarben in Grundfarben, Pinseln, Papier min. 5 TLN	Mo 18:30 - 20:45 Kursbeitrag: € 55,- Kursbeginn: 19.03.2012 Kursdauer: 5x
ZM/PM <i>neu</i>	Portraitmalen (Öl-oder Acryl) Kursleitung: Mag. Theres Derflinger Kunst- und Musikpädagogin Aufbauend auf den Kurs „Portraitzeichnen“, für AnfängerInnen und für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen geeignet. Mitzubringen: eigene Acryl-und Ölmalmaterialien, 1-2 Leinwände Modellpreis exklusiv! min. 5 TLN	Di 09:30 - 11:45 Kursbeitrag: € 55,- Kursbeginn: 20.03.2012 Kursdauer: 5x Kursort: Mödling Pfarrgasse 10
KR/FL <i>neu</i>	Easy-Basket Osterkörbe Kursleitung: DI Robert Roth Flechten ist ein nützlicher Zeitvertreib. Diese auf Körper und Geist beruhigende Tätigkeit fördert die Geschicklichkeit und Beweglichkeit der Arme, Hände und Finger in jedem Alter. Die notwendigen Techniken sind bei einiger Ausdauer leicht zu erlernen. Im Kurs fertigen wir 1-2 praktische, im Alltag u. besonders zu Ostern gut verwendbare Körbe.	Sa 13:00 - 17:00 Kursbeitrag: € 35,- Kursbeginn: 24.03.2012 Kursdauer: 1x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1+2

KR/FL	Bitte bis 08.03.2012 aus der Liste (Adresse siehe unten) ein Modell auswählen. Der Kursleiter bringt das Material für das gewünschte Modell mit und verrechnet mit Ihnen. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an: office@sesselflechten.at http://www.vhsmoedling.at/downloads/Erw_flechtkurs.pdf	
ZM/IK <i>neu</i>	Ikonenmalen Kursleitung: Martina Eichinger für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse Dieser Kurs soll die Grundlagen und einen ersten Eindruck des Ikonenmalens vermitteln. Den Anfang machen wir mit einfachen Skizzen nach Vorlagen. Des Weiteren widmen wir uns den Naturfarben u. dem Mischen der Farben. Nach dem Erstellen eines Farbenkreises wollen wir Gewand- u. Gesichtspartien üben. 2 weitere Tage stehen uns für eine eigene Ikone zur Verfügung. Gemalt wird in diesem Kurs auf Papier. Mitzubringen: vor dem Kurs nichts kaufen Material wird von der Kursleitung besorgt. Die Kosten belaufen sich auf ca. € 50,- Die Terminliste erfragen Sie bei der Anmeldung min. 5 TLN	Fr 18:00 - 20:00 weitere Termine Sa + So Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 13.04.2012 Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2
ZM/NA <i>neu</i>	Malen und Natur erleben Kursleitung: Mag. Theres Derflinger Kunst- und Musikpädagogin Agnes Koller Wildnis- u. Entspannungspädagogin Der Wald, ein Ort um Stille zu genießen über unsere Sinne uns selbst zu spüren, Licht und Schatten aufzunehmen. Mit Skizzen halten wir fest, was uns fasziniert: die Linien eines Baumes, die Farben der Hügel, ein schöner Stein, Im Atelier werden wir das Bild ausfertigen. Mitzubringen: vorhandenes Zeichen- und Malmaterial, 1 Leinwand min. 6 TLN	Fr 17:00 - 19:30 Kursbeitrag: € 40,- Kursbeginn: 27.04.2012 Kursdauer: 2x Kursort: Mödling Pfarrgasse 10

ZM/IM	Intuitives Malen Kursleitung: Julia Weissenberger Jeder Mensch kann Malen! Entdecken Sie Ihre Kreativität auf einer gemeinsamen mentalen Reise und bringen Sie diese durch intuitives Malen zum Ausdruck. Gönnen Sie sich einen Tag voller Lebensfreude und Schaffenskraft. Mitzubringen: eine Schürze bzw. ein altes T-Shirt Je nach Bedarf werden Materialkosten von der Kursleiterin eingehoben! min. 5 TLN	Sa 13:00 - 19:00 Kursbeitrag: € 60,- Kursbeginn: 05.05.2012 Kursdauer: 1x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2
ZM/BE <i>neu</i>	Bewegungen zeichnen und malen mit Musik Kursleitung: Mag. Theres Derflinger Kunst- und Musikpädagogin Zwei Gruppen wechseln einander ab: eine Gruppe bewegt sich ein paar Minuten zu beschwingter Musik, dazwischen gibt's immer wieder einen "Stop" und die andere Gruppe macht während dieser Zeit flüchtige Skizzen von den Bewegungen der Tanzenden und Situationen. Beim 2. Mal setzen wir das Gezeichnete mit Farben der eigenen Wahl und eigenen Ideen in einem Bild um. Mitzubringen: vorhandenes Zeichen- und Malmaterial, 1 Leinwand min. 4 TLN	Di 09:30 - 11:45 Kursbeitrag: € 30,- Kursbeginn: 05.06.2012 Kursdauer: 2x Kursort: Mödling Pfarrgasse 10

KULINARIK

nach Terminen geordnet

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, verschließbare Gefäße, Schreibutensilien

K/ TCM-H <i>neu</i>	TCM Kochkurs auf Basis der Traditionellen Chinesischen Medizin Kursleitung: Ingrid Haas Dipl. Chin. Ernährungsberaterin Element Holz Laut TCM steht das Element Holz für den Funktionskreis Leber und Gallenblase. Die Hauptfunktion der Leber besteht darin, für einen harmonischen Energiefluss zu sorgen und Blut zu speichern. In unserer Gesellschaft ist die Blockade des Leber-Qis ein häufiges Problem.	Mo 17:30 - 21:00 Kursbeitrag: € 50,- Kursbeginn: 19.03.2012 Kursdauer: 1x
-----------------------------------	---	--

	<p>Die Ursachen sind emotionaler Stress und unbekömmliche Ernährungsgewohnheiten. Mit leicht bekömmlichen Nahrungsmitteln, die dem Holzelement zugeordnet sind, wollen wir innere Unruhe und Hektik ausgleichen und die Leber stärken.</p> <p>Materialkosten und schriftliche Unterlagen sind im Kursbeitrag inbegriffen. min. 6 TLN - max. 10 TLN</p>	
K/BACK <i>neu</i>	<p>Backen mit Vollkornmehl Kursleitung: Angelika Kerschbaumer Dipl. Ernährungstrainerin Wir stellen sowohl süßes als auch pikantes Gebäck aus frisch vermahlenem Vollkornmehl her. Genießen Sie den wunderbaren Duft und Geschmack! Materialkosten von ca. € 10,- werden von der Kursleiterin eingehoben. weitere Information: www.bauchgefuehl.cc</p>	<p>Mi 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 30,- Kursbeginn: 28.03.2012 Kursdauer: 1x</p>
K/K <i>neu</i>	<p>Die Vielfalt des österreichischen Käses Kursleitung: Dipl.-Päd. Birgit Führer Dipl. Käsesommilière Österreich hat sich in den letzten Jahren zu einer Käsenation entwickelt. Jedes Bundesland hat seine eigene Spezialität. Lernen Sie die Geschmackswelten und einige Spezialitäten Österreichs kennen. Verkostung inklusive min. 6 TLN - max. 10 TLN</p>	<p>Mo 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 40,- Kursbeginn: 16.04.2012 Kursdauer: 1x</p>
K/SK <i>neu</i>	<p>Schlanke Küche im Frühling Kursleitung: Angelika Kerschbaumer Dipl. Ernährungstrainerin Im Frühling haben viele von uns den Wunsch, sich von den Schlacken des Winters zu befreien und den Organismus zu entgiften. Wir kochen Gerichte für eine sanfte Ernährungsumstellung mit der überflüssige Pfunde reduziert werden können. Wirkungsvolle Tipps zur Anregung des Stoffwechsels. Materialkosten von ca. € 10,- werden von der Kursleiterin eingehoben.</p>	<p>Mi 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 30,- Kursbeginn: 18.04.2012 Kursdauer: 1x min. 6 TLN – max. 10 TLN</p>

K/ TCM-F	<p>TCM Kochkurs Kursleitung: Ingrid Haas Dipl. Chin. Ernährungsberaterin Gesunde Frühstücksvariationen Aus Sicht der TCM ist das Frühstück die wichtigste Mahlzeit des Tages. Ein gesundes Frühstück ist die Voraussetzung für die körperliche Leistungsfähigkeit und Konzentration. Mit einem gekochten, schnell zubereiteten Frühstück versorgen Sie ihren Körper mit purer Energie, ohne ihn zu belasten. Das Gehirn und die Leistungsfähigkeit profitieren vom optimalen Essen und Trinken und machen Sie und ihre Kinder in der Arbeit und in der Schule erfolgreich. Wir werden in diesem Kurs verschiedene pikante und süße Morgengerichte kochen. Außerdem erfahren Sie Grundlegendes zur Ernährung nach den 5 Elementen der TCM und werden nach der Umstellung auf ein schmackhaftes, schnell gekochtes Frühstücksgeschicht rasch erkennen, dass ihr Körper es ihnen mit optimaler Vitalität und Gesundheit dankt.</p> <p>Materialkosten und schriftliche Unterlagen sind im Kursbeitrag inbegriffen. weitere Information: www.tcm-haas.com min. 6 TLN - max. 10 TLN</p>	<p>Mi 17:30 - 21:00 Kursbeitrag: € 50,- Kursbeginn: 25.04.2012 Kursdauer: 1x</p>
K/B <i>neu</i>	<p>Beautyfood: jung, schön und vital mit der richtigen Ernährung Kursleitung: Angelika Kerschbaumer Dipl. Ernährungstrainerin Ein Gleichgewicht von Antioxidantien und freien Radikalen ist die beste Medizin gegen das Altern. Mit dem richtigen Wissen ist diese Balance meist auch ohne Nahrungsergänzungsmittel zu erreichen. Wir kochen farbenfrohe, vielfältige Gerichte, die einen großen Reichtum an Antioxidantien besitzen.</p> <p>Materialkosten von ca. € 10,- werden von der Kursleiterin eingehoben.</p>	<p>Mi 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 30,- Kursbeginn: 02.05.2012 Kursdauer: 1x min. 6 TLN – max. 10 TLN</p>
<p align="center">Anmeldung online: von 01.01.2012 – 12.01.2012 Restplätze werden nach der Einschreibwoche wieder online gestellt!</p>		

K/ TCM-K	TCM Kochkurs Kursleitung: Ingrid Haas Dipl. Chin. Ernährungsberaterin Gerichte für Schulkinder Grundsätzlich sollte die Nahrung des Schulkin- des energiereich, thermisch ausgewogen und den Jahreszeiten entsprechend sein. Die Ernäh- rung nach TCM Kriterien ist in der Lage, dem Schulkind alles zu geben, was es für seine geis- tige Entwicklung und sein körperliches Wachstum braucht. Mit kindgerechten, schmackhaften Ge- richten wollen wir die Konstitution Ihres Kindes stärken. Materialkosten und schriftliche Unterlagen sind im Kursbeitrag inbegriffen.	Mo 17:30 - 21:00 Kursbeitrag: € 50,- Kursbeginn: 07.05.2012 Kursdauer: 1x min. 6 TLN – max. 10 TLN
K/VG <i>neu</i>	Vegetarische Genussküche Kursleitung: Angelika Kerschbaumer Dipl. Ernährungstrainerin Es muss nicht immer Fleisch sein. Vegetarische Gerichte bieten jede Menge Genuss und Raffi- nesse. Wir genießen die Vielfalt, die uns Obst, Gemüse, Getreide und Hülsenfrüchte bieten und tun damit Gutes für Gesundheit und Fitness. Materialkosten von ca. € 10,- werden von der Kursleiterin eingehoben. weitere Information: www.bauchgefuehl.cc	Mi 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 30,- Kursbeginn: 09.05.2012 Kursdauer: 1x min. 6 TLN – max. 10 TLN
K/KE <i>neu</i>	Käse in der Ernährung Kursleitung: Dipl.-Päd. Birgit Führer Dipl. Käsesommilière "Käse schließt den Magen"? Welchen Stellenwert hat Käse in der heutigen Ernährung? min. 6 TLN - max. 10 TLN	Do 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 40,- Kursbeginn: 10.05.2012 Kursdauer: 1x
K/BL <i>neu</i>	Essbare Blüten aus eigenem Garten Kursleitung: Dipl. Ing. Ksenija Novak-Gere Wussten sie schon wie herrlich Begonien, Dah- lien, Pelargonien, im Frühling Veilchen und Tul- pen schmecken? Wie man sie für Suppen, Salate, Desserts ver- wendet, vorbereitet und vieles mehr.? Auch eine kleine Kostprobe folgt! min. 6 TLN	Mo 18:30 - 20:00 Kursbeitrag: € 15,- Kursbeginn: 21.05.2012 Kursdauer: 1x

TANZ & BEWEGUNG nach Kursorten geordnet

Folgende Kurse finden im Haus J. Thoma Str. 17 Raum 1 statt

Bitte Schuhe mit heller Sohle oder Gymnastikschuhe verwenden!

<p>BEW</p>	<p>Bewegung und Entspannung Kursleitung: Renate Ortner Dipl. Mentaltrainerin, akad. und psychosom. Kinesiologin, Ausgleichende Bewegungsabläufe für jede Altersgruppe, Damen und Herren Folge von verkürzter Muskulatur können Gelenkschmerzen, Verspannungen im Rückenbereich usw. sein! Mittels gezielt durchgeführten Beweglichkeits-, Kräftigungs- und Dehnungsübungen kann das muskuläre Gleichgewicht wieder hergestellt werden oder noch besser wäre es, diese Inbalance erst gar nicht entstehen zu lassen und präventiv sofort aktiv zu werden. Ein kurzer Entspannungsteil lässt uns die muskuläre Veränderung wahrnehmen. Kleingruppe: min. 6 TLN - max. 8 TLN</p>	<p>Di 16:50 - 18:00 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x</p>
<p>DAM1 DAM2 DAM3</p>	<p>Bewegung und Entspannung für Damen Kursleitung: Renate Ortner Dipl. Mentaltrainerin, akad. und psychosom. Kinesiologin, Vorsorgeprogramm im Bereich Osteoporose- und Wirbelsäulengymnastik Ein speziell abgestimmtes Gymnastikprogramm kräftigt die gesamte Muskulatur u. stimuliert den Knochenaufbau. Durchgeführt werden Beweglichkeits-, Kräftigungs-, Gleichgewichts- und Dehnungsübungen. Ein kurzer Entspannungsteil lässt uns die muskuläre Veränderung wahrnehmen. Kleingruppe: min. 6 TLN - max. 8 TLN</p>	<p>DAM1 Mi 08:45 - 09:55 DAM2 Mi 10:10 – 11:20 DAM3 Mi 11:35 - 12:45 Kursbeitrag: je € 95,- Kursbeginn: 15.02.2012 Kursdauer: 13x</p>
<p>OTA</p>	<p>Orientalischer Tanz Kursleitung: Silvia Schindlbauer zertifizierte Tanzlehrerin für Orientalischen Tanz Orientalischer Tanz für Teilnehmerinnen mit geringen Vorkenntnissen jeden Alters: Diese „neue“ Körpererfahrung ist eine wunderbare Möglichkeit, Ihren eigenen Körper kennen zu lernen, Ihre Weiblichkeit ausleben zu können und ganz nebenbei beginnen sich bei orientalischen Rhythmen Muskelverspannungen zu lösen.</p>	<p>Do 18:00 - 19:00 Kursbeitrag: € 70,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 10x min. 6 TLN – max.10 TLN</p>

Folgende Kurse finden im Haus J. Thoma Str. 17 Raum 1 statt
Bitte Schuhe mit heller Sohle oder Gymnastikschuhe verwenden!

OTF	Orientalischer Tanz für Fortgeschrittene Kursleitung: Silvia Schindlbauer zertifizierte Tanzlehrerin für Orientalischen Tanz Orientalischer Tanz für Mittelstufe und Fortge- schrittene: Tauchen Sie weiter in die orientali- sche Tanzkunst ein - perfektionieren Sie Ihre Bewegungen, verbessern Sie Isolation und Koor- dination. Sie erlernen Schrittkombinationen, neue Rhythmen und weiterführende Schleiertechniken. min. 6 TLN – max. 8TLN	Do 19:00 - 20:00 Kursbeitrag: € 70,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 10x
SAL	Karibische Rhythmen Kursleitung: Michaela Rasinger Entdecken Sie die Lebensfreude in der latein- amerikanischen und kubanischen Musik in ent- spannter und fröhlicher Atmosphäre mit oder ohne Partner. Termine: 11.,18.,25.04.+06., 13., 20., 27.06.2012 min. 6 TLN – max.8 TLN	Mi 18:00 - 19:00 Kursbeitrag: € 65,- Kursbeginn: 11.04.2012 Kursdauer: 7x
SAL-V	Salsa für Frauen Kursleitung: Michaela Rasinger Salsa, Son, Cha-Cha-Cha, Merengue, Bachata - Grundschrirte und einfache Schrittkombinationen, Choreographie Salsa ist nicht nur ein Tanz, es ist ein Lebensge- fühl, ein Ausdruck der Freude. Beim Tanzen in entspannter Atmosphäre entdecken wir unsere weibliche Eleganz und unser Selbstbewusstsein wieder! Termine: 04., 11., 18., 25.06.+02., 09.07.2012 min. 6 TLN	Mo 09:00 - 10:00 Kursbeitrag: € 55,- Kursbeginn: 04.06.2012 Kursdauer: 6x Kursort:
SAL2-V	Salsa für Fortgeschrittene Kursleitung: Michaela Rasinger Einfache Salsa, Son, Cha-Cha-Cha, Merenge, Bachata, Mambo Kombinationen und Choreogra- fien Termine: 04., 11., 18., 25.06.+02., 09.07.2012 min. 6 TLN	Mo 10:10 - 11:10 Kursbeitrag: € 55,- Kursbeginn: 04.06.2012 Kursdauer: 6x

Folgende Kurse finden im Haus j. Thoma Str. 17 Raum 1 statt
Bitte Schuhe mit heller Sohle oder Gymnastikschuhe verwenden!

WES/ SAL	Karibische Rhythmen – Salsa, Merengue, Bachata Kursleitung: Michaela Rasinger Salsa, Son, Merengue, Cha-Cha-Cha, Bachata und Conga Nueva Ein kleiner Einblick in die lateinamerikanische Musik und Tänze! Grundschrirte und einfache Schrittkombinationen lassen Sie Spaß und Freude beim Tanzen ent- decken. Bitte keine Straßenschuhe, sondern Schuhe mit hellen Sohlen mitbringen! min. 5 TLN - max. 8 TLN	Fr + Sa 18:30 - 20:30 Kursbeitrag: € 40,- Kursbeginn: 20.04.2012
---------------------	---	--

NORDIC WALKING - aber richtig

Kursleitung: Mag. Gabriele FINDER

Nur mit einer korrekten Technik werden Sie vom "Steckerlgeher" zum echten
Nordic Walker und nützen alle Vorteile dieser Ganzkörpersportart!

Bitte eigene Stöcke (im Sportfachhandel beraten lassen) und wetterfeste Sport-
bekleidung mit stabilen Sportschuhen mitbringen, ev. auch Trinkflasche für
Nachmittag

min. 4 TLN

NW/1	Schnupper-Tageskurs: Theorieblock über gesundheitliche Wirkung, Trainingsaufbau und Materialkunde (Indoor), Er- lernen der Basics inkl. abwechslungsreicher Übungsformen, Kräftigung mit NW-Stöcken Nachmittag: NW-Runde ab Othmarkirche; Von der Grob- zur Feintechnik; Stretching mit NW-Stöcken	Sa 10:00 - 12:00 14:00 - 16:00 Kursbeitrag: € 45,- Kursbeginn: 31.03.2012 Kursdauer: 1x
NW/2	Schnupper - Einführungskurs: 3stündig mit einem kurzen Theorieblock über ge- sundheitliche Wirkung, Trainingsaufbau und Ma- terialkunde mit einem (Indoor) Praxisteil, wo Sie die Basis-Technik erlernen und während einer ca. 1stündigen Walking Runde anwenden und festigen können.	Fr 16:00 - 19:00 Kursbeitrag: € 35,- Kursbeginn: 13.04.2012 Kursdauer: 1x

Folgende Kurse finden im Turnsaal der Harald Lowatschek Volksschule statt – Eingang J. Thoma Str.

Bitte Schuhe mit heller Sohle oder Gymnastikschuhe verwenden!

<p>ZU2 <i>neu</i></p>	<p>ZUMBA® soft Kursleitung: Ekaterina Sandrikova Official Zumba Instrauctor Sind Sie bereit sich fit zu tanzen? Diese Mischung macht süchtig! Salsa, Merengue, Cumbia, Reggaeton und Bachata versprechen gute Partystimmung! Ob Anfänger, älter oder jünger, langsam oder schnell, mit viel oder wenig Hüfteinsatz – Jede/r kann mitmachen! Die Abfolge der Schritte ist leicht erlernbar. In der Gruppe, ohne PartnerIn! Bequeme Kleidung, festes Schuhwerk mit heller Sohle, Handtuch + viel Trinkwasser mitnehmen!</p>	<p>Di 17:00 - 18:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x min. 8 TLN</p>
<p>BO/I <i>neu</i></p>	<p>Bodywork - intensiv Kursleitung: Susanne Thomaschütz Nach einem intensiven Warm-Up beschäftigt sich dieses Power-Programm mit dem Festigen und Straffen der Problemzonen. Keine Muskelgruppe kommt in dieser Einheit zu kurz! Dieses Intensiv-Training mit motivierender Musik stärkt alle Muskeln, festigt und strafft den gesamten Körper und bringt dabei gute Laune. Beim entspannenden Stretchingteil werden die beanspruchten Muskelgruppen wieder gedehnt und gelockert. Bitte. Gymnastikmatte mitbringen!</p>	<p>Do 18:00 - 18:50 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x min. 8 TLN</p>
<p>BO/L <i>neu</i></p>	<p>Bodywork – light Kursleitung: Susanne Thomaschütz Dieses Training ist auch für Anfänger gut geeignet. Nach einem schwungvollen Aufwärm- und Herz-Kreislauftraining beschäftigt sich dieses Programm auf sanfte und zugleich wirkungsvolle Weise mit dem Festigen und Straffen der Problemzonen. Zu motivierender Musik werden alle Muskeln gestärkt, gefestigt und gestrafft! Beim sogenannten Stretchingteil werden die beanspruchten Muskelgruppen wieder gedehnt - Entspannt können wir die Stunde ausklingen lassen!</p>	<p>Do 19:00 - 19:50 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x min. 8 TLN</p>

Folgende Kurse finden im Turnsaal der Harald Lowatschek Volksschule statt – Eingang J. Thoma Str.

Bitte Schuhe mit heller Sohle oder Gymnastikschuhe verwenden!

<p>FIT</p> <p><i>neu</i></p>	<p>Fit in den Frühling mit Fit-Gymnastik (Bauch Beine Po)! Kursleitung: Susanne Thomaschütz Mit diesem effizienten Training für einen flachen Bauch, straffe Beine und einen knackigen Po machen Sie sich im Nu frühlingsfit! Durch effektive Übungen zur Straffung der Problemzonen Bauch Beine Po und einem moderaten Ausdauertraining wird außerdem eine erhöhte Fettverbrennung erreicht - Spaßfaktor garantiert! Beim entspannenden Stretchingteil werden die beanspruchten Muskelgruppen wieder gedehnt und gelockert. Bitte Gymnastikmatte mitbringen</p>	<p>Do 20:00 - 20:50 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 16.02.2012 Kursdauer: 13x</p> <p>min. 8 TLN</p>
<p>TKW/A</p>	<p>Tae Kwon Do - für Eltern und Kinder Kursleitung: DI Michael Egger Der Schwerpunkt dieses Kurses ist es, speziell Kinder und deren Eltern an die koreanische Kampfkunst Tae Kwon Do heranzuführen, bzw. schon vorhandenes Können zu erweitern. Ganzkörperbewegung, Stretching und der Focus auf das Erlernen neuer Bewegungsabläufe stärken die Gesundheit, Konzentration und das Selbstvertrauen. Die körperliche Betätigung hilft Stress abzubauen. Auch das spielerische Element soll in diesem Kurs nicht zu kurz kommen. Der Kurs ist sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet. Leichte Sportbekleidung ist empfehlenswert, das Training findet barfuß statt. Mindestalter: 6 Jahre min. 8 TLN</p>	<p>Fr 18:00 - 19:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 17.02.2012 Kursdauer: 12x</p>

TKW/B	<p>Tae Kwon Do – für Erwachsene und Jugendliche Kursleitung: DI Michael Egger Mit dem Schwerpunkt auf Gesundheit und Selbstverteidigung bietet dieser Kurs Anfängern und Fortgeschrittenen die Möglichkeit die koreanische Kampfkunst Tae Kwon Do zu erlernen. Es werden alle Lehrinhalte, die für das Ablegen der Gürtelprüfungen bis zum Schwarzgurt (WTF) erforderlich sind, vermittelt. Prüfungen können jederzeit absolviert werden. Neben dem Erlernen der Techniken wird im Training auch großer Wert auf energetische Übungen, die richtige Atmung und Stretching gelegt. Ein Tae Kwon Do-Anzug ist für Fortgeschrittene von Vorteil, für Anfänger ist leichte Turnbekleidung ausreichend. Das Training findet barfuß statt. Mindestalter: 14 Jahre min. 8 TLN</p>	<p>Fr 19:30 - 21:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 17.02.2012 Kursdauer: 12x Kursort: Turnsaal Lowatschek VS</p>
WS1	<p>Wirbelsäulengymnastik 1 Kursleitung: Ingrid Frank Durch falsche Haltung und zu wenig Bewegung kommt es oft zu unangenehmen Verspannungen der Rückenmuskulatur. Steuern Sie dagegen. Ein gezieltes Übungsprogramm hilft ihnen, ihre Muskulatur zu dehnen und zu stärken und ihren Rücken dadurch angenehm zu entspannen. min. 8 TLN - max. 25 TLN</p>	<p>Mo 17:50 - 18:50 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 13.02.2012 Kursdauer: 13x Kursort: Turnsaal Thoma MS</p>

Anmeldung online: von 01.01.2012 – 12.01.2012
Anmeldungen persönlich vor Ort:
Montag, 16.01. – Freitag, 20.01.2012
von 17:00 – 19:00 Uhr im Sekretariat der VHS
Restplätze werden nach der Einschreibwoche wieder online gestellt!

Folgende Kurse finden im Turnsaal der Jakob Thoma Mittelschule statt.

Bitte Schuhe mit heller Sohle oder Gymnastikschuhe verwenden!

F/T	<p>Fat burning/Thae Bo Kursleitung: Andrea Wagenleithner Eine mitreißende Stunde aus einem Mix von Fat-burning, leichter Choreographie und Kickboxelementen - ohne Laufen, gelenkschonend. Für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet! Bitte Turnschuhe mit hellen Sohlen mitbringen. min. 8 TLN</p>	<p>Di 17:10 - 18:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x</p>
BODY	<p>Bodywork Kursleitung: Andrea Wagenleithner Kräftigung und Straffung für den ganzen Körper. Schultern, Rücken, Arme, Taille, Po, Beine und Bauch werden gestärkt. Bitte Turnschuhe mit hellen Sohlen mitbringen. min. 8 TLN</p>	<p>Di 18:10- 19:00 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 14.02.2012 Kursdauer: 13x</p>
WS2	<p>Wirbelsäulengymnastik 2 Kursleitung: Sabine Nuhs Durch gezielte Übungen wird die vernachlässigte Muskulatur angeregt und gekräftigt. Verspannungen werden aufgespürt und gelöst. So wird das Muskelgleichgewicht wieder hergestellt. min. 8 TLN - max. 25 TLN</p>	<p>Fr 18:00 - 19:15 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 17.02.2012 Kursdauer: 13x</p>
GRT	<p>Griechische Tänze Kursleitung: Ing. Hannes Wurth Für alle die in entspannter Atmosphäre Spaß am Tanzen haben wollen. Es werden Grundschrte von Tänzen aus allen Regionen von Griechenland gelehrt. Für diesen Kurs ist kein Partner notwendig! Vorkenntnisse sind von Vorteil aber nicht unbedingt erforderlich.</p>	<p>Fr 19:30 - 20:30 Kursbeitrag: € 70,- Kursbeginn: 02.03.2012 Kursdauer: 8x</p>