



Preis: 2 €

vhs  Volkshochschule
Bielefeld

vhs-bielefeld.de

HEEPEN

PROGRAMM

1/18



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

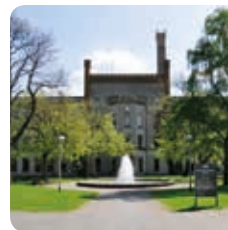
Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Inhalt

Gesellschaft und Politik.....	3
Kunst, Kultur und Gestalten	3
Gesundheit.....	5
Fremdsprachen	8
Sepa-Lastschriftmandat	10
Anmeldeformular.....	11
Entgeltordnung	12
AGB.....	13



Anmeldung und Information

VHS Bielefeld
Tel.: 0521. 51-2222
www.vhs-bielefeld.de

Dörte Jack

Tel.: 0521. 51-2534
doerte.jack@bielefeld.de

Nebenstelle Heepen

im Kurs mit der Kursleitung abgerechnet werden.

 falls vorhanden Pinsel, Lappen und Wasserbecher

2122K2 | Heepen
Carsten Gude

Mi, 07.02.18 bis Mi, 21.03.18
19:00 - 20:30 Uhr | 7 Termine
Gymnasium Heepen, Raum 216,
Kunstraum, Alter Postweg 37

Entgelt: 39,00 € / ermäßigt: 20,00 €

 falls vorhanden Pinsel, Lappen und Wasserbecher

2123K2 | Heepen
Carsten Gude

Mi, 11.04.18 bis Mi, 27.06.18
19:00 - 20:30 Uhr | 11 Termine
Gymnasium Heepen, Raum 216,
Kunstraum, Alter Postweg 37

Entgelt: 62,00 € / ermäßigt: 31,00 €

Malen mit Pastellkreiden

Im Spannungsfeld zwischen Malerei und Zeichnung bietet der Umgang mit Pastellkreiden eine große Bandbreite an Ausdrucksmöglichkeiten. Dieser Kurs möchte Ihnen in entspannter Atmosphäre einen Einstieg in diese farbenfrohe Welt ermöglichen. Mit weichen Kreiden und dem Einsatz Ihrer Finger erfahren Sie hier, wie man von der einfachen Kompositionsskizze zur kompletten Malerei gelangt. Dabei werden Sie lernen, wie die Pastellfarben funktionieren und wie Sie sich ihre Leuchtkraft für Ihre Bilder zu Nutzen machen können.

Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne und mit ersten Vorkenntnissen. Eine Beratung über geeignete Materialien findet in der 1. Kursstunde statt.

 Falls vorhanden: weiche Pastellkreiden in diversen Farben, Zeichenblock

2145K2 | Heepen
Carsten Gude

Mi, 07.03.18 bis Mi, 09.05.18
16:30 - 18:00 Uhr | 8 Termine
Gymnasium Heepen, Raum 216,
Kunstraum, Alter Postweg 37

Entgelt: 51,00 € / ermäßigt: 26,00 €

Treffen der Bielefelder Spinngruppe

In Kooperation mit Mitgliedern der Handspinnhilfe e.V.

Das Spinnen am Spinnrad hat in Heepen eine lange Tradition. Die Bielefelder Spinngruppe möchte das Wissen um die Herstellung von Textilien mit alten und neuen Techniken vermitteln. In geselliger Runde werden wir an jedem 2. Freitag im Monat die alten Handarbeitstechniken pflegen und moderne Techniken kennen lernen. Wer Interesse am Spinnen hat und etwas über die Verarbeitung von tierischen und pflanzlichen Fasern zu Garnen erfahren möchte, ist herzlich eingeladen. Die Teilnahme ist entgeltfrei, eine **Anmeldung bei Petra Voß unter Tel. 0174 - 2548052 ist notwendig**. Ein Übungsspinnrad steht am Abend wahrscheinlich zur Verfügung. Es entstehen Materialkosten in Höhe von 1,00 Euro.

 Bitte eigenes Spinnrad oder Handspindel, falls vorhanden, mitbringen.

2400K2 | Heepen
Mitglieder der Handspinnhilfe e.V.

Fr, 09.02.2018, 19:00 - 21:00 Uhr
Fr, 09.03.2018, 19:00 - 21:00 Uhr
Fr, 13.04.2018, 19:00 - 21:00 Uhr
Fr, 11.05.2018, 19:00 - 21:00 Uhr
Fr, 08.06.2018, 19:00 - 21:00 Uhr
Fr, 13.07.2018, 19:00 - 21:00 Uhr
Alte Vogtei, Lübrassen-Raum,
Heeper Str. 442, 33719 Bielefeld

entgeltfrei

Stricken leicht gemacht!

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht das Strickenlernen -- von der Strickprobe bis z.B. zum fertigen Strumpf. Einfache Strickmuster aber auch das Lesen von Strickschriften stehen auf dem Programm. Sie bekommen Hilfestellung von der Strickprobe bis zur Fertigstellung Ihres Strickteils. Für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit und ohne Vorkenntnisse. Eine Materialberatung findet in der 1. Kursstunde statt.

 Bitte Wolle, entsprechende Stricknadeln und Wollreste mitbringen, falls vorhanden


2406K2 | Heepen
Ursula Niehaus

Do, 15.03.18 bis Do, 03.05.18
18:30 - 20:30 Uhr | 6 Termine
Alte Vogtei, Meyer-zu-Heepen-Raum
Heeper Str. 442, 33719 Bielefeld

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Nähen für Einsteigerinnen und Einsteiger

In diesem Kurs werden Grundlagen der Schneiderei vermittelt. Der Umgang mit der Nähmaschine, die Handhabung von einfachen Fertigschnitten bzw. Schnittmusterheften und grundlegende Zuschneide- und Verarbeitungstechniken werden vorgestellt. Diese Fertigkeiten werden beim Nähen einfacher Kleidungsstücke angewendet. Bitte bringen Sie Ihre Nähmaschine mit. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

 Bitte mitbringen: Nähmaschine, Schere, Nähgarn, Stoffreste, Stecknadeln, Schnittmuster, wenn vorhanden.

2427K2 | Heepen
Stefanie Müller

Mo, 12.03.18 bis Mo, 14.05.18
18:30 - 20:45 Uhr | 8 Termine
Gymnasium Heepen, Raum 216,
Kunstraum, Alter Postweg 37

Entgelt: 67,00 € / ermäßigt: 34,00 €

Kreatives Schreiben am Mittwochabend

Kleingruppenkurs

Ich möchte mit Ihnen die Freude am eigenen Schreiben wecken. Mit den Methoden des Kreativen Schreibens zeige ich Ihnen, wie Sie erlebte und erfundene Geschichten aufschreiben können. Als Anregungen dienen uns u.a. Bilder, Düfte, auch Musik, persönliche Gegenstände und Texte anderer Schriftsteller. Thema verfehlt: Gibt es nicht! Alles, was Sie mitbringen müssen, ist eine gehörige Portion Neugier, Spaß am Schreiben, Pa-

pier und Schreibzeug. Während des Kurses in der Kleingruppe werden jederzeit Wünsche und Schreiberfahrungen der Teilnehmer berücksichtigt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

 Schreibutensilien

2638K2 | Heepen
Susanne Slomka

Mi, 07.02.18 bis Mi, 21.03.18
18:00 - 19:30 Uhr | 7 Termine
Alte Vogtei, Meyer-zu-Heepen-Raum
Heeper Str. 442, 33719 Bielefeld

Entgelt: 44,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Kleingruppenkurs

 Schreibutensilien

2639K2 | Heepen
Susanne Slomka

Mi, 11.04.18 bis Mi, 13.06.18
18:00 - 19:30 Uhr | 10 Termine
Alte Vogtei, Meyer-zu-Heepen-Raum
Heeper Str. 442, 33719 Bielefeld

Entgelt: 72,00 € / ermäßigt: 36,00 €

Orientalischer Tanz für Anfängerinnen

Der orientalische Tanz (Bauchtanz) ist ein sehr weiblicher, ursprünglicher Tanz. Er wird seit Jahrtausenden getanzt und ist zugleich der wahrscheinlich älteste weibliche Tanz der Welt: Anmut, Kraft, Sinnlichkeit, Eleganz und Freude - ein Tanz voller Ausdruck von Lebenskraft, Stolz, Ästhetik und Liebe. In diesem Kurs werden wir nach einem schwungvollen orientalischen „Warm up“ die Grundbewegungen des orientalischen Tanzes erlernen. Typische Isolationsbewegungen, kleine Schrittfolgen und orientalische Arm- und Handbewegungen werden zu Tanz - Kombinationen zusammen gefügt.

 bequeme Tanzkleidung, dicke Socken oder Gymnastikschuhe und ein großes Tuch für die Hüften

♀ **2855K2F | Heepen**
Alitza Mermigas

Do, 08.02.18 bis Do, 22.03.18
18:30 - 20:00 Uhr | 7 Termine
Freizeitzentrum Baumheide, Saal
Rabenhof 76

Entgelt: 46,00 € / ermäßigt: 27,00 €

 bequeme Tanzkleidung, dicke Socken oder Gymnastikschuhe und ein großes Tuch für die Hüften

♀ **2856K2F | Heepen**
Alitza Mermigas

Do, 12.04.18 bis Do, 12.07.18
18:30 - 20:00 Uhr | 11 Termine
Freizeitzentrum Baumheide, Saal
Rabenhof 76

Entgelt: 72,00 € / ermäßigt: 41,00 €

Orientalischer Tanz für Fortgeschrittene

Der orientalische Tanz (Bauchtanz) ist ein sehr weiblicher, ursprünglicher Tanz. Er wird seit Jahrtausenden getanzt und ist zugleich der wahrscheinlich älteste weibliche Tanz der Welt: Anmut, Kraft, Sinnlichkeit, Eleganz und Freude - ein Tanz voller Ausdruck von Lebenskraft, Stolz, Ästhetik und Liebe. In die-

sem Kurs werden wir nach einem schwungvollen orientalischen „Warm up“ kleine Schrittfolgen und Bewegungskombinationen erlernen, die anschließend zu einer schönen Choreografie zusammen gefügt werden. Übungen zur Technik und Improvisation sind weitere Kursinhalte.

bequeme Tanzkleidung, dicke Socken oder Gymnastikschuhe und ein großes Tuch für die Hüften

2857K2F | Heepen
Alitza Mermigas

Do, 01.02.18 bis Do, 22.03.18
20:00 - 21:30 Uhr | 8 Termine
Freizeitzentrum Baumheide, Saal
Rabenhof 76

Entgelt: 52,00 € / ermäßigt: 30,00 €

bequeme Tanzkleidung, dicke Socken oder Gymnastikschuhe und ein großes Tuch für die Hüften

2859K2F | Heepen
Alitza Mermigas

Do, 12.04.18 bis Do, 12.07.18
20:00 - 21:30 Uhr | 11 Termine
Freizeitzentrum Baumheide, Saal
Rabenhof 76

Entgelt: 72,00 € / ermäßigt: 41,00 €

Jeder kann singen!

Dies ist ein Kurs für Menschen, die noch nicht viel Singerfahrung haben und ihre Stimme erkunden und entfalten möchten. Aber auch Quereinsteiger und Singerfahrene sind willkommen. Wir werden unkomplizierte, bekannte Chorstücke aus dem Bereich Jazz-Rock-Pop und ebenso bekannte Volkslieder und Schlager nehmen und passende, schöne Wege finden, diese als Chorgruppe zu interpretieren.

Gleichzeitig wird Zeit sein, Grundlegendes über unser Stimmorgan und über das Singen sowie über Körperhaltung und Atemtechnik in Erfahrung zu bringen. Dazu gehört auch eine gute, stimmschonende und entspannende Vorbereitung auf das Singen.

Bitte bequeme Kleidung tragen

2920K2 | Heepen
Irina Eicher

Mi, 07.02.18 bis Mi, 21.03.18
17:00 - 18:30 Uhr | 7 Termine
Realschule Heepen, Raum 115, Alter Postweg 33

Entgelt: 39,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Bitte bequeme Kleidung tragen

2921K2 | Heepen
Irina Eicher

Mi, 11.04.18 bis Mi, 04.07.18
17:00 - 18:30 Uhr | 12 Termine
Realschule Heepen, Raum 115,
Alter Postweg 33

Entgelt: 67,00 € / ermäßigt: 34,00 €

Gitarre für leicht Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die einen ersten Gitarrenkurs durchlaufen haben. Kursinhalte sind die Vermittlung von Basistechniken zur Liedbegleitung, das Kennenlernen weiterer Rhythmen, Akkord-

zerlegungen und Akkorde. Quereinsteiger/innen sollten die grundlegenden Akkorde (mit Ausnahme der Barré-Akkorde) und Schlagtechniken kennen. Notenkenntnisse sind hilfreich, aber nicht erforderlich.

akustische Gitarre (Konzertgitarre / Nylonsaiten oder Westerngitarre/Stahlsaiten) bitte mitbringen

2950K2 | Heepen
Andreas Schlüer

Di, 06.02.18 bis Di, 20.03.18
19:45 - 21:15 Uhr | 7 Termine
Gymnasium Heepen, Raum 216,
Kunstraum, Alter Postweg 37

Entgelt: 39,00 € / ermäßigt: 20,00 €

akustische Gitarre (Konzertgitarre / Nylonsaiten oder Westerngitarre/Stahlsaiten) bitte mitbringen

2951K2 | Heepen
Andreas Schlüer

Di, 10.04.18 bis Di, 03.07.18
19:45 - 21:15 Uhr | 11 Termine
Gymnasium Heepen, Raum 216,
Kunstraum, Alter Postweg 37

Entgelt: 62,00 € / ermäßigt: 31,00 €

Gesundheit

Pasta selbstgemacht - besser als jede Trockennudel

Frische Pasta ist ein ganz besonderer Hochgenuss. Wenn dann auch noch die selbstgemachten Pesto-Variationen dazu kommen - und zwar alles ohne Konservierungsstoffe -, haben wir ein perfektes Duett. An diesem Abend wird den Teilnehmenden vermittelt, wie einfach es ist, Nudeln selber herzustellen. Die unterschiedlichen Nudelteige kann man aber auch noch würzen und färben oder sie zu Ravioli verarbeiten und mit einer feinen Füllung versehen. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 7,00 Euro sind im Entgelt enthalten.

Bitte ein Getränk, evtl. Schürze, ein Geschirrtuch und Restebehälter mitbringen.

3207T2 | Heepen
Gabriele Konrad

Di, 13.03.2018
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Anmeldeschluss: 08.03.2018!
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 24,00 € / ermäßigt: 17,00 €

Köstliches für die Grillparty

Ein lauer Sommerabend und der Duft von Gegrilltem - wem läuft bei dieser Vorstellung nicht das Wasser im Munde zusammen? Damit Ihre nächste Grillparty ein kulinarischer Erfolg wird, werden wir Marinaden, Grillsaucen, Dips, Salate und herrlich duftende Brote zubereiten. Das Grillgut wird natürlich selbst mariniert und im Kurs gebraten. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 10,00 Euro sind im Entgelt enthalten.

Bitte Getränk, ggf. Schürze, Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Restebehälter mitbringen.

3211T2 | Heepen

Gabriele Konrad

Mi, 06.06.2018
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Anmeldeschluss: 01.06.2018!
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Persische Küche - Zauber des Orients

Die wechselvolle Geschichte Persiens, des heutigen Iran, seine uralten Handelsbeziehungen mit dem nahen und fernen Osten, die Traditionen verschiedener Volksgruppen sowie religiöse Einflüsse schufen eine Küche, die im gesamten Orient ihresgleichen sucht. Im Kurs erhalten Sie einen Einblick in die traditionelle und auch die moderne Küche Persiens. Wir zaubern u.a. mit Safran, Zimt, Pistazien, Mandeln, Rosenwasser und Kräutern zwei unvergessliche Gerichte mit und ohne Fleisch. Mit einem besonderen Dessert wird Ihr Geruchs- und Geschmackssinn verführt. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 10,00 Euro enthalten.

Bitte ein Getränk, evtl. eine Schürze, zwei Geschirrtücher, ein scharfes Messer und mehrere verschließbare Gläser für die Reste mitbringen.

3237T2 | Heepen

Mehri Ruhangiz Goodarzani Bakhtiari

Fr, 18.05.2018
17:00 - 22:00 Uhr | 1 Termin
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 32,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Libanesisches Küche

Die libanesisches Küche ist sehr vielseitig, lecker und gesund. Ihre Grundbestandteile sind Hülsenfrüchte, Huhn, Fisch, Fleisch, Bulgur, Reis, Nüsse, Oliven, Kräuter, Joghurt und Tahini (eine Paste aus feingemahlene Sesamkörnern). Die Libanesisches Meze (kleine Gerichte, die zu verschiedenen Anlässen verzehrt werden) sind schmackhaft, zahlreich und leicht vorzubereiten. Außer Hummus (eine orientalische Spezialität aus pürierten Kichererbsen oder Favabohnen, Sesam-Mus, Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Gewürzen) und Falafel (frittierte Bällchen aus pürierten Bohnen oder Kichererbsen, Kräutern und Gewürzen), die hier bekannt sind, gibt es noch viele andere Meze, die wir an diesem Abend zusammen vorbereiten und essen werden. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 11,00 Euro enthalten.

Bitte ein Getränk, evtl. eine Schürze, zwei Geschirrtücher, ein scharfes Messer und mehrere verschließbare Gläser für die Reste mitbringen.

3238T2 | Heepen

Mehri Ruhangiz Goodarzani Bakhtiari

Fr, 15.06.2018
17:00 - 22:00 Uhr | 1 Termin
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 33,00 € / ermäßigt: 23,00 €

0	Information
1	Gesellschaft und Politik
2	Kultur, Kunst und Gestalten
3	Gesundheit
4	Fremdsprachen
5	Arbeitswelt und Beruf
6	Integration Deutsch als Fremdsprache

Indische Gerichte mit edlen Gewürzen

Indien ist berühmt für seine Vielfalt an edlen Gewürzmischungen. Zwei davon werden an diesem Abend von den Teilnehmern selbst hergestellt und gleich für die köstlichen Gerichte verwendet. Es gibt u. a. ein Linsengericht, Pasteten mit Füllung, Gemüsepuffer und Hühnchen. Die Gerichte sind überwiegend vegetarisch. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 9,00 Euro sind im Entgelt enthalten.

Bitte Getränke, evtl. Schürze, Geschirrhandtuch, Restbehälter und zwei kleine Gläschen mitbringen.

3279T2 | Heepen
Gabriele Konrad

Mi, 02.05.2018
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Anmeldeschluss: 26.04.2018!
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 26,00 € / ermäßigt: 19,00 €

„Vamos a cocinar tapas“

Tapas auf Spanisch serviert

Tapas - diese kleinen phantasievollen Gerichte aus Spanien sind ideal, um Familienangehörige oder Gäste zu begeistern. Duftende Köstlichkeiten aus leuchtend roten Tomaten, sonnengelben Paprika, dunkelvioletten Auberginen u.a. erinnern an schöne Urlaubstage oder erhöhen die Vorfreude auf den nächsten Urlaub. In diesem Kurs lernen Sie, diese spanischen Spezialitäten zuzubereiten, und so ganz nebenbei erwerben Sie dabei auch Kenntnisse der spanischen Sprache. Die Rezepte sind in Deutsch und Spanisch geschrieben. Teilnehmende ohne Spanischkenntnisse sind auch willkommen. ¡Que aproveche! Guten Appetit! In der Kursgebühr sind Lebensmittelkosten in Höhe von 10,00 Euro enthalten.

Bitte eine Flasche Mineralwasser, zwei Geschirrtücher, ein scharfes Messer und Behälter für Kostproben mitbringen.

3283T2 | Heepen
Maria Jose Lantada Ortega

Fr, 22.06.2018
17:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 21,00 €

Japanisches Party-Menü

Hiroko Watanabe-Schmidt führt Sie ein in die Küche Japans und bereitet ein komplettes Party-Menü mit Ihnen zu. Die Koch- und Speisekarte für die Abendveranstaltung lautet: Yakinasu (gegrillte Aubergine mit Ingwersoße), Agedashi-Tofu, frittiertes Tofu mit Brühe), Miso-Suppe mit Chirashi-Gemüse-Sushi, Yakitori (gegrillter Hühnerfleischspieß) und Milchpudding auf japanische Art. Weitere Kursinhalte sind Informationen über die Essgewohnheiten und -kulturen in Japan. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 10,00 Euro bereits enthalten.

Bitte eine Flasche Mineralwasser, zwei Geschirrtücher, ein scharfes Messer und Behälter für Kostproben mitbringen.

3296T2 | Heepen

Hiroko Watanabe-Schmidt

Mi, 13.06.2018
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Japanische Küche

Hiroko Watanabe-Schmidt führt Sie ein in die Küche Japans, das Land der aufgehenden Sonne. Sie werden ein komplettes Gericht kochen. Als Vorspeise steht Misosuppe auf der Speisekarte. Es folgen Tempura (frittiertes Gemüse und Garnelen), Tori-no-Teriyaki (Hühnchenfleisch) und Goma-ae (Spinat in Sesamsoße). Als Nachtisch wird Matcha Eis serviert. Weitere Kursinhalte sind Informationen über die Essgewohnheiten und -kulturen in Japan. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 10,00 Euro bereits enthalten.

Bitte eine Flasche Mineralwasser, zwei Geschirrtücher, ein scharfes Messer und Behälter für Kostproben mitbringen.

3297T2 | Heepen
Hiroko Watanabe-Schmidt

Mi, 20.06.2018
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Mud-Running

Hindernislauf durch Matsch und Gelände

Beim Mud-Running (Schlammlaufen) geht es im Gegensatz zum normalen Laufen um Abwechslung und Teamgeist. Die Ziel- und Laufzeiten sind egal. Gemeinsam als Gruppe werden matschige Strecken, Hindernisse und Flüsse durchquert; es wird niemand zurückgelassen, und der Spaß an der Bewegung steht im Vordergrund. Der Kurs ist für Laufanfänger mit Grundfitness und sportliche Menschen gleichermaßen geeignet. Unter Anleitung von Immanuel Devillers (Student der Humanmedizin, Krankenpfleger) wird jede Woche gemeinsam eine Laufstrecke von 7,5 km mit wechselnden Hindernissen bewältigt. Die wichtigsten Voraussetzungen sind Durchhaltevermögen und Willenskraft. Startpunkt ist der P&R Parkplatz der Straßenbahnhaltestelle Milse. Die Sportkleidung wird während des Laufens in Mitleidenschaft gezogen; lange Hosen sind empfehlenswert. Da es keine Umkleide- und Duschkabine gibt, sind Wechselkleidung und ein Handtuch nötig.

Handtuch, lange Sporthose, Wechselkleidung, Getränk für den Eigenbedarf

3305K2 | Heepen
Immanuel Devillers

Sa, 14.04.18 bis Sa, 16.06.18
12:00 - 13:30 Uhr | 10 Termine
Treff: Station Milse der Linie 2

Entgelt: 52,00 € / ermäßigt: 26,00 €

Hindernislauf durch Matsch und Gelände

Handtuch, lange Sporthose, Wechselkleidung, Getränk für den Eigenbedarf

3306K2 | Heepen
Immanuel Devillers

Sa, 24.02.18 bis Sa, 24.03.18

10:00 - 11:30 Uhr | 5 Termine
Treff: Station Milse der Linie 2

Entgelt: 26,00 € / ermäßigt: 13,00 €

Hindernislauf durch Matsch und Gelände

Handtuch, lange Sporthose, Wechselkleidung, Getränk für den Eigenbedarf

3307K2 | Heepen
Immanuel Devillers

Sa, 14.04.18 bis Sa, 16.06.18
10:00 - 11:30 Uhr | 10 Termine
Treff: Station Milse der Linie 2

Entgelt: 56,00 € / ermäßigt: 28,00 €

Ausgleichsgymnastik für Frauen

Ausgleichsgymnastik an der Volkshochschule Bielefeld ist eine Ganzkörpergymnastik. Sie dient dem Ausgleich einseitiger körperlicher Alltagsbelastungen im Beruf und in der Arbeitswelt Haushalt und Familie, der Prävention von Haltungsschäden und der Kräftigung der Muskulatur. Schwerpunkte sind einfache Lockerungsübungen, Übungen zur Dehnung, Kräftigung, Gelenkigkeit, Beweglichkeit, Stütz- und Haltefähigkeit und Entspannung. Ausdauer und Koordination sollen ebenfalls verbessert werden. Ziel ist es, gesunde Bewegungsformen kennen zu lernen, den eigenen Körper bewusst zu erfahren und Zutrauen in die eigene Bewegungsfähigkeit zu entwickeln.

Sportbekleidung, Handtuch

♀ 3312K2F | Heepen
Elke Neitzel

Mo, 15.01.18 bis Mo, 19.03.18
18:00 - 19:00 Uhr | 10 Termine
Grundschule Heeperholz, Turnhalle
Wedepohlstr. 1

Entgelt: 43,00 € / ermäßigt: 26,00 €

Sportbekleidung, Handtuch

♀ 3313K2F | Heepen
Elke Neitzel

Mo, 09.04.18 bis Mo, 09.07.18
18:00 - 19:00 Uhr | 13 Termine
Grundschule Heeperholz, Turnhalle
Wedepohlstr. 1

Entgelt: 55,00 € / ermäßigt: 33,00 €

Sportbekleidung, Handtuch

♀ 3318K2F | Heepen
Elke Neitzel

Mo, 15.01.18 bis Mo, 19.03.18
19:00 - 20:00 Uhr | 10 Termine
Grundschule Heeperholz, Turnhalle
Wedepohlstr. 1

Entgelt: 43,00 € / ermäßigt: 26,00 €

Sportbekleidung, Handtuch

♀ 3319K2F | Heepen
Elke Neitzel

Mo, 09.04.18 bis Mo, 09.07.18
19:00 - 20:00 Uhr | 13 Termine
Grundschule Heeperholz, Turnhalle
Wedepohlstr. 1

Entgelt: 55,00 € / ermäßigt: 33,00 €

Cardio Boxen

Box-Workout mit dynamischen Armbewegungen zu mitreißender Musik

Cardio Boxen vereint Ausdauer- und Kraftübungen mit motivierenden Beats für ein intensives Workout mit gleichzeitig hohem Spaßfaktor. Es eignet sich perfekt, um alltäglichen Stress ab- und im Gegenzug Kraft und Ausdauer aufzubauen. Zudem bietet es eine Alternative zu Laufeinheiten, die als eintönig erlebt werden können, oder zum Gerätetraining im Fitnessstudio.

Sportbekleidung, Getränk

3404K2 | Heepen
Lena Strutzberg

Di, 10.04.18 bis Di, 05.06.18
18:30 - 20:00 Uhr | 8 Termine
Gemeinschaftshaus Brake, Alte Aula
Braker Str. 109

Entgelt: 50,00 € / ermäßigt: 25,00 €

Qi Gong

für Anfänger und Fortgeschrittene

Das Wort Qi bedeutet so viel wie „Lebensenergie“ und Gong „beharrliches Üben“. Qi Gong ist ein System von Körperhaltungs- und Bewegungsübungen, Atemübungen sowie geistigen Übungen der Konzentration und Meditation. Die Übungen fördern ein allgemeines Wohlbefinden und stärken das Abwehrsystem des Körpers. Qi Gong ist ein wesentlicher Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin und basiert auf jahrhundertelanger Erfahrung. Qi Gong ist für jeden erlernbar, aber es verlangt intensives und konzentriertes Üben.

Bequeme Kleidung, dicke Socken und Decke

3670K2 | Heepen
Petra Nickel

Do, 12.04.18 bis Do, 14.06.18
16:30 - 18:00 Uhr | 8 Termine
Gemeinschaftshaus Brake, Alte Aula
Braker Str. 109

Entgelt: 51,00 € / ermäßigt: 26,00 €

Yoga

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

In der hier ausgewählten Richtung des Hatha-Yoga wird durch Atem-, Entspannungs- und Körperübungen, die in jedem Lebensalter ausführbar sind, eine Technik gelehrt, die es ermöglicht, Körper und Geist zu kontrollieren und gesund zu halten. Yoga-Übungen eignen sich zur Vorbeugung und Linderung von Rückenbeschwerden, Erschöpfung, Verdauungsstörungen und vielem anderen.

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke bzw. Isomatte

3752K2 | Heepen
Beate Klemp

Mo, 29.01.18 bis Mo, 19.03.18
18:15 - 19:45 Uhr | 8 Termine
Gemeinschaftshaus Brake, Alte Aula
Braker Str. 109

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke bzw. Isomatte

3756K2 | Heepen
Beate Klemp

Mo, 09.04.18 bis Mo, 18.06.18
18:15 - 19:45 Uhr | 9 Termine
Gemeinschaftshaus Brake, Alte Aula
Braker Str. 109

Entgelt: 51,00 € / ermäßigt: 26,00 €

Einführungskurs für Frauen Anfängerinnen und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken, Yogamatte (falls vorhanden)

♀ 3761K2F | Heepen
Marina Pielsticker

Mo, 05.02.18 bis Mo, 19.03.18
18:00 - 19:30 Uhr | 7 Termine
Gudrun Stettler Krankengymnastik-Praxis
Alter Postweg 36

Entgelt: 58,00 € / ermäßigt: 36,00 €

Einführungskurs für Frauen Anfängerinnen und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken, Yogamatte (falls vorhanden)

♀ 3770K2F | Heepen
Marina Pielsticker

Mo, 09.04.18 bis Mo, 02.07.18
18:00 - 19:30 Uhr | 12 Termine
Gudrun Stettler Krankengymnastik-Praxis
Alter Postweg 36

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 62,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke bzw. Isomatte

3771K2 | Heepen
Simone Holder

Mo, 05.02.18 bis Mo, 19.03.18
20:00 - 21:30 Uhr | 7 Termine
Hallenbad Heepen, Gymnastikraum,
Schlauden 11

Entgelt: 49,00 € / ermäßigt: 31,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke bzw. Isomatte

3774K2 | Heepen
Simone Holder

Mo, 05.02.18 bis Mo, 19.03.18
18:15 - 19:45 Uhr | 7 Termine
Hallenbad Heepen, Gymnastikraum,
Schlauden 11

Entgelt: 49,00 € / ermäßigt: 31,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke bzw. Isomatte

3776K2 | Heepen
Simone Holder

Mo, 09.04.18 bis Mo, 02.07.18
20:00 - 21:30 Uhr | 12 Termine

Hallenbad Heepen, Gymnastikraum,
Schlauden 11

Entgelt: 83,00 € / ermäßigt: 52,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke bzw. Isomatte

3778K2 | Heepen
Simone Holder

Mo, 09.04.18 bis Mo, 02.07.18
18:15 - 19:45 Uhr | 12 Termine
Hallenbad Heepen, Gymnastikraum,
Schlauden 11

Entgelt: 83,00 € / ermäßigt: 52,00 €

Yoga

Fortführungskurs für Frauen

In der hier ausgewählten Richtung des Hatha-Yoga wird durch Atem-, Entspannungs- und Körperübungen, die in jedem Lebensalter ausführbar sind, eine Technik gelehrt, die es ermöglicht, Körper und Geist zu kontrollieren und gesund zu halten. Yoga-Übungen eignen sich zur Vorbeugung und Linderung von Rückenbeschwerden, Erschöpfung, Verdauungsstörungen und vielem anderen.

bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Decke bzw. Isomatte, Sitzkissen (falls vorhanden)

♀ 3790K2F | Heepen
Marina Pielsticker

Mo, 05.02.18 bis Mo, 19.03.18
19:30 - 21:00 Uhr | 7 Termine
Gudrun Stettler Krankengymnastik-Praxis
Alter Postweg 36

Entgelt: 58,00 € / ermäßigt: 36,00 €

Fortführungskurs für Frauen

bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Decke bzw. Isomatte, Sitzkissen (falls vorhanden)

♀ 3791K2F | Heepen
Marina Pielsticker

Mo, 09.04.18 bis Mo, 02.07.18
19:30 - 21:00 Uhr | 12 Termine
Gudrun Stettler Krankengymnastik-Praxis
Alter Postweg 36

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 62,00 €

Autogenes Training

Autogenes Training ist eine Methode der Selbstentspannung, die von J. H. Schultz begründet wurde. Überanspannungen und Verkrampfungen im Alltag (negativer Stress) machen auf Dauer krank. Sie können jedoch mit dem Autogenen Training lernen, willentlich und gezielt Entspannungsimpulse zu senden.

bequeme Kleidung, dicke Socken und Decke

3859K2 | Heepen
Barbara Kühn

Di, 30.01.18 bis Di, 20.03.18
19:00 - 20:30 Uhr | 8 Termine
Alte Vogtei, Lübrassen-Raum,
Heeper Str. 442, 33719 Bielefeld

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 23,00 €

0

Information

1

Gesellschaft und Politik

2

Kultur, Kunst und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache

Fremdsprachen

Englisch A1, 2. Semester - Englisch lernen mit Erfolg für Einsteiger*

Intensivkurs in kleiner Kursgruppe

Sie haben minimale Englischkenntnisse, merken aber jetzt, dass in Alltag und Beruf ohne Englisch „nichts mehr geht“ und Sie gerne fit in der englischen Sprache wären? Mit diesem Kursangebot in bewusst kleiner Kursgruppe unter erfahrener Kursleitung können Sie intensiv und mit Spaß durchstarten. Der Schwerpunkt dieses Angebots auf Niveau A1 mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. auch aus dem 1. Semester, liegt auf dem mündlichen Ausdruck: Sie sprechen Englisch von Anfang an und trainieren die englische Sprache in konkreten Situationen aktiv und erfolgreich einzusetzen. Das verwendete Lehr- und Arbeitsbuch hilft Ihnen, nützliche Redewendungen kompakt im Überblick zu behalten und Inhalte zu vertiefen. So werden Sie sich bald über erste Erfolge freuen können.

 **Lehrbuch: GREAT! A1 - Englisch für Erwachsene, ISBN 978-3125014800**

4042K2 | Heepen
Matthias Bärenfänger

Do, 08.03.18 bis Do, 28.06.18
18:30 - 20:00 Uhr | 12 Termine
Freizeitzentrum Baumheide, Raum 102
Rabenhof 76

Entgelt: 106,00 € / ermäßigt: 57,00 €

Englisch A1, 1. Semester - Englisch lernen mit Erfolg für Einsteiger

Intensiver Lernen in der Kleingruppe

Sie möchten Englisch lernen, aber mit Spaß und Leichtigkeit? Unser Englischkurs für Anfänger in bewusst kleiner Kursgruppe setzt keine Vorkenntnisse voraus und orientiert sich am modernen kommunikativen Ansatz. Sie werden von Anfang an in die Lage versetzt, durch vielfältige Interaktions- u. Übungsformen aktiv Ihre erworbenen Kenntnisse einzusetzen und erwerben damit zielgerichtet das sprachliche „Rüstzeug“ um Ihr Englisch in konkreten Situationen erfolgreich anwenden zu können. Ganz nebenbei erhalten Sie viele Einblicke in die englischsprachige Welt.

 **Lehrbuch: GREAT! A1 - Englisch für Erwachsene, ISBN 978-3125014800**

4046K2 | Heepen
N.N.

Do, 08.03.18 bis Do, 28.06.18
18:00 - 19:30 Uhr | 12 Termine
Gymnasium Heepen, Raum 024
Alter Postweg 37
33719 Bielefeld


Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Englisch A1, 3. Semester - Englisch lernen mit Erfolg für Einsteiger

Intensiver Lernen in der Kleingruppe

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. und 2. Semester, die mit Spaß und Leich-

tigkeit das sprachliche „Rüstzeug“ erwerben möchten, um ihr Englisch gleich in konkreten grundlegenden Situationen erfolgreich anwenden zu können.

 **Lehrbuch: GREAT! A1 - Englisch für Erwachsene, ab ca. Kap. 7; ISBN 978-3125014800**

4047K2 | Heepen
Verena Dröge

Di, 27.02.18 bis Di, 12.06.18
17:00 - 18:30 Uhr | 12 Termine
Gymnasium Heepen, Raum 024
Alter Postweg 37
33719 Bielefeld

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Englisch A1, 4. Semester - Englisch lernen mit Erfolg für Einsteiger*

Intensiver Lernen in der Kleingruppe

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. - 3. Semester, die mit Spaß und Leichtigkeit das sprachliche „Rüstzeug“ erwerben möchten, um ihr Englisch gleich in konkreten grundlegenden Situationen erfolgreich anwenden zu können.

 **Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.**

4049K2 | Heepen
Verena Dröge

Di, 27.02.18 bis Di, 12.06.18
18:45 - 20:15 Uhr | 12 Termine
Gymnasium Heepen, Raum 024
Alter Postweg 37
33719 Bielefeld

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Englisch lernen leicht gemacht in Brake für Anfänger, Niveau A1, 1. Semester*

Kleingruppenkurs, auch für ältere Erwachsene

Der Kurs wendet sich gezielt an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse, die mit einer erfahrenen Kursleitung Englisch in netter Kursrunde in kleinen Schritten als erste Fremdsprache lernen möchten. Das Kursbuch „Easy English“ bietet besonders überschaubare Lerneinheiten und viele Vertiefungsübungen, so werden Sie sich schon bald über erste Lernerfolge freuen können.

 **Lehrbuch: Easy English A1.1, ISBN-13: 978-3065208055**

4061K2 | Heepen
Petra Herboth

Mo, 26.02.18 bis Mo, 04.06.18
16:30 - 18:00 Uhr | 12 Termine
Gemeinschaftshaus Brake, Schulungsraum,
2. Stock, Braker Str. 109, 33729 Bielefeld

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Englisch lernen leicht gemacht in Brake, Niveau A1, 4. Semester*

Kleingruppenkurs, auch für ältere Erwachsene

Der Kurs wendet sich gezielt an Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stu-

fe A1, 1. - 3. Semester, die Englisch in kleinen Schritten als erste Fremdsprache lernen möchten. Das Kursbuch „Easy English“ bietet besonders überschaubare Lerneinheiten und viele Vertiefungsübungen, so werden Sie sich schon bald über erste Lernerfolge freuen können.

 **Lehrbuch: Easy English A1.2., ab ca. Kapitel 6; ISBN-13: 978-3065208079**

4062K2 | Heepen
Petra Herboth

Mo, 26.02.18 bis Mo, 04.06.18
18:00 - 19:30 Uhr | 12 Termine
Gemeinschaftshaus Brake, Schulungsraum,
2. Stock, Braker Str. 109, 33729 Bielefeld

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Endlich Englisch Sprechen - Let's start talking - Basic English conversation class*

Kleingruppenkurs

Sie haben Grundkenntnisse des Englischen auf Niveau A2, doch Ihnen kommt es nun vor allem darauf an, Ihr Englisch konkret anzuwenden und noch mehr Sicherheit beim Sprechen zu gewinnen? Dann ist diese Basic Conversation Class genau richtig für Sie! In diesem Kurs erwartet Sie ein bunter Mix aus verschiedensten Themenbereichen aus Alltag, Reise, Small Talk und Themen allgemeinen Interesses. Durch vielfältige und unterhaltsame Sprechimpulse und Sprachspiele erwerben und festigen Sie themenbezogen hilfreiche Redemittel sowie Strategien, um ihre Sprechabsichten erfolgreich und authentisch umzusetzen. Freies, ungezwungenes Sprechen von Anfang an steht im Vordergrund dieses Kursangebots. Ganz nebenbei wird die zugrundeliegende Grammatik kommunikativ und mit Spaß wiederholt und ihr Wortschatz gut portioniert erweitert. Have fun with your English!

 **Let's talk now A2, ISBN 978-312-6055550**

4071K2 | Heepen
Matthias Bärenfänger

Do, 08.03.18 bis Do, 14.06.18
17:00 - 18:30 Uhr | 10 Termine
Freizeitzentrum Baumheide, Raum 102
Rabenhof 76

Entgelt: 82,00 € / ermäßigt: 45,00 €

Englisch B1, 2. Semester*

Der Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1, A2 und B1, 1. Semester.

 **Lehrbuch: Headway English B1 ab ca. Kap. 4; ISBN 978-0194741392**

4075K2 | Heepen
Olga Diekmann


Di, 06.03.18 bis Di, 10.07.18
17:15 - 18:45 Uhr | 15 Termine
Gymnasium Heepen, Raum 025,
Alter Postweg 37, 33719 Bielefeld

Entgelt: 78,00 € / ermäßigt: 39,00 €

Englisch intensiv auffrischen & Sprechen trainieren A2-B1 in den Osterferien*

Kompaktkurs in kleiner Kursgruppe

Sie haben früher einmal Englisch gelernt, doch die Kenntnisse sind irgendwie „verschüttet“ und Sie trauen sich nicht wirklich, in Situationen des Alltags, Urlaubs etc. auch einmal Englisch zu sprechen? Dann ist dieser an 8 Vormittagen stattfindende intensive Kompaktkurs in den Osterferien genau richtig für Sie: Mit Spaß und in angenehm kleiner Kursgruppe werden gemeinsam wesentliche Strukturen des Englischen wiederholt, relevanter Wortschatz in verschiedensten Aktivitäten gezielt ausgebaut bzw. in verschiedensten sprachlichen Situationen umgesetzt, um mehr Spontaneität und Flüssigkeit im Sprechen zu entwickeln. Um bestmöglich profitieren zu können, ist dieses Format für die Teilnehmenden so gestaltet, dass besondere Schwerpunkte und Themen gemeinsam in der Kursgruppe festgelegt und deshalb freie Materialien zugrundegelegt werden. Have fun with your English!

 **Es wird mit freien, speziell auf die Gruppe zugeschnittenen Materialien gearbeitet. Die Kosten hierfür werden per Umlage erhoben.**

4098K2 | Heepen
Verena Dröge

Mi, 28.03.18 bis Fr, 06.04.18
10:00 - 12:45 Uhr | 8 Termine
Alte Vogtei, Meyer-zu-Heepen-Raum
Heeper Str. 442
33719 Bielefeld

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Take it easy: Englisch entspannt üben u. vertiefen, B1, 1.Semester*

Sie haben bereits leicht fortgeschrittene Kenntnisse im Englischen und möchten diese gerne in kleiner Kursrunde ganz entspannt reaktivieren, festigen oder weiter ausbauen? In diesem Kurs wiederholen Sie grundlegende Grammatik sowie Wortschatz, und erhalten zunehmend Sicherheit in der sprachlichen Anwendung, so dass Sie sich mehr und mehr auf Englisch verständigen können. Der Kurs unter fachkundiger Leitung und mit modernem Kurslehrwerk ist kommunikativ ausgerichtet, alle wichtigen sprachlichen Situationen werden thematisiert und gezielt geübt. Selbstverständlich können Schwerpunkte in Absprache mit den Teilnehmenden gesetzt werden. Have fun with your English!

 **Lehrbuch: Easy English B1.1.**
ISBN 978-3065208192

4102K2 | Heepen
Petra Herboth

Di, 27.02.18 bis Di, 12.06.18
17:00 - 18:30 Uhr | 12 Termine
Gemeinschaftshaus Brake, Schulungsraum,
2. Stock, Braker Str. 109, 33729 Bielefeld

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Spanisch A1, 1.Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

 **Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A1, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 9783464204887, ab Kap. 1**

4717K2 | Heepen
Angela Violeta Carpio Cansaya

Di, 20.02.18 bis Di, 26.06.18
20:20 - 21:50 Uhr | 15 Termine
Gemeinschaftshaus Brake, Schulungsraum,
2. Stock, Braker Str. 109, 33729 Bielefeld

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Spanisch A1, 2. Semester

Intensiv lernen im Kleingruppenkurs

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.

 **Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A1, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 9783464204887, ab ca. Kap. 4**

4724K2 | Heepen
Angela Violeta Carpio Cansaya

Di, 20.02.18 bis Di, 26.06.18
18:45 - 20:15 Uhr | 15 Termine
Gemeinschaftshaus Brake, Schulungsraum,
2. Stock, Braker Str. 109, 33729 Bielefeld

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Spanisch A1, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-2. Semester.

 **Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A1, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 9783464204887, ab ca. Kap. 8**


4729K2 | Heepen
Evelyn Guzmán Jiménez

Di, 20.02.18 bis Di, 26.06.18
17:25 - 18:55 Uhr | 15 Termine
Gymnasium Heepen, Raum 020,
Alter Postweg 37

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Spanisch A2, 4. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1 und A2, 1.-3. Semester.

 **Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A2, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 978-3-464-20489-4, ab ca. Kap. 10**

4770K2 | Heepen
Evelyn Guzmán Jiménez

Di, 20.02.18 bis Di, 26.06.18
19:00 - 20:30 Uhr | 15 Termine
Gymnasium Heepen, Raum 020,
Alter Postweg 37

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €



0

Information

Einfach per Post absenden (**VHS-Bielefeld, 33597 Bielefeld**) oder bei der VHS abgeben. Liegt uns bereits Ihr SEPA-Mandat zum Lastschrifteinzug vor, können Sie uns Ihre Anmeldung auch faxen (**0521. 51 - 3431**) oder per E-Mail senden. (**volkshochschule@bielefeld.de**) Auf www.vhs-bielefeld.de erhalten Sie diesen Katalog als PDF. In dem PDF können Sie alle Formulare auch bequem am Bildschirm ausfüllen.

Name:

Vorname:

Straße, H.-Nr.:

PLZ, Ort:

1

Gesellschaft und Politik

Um Ihnen zeitnah aktuelle Hinweise und mögliche Änderungen zu Ihrem Kurs übermitteln zu können, geben Sie bitte folgende Daten an:

Tel.:

Mobil:

E-Mail:

Zusatzangaben:

weiblich

männlich

Geburtsdatum:

2

Kultur, Kunst und Gestalten

Ich melde mich hiermit verbindlich für folgenden Kurs an:

Kursnummer:

Teilnehmerentgelt:

Kurstitel:

Kursbeginn:

Unterschrift Teilnehmer:

Bei einem Sprachkurs: Bitte die Beratungspflicht beachten!

Wurden Sie bereits beraten?:

ja

nein

3

Gesundheit

Ein Rücktritt von der Anmeldung ist spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn und grundsätzlich schriftlich zu erklären. Die im VHS-Programm / im Internet aufgeführten AGB der VHS habe ich zur Kenntnis genommen.

Mit der Übermittlung von Newslettern mit Infomaterial zu Angeboten der VHS an meine E-Mail- Adresse bin ich einverstanden.

Ermäßigungen

Ich bin BAföG Empfänger/in, besitze den Bielefeld-Pass oder bin persönlich von der Rundfunkgebühr befreit (bitte den gültigen Nachweis in Kopie beifügen).

5

Arbeitswelt und Beruf

Zahlen Sie Ihre VHS-Kurse bequem per Lastschrift

Ab dem 01. Februar 2014 gelten neue Regeln im Zahlungsverkehr mit dem Euro. Grund ist der SEPA-Standard, der den europäischen Zahlungsverkehr vereinheitlicht. SEPA ist die Abkürzung für „Single Euro Payments Area“, den einheitlichen Euro-Zahlungsverkehrsraum. Betroffen sind Überweisungen und Lastschriften. Wenn Sie als VHS-Teilnehmerin und VHS-Teilnehmer weiterhin Ihre Kursgebühr per Lastschriftverfahren einziehen lassen, bitten wir Sie, uns ein sogenanntes SEPA-Mandat zu erteilen (eine unterschriebene Ermächtigung zum Einzug der Kursgebühr im SEPA-Lastschriftverfahren). Mit dem SEPA-Mandat ermächtigen Sie uns – bis auf Widerruf – Ihre zu entrichtenden Kursgebühren bei Ihrer Bank zum Fälligkeitstermin einzuziehen.

Wichtig:

Das SEPA-Mandat gilt für alle von Ihnen gebuchten VHS-Kurse. Nach 3 Jahren ohne Kursbuchung verfällt das SEPA-Mandat automatisch. **Auf der Rückseite dieser Anmeldekarte finden Sie den Vordruck für das SEPA-Mandat.** Bitte füllen Sie diese Anmeldung und das rückseitige Formular aus und senden Sie uns das Original per Post zurück.

Datenschutzrechtlicher Hinweis:

Die personenbezogenen Daten werden zur Kursabwicklung elektronisch gespeichert und nach 5 Jahren gelöscht, wenn in diesem Zeitraum kein weiterer Kurs besucht wird.

Stand:06.2014

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache

Volkshochschule Bielefeld | Gläubigeridentifikationsnummer: DE 192 0000 0000 17669
 Stadt Bielefeld | Volkshochschule | 33597 Bielefeld

Bitte alle Felder ausfüllen und unterschreiben!

Name:
Vorname:
Straße, H.-Nr.:
PLZ, Ort:
Mandatsreferenz (Vertrag / Kassenzeichen) (wird von der VHS ausgefüllt)

Geldinstitut:
IBAN:
BIC:

Dieses Mandat gilt für wiederkehrende Zahlungen zur oben genannten Mandatsreferenz (VHS-Kurse).

Bitte nur ausfüllen, wenn der Kursteilnehmer nicht der Kontoinhaber ist (zb. wenn Sie einen Kurs verschenken möchten):

Name:
Vorname:
Straße, H.-Nr.:
PLZ, Ort:

Ich ermächtige hiermit die Stadtkasse Bielefeld Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Stadtkasse Bielefeld auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die dabei mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Ort:	Unterschrift
Datum:	

0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Aufgrund des § 41, Abs. 1, Satz 2, Buchst. i der Gemeindeordnung für das Land Nordrhein-Westfalen in der Fassung der Bekanntmachung v. 14.07.1994 (GV.NRW.S.666), zuletzt geändert durch Gesetz vom 29.04.2003 (GV.NRW.S.254), hat der Rat der Stadt Bielefeld in seiner Sitzung am 15.07.2004, zuletzt geändert in seiner Sitzung am 22.6.2006 folgende Entgeltordnung für die Volkshochschule (VHS) Bielefeld beschlossen:

§ 1 Privatrechtliche Entgelte

Für die Teilnahme an Veranstaltungen der VHS sind privatrechtliche Entgelte nach Maßgabe dieser Entgeltordnung zu zahlen.

§ 2 Höhe der Entgelte

- Entgelte für VHS-Veranstaltungen sind grundsätzlich kostendeckend zu erheben. Dazu sind alle veranstaltungsbezogenen Kosten in das Entgelt einzukalkulieren. Zusätzlich wird eine Verwaltungskostenpauschale in Höhe von 10 % der veranstaltungsbezogenen Kosten in das Gesamtentgelt einkalkuliert. Die Gesamtentgelte werden auf volle € aufgerundet.
- Die VHS-Direktorin kann für einzelne Veranstaltungen oder Veranstaltungsgruppen abweichende Entgelte festlegen. Diese abweichenden Entgelte sind aus dem Programmheft zu entnehmen.
- Bei einem späteren Kurseintritt wird das Entgelt anteilig fällig, soweit bereits mindestens 20 % des Angebotes durchgeführt wurde.

§ 3 Entgeltfreie und nicht kostendeckende Veranstaltungen

- Sozialverpflichtete Angebote, insbesondere im Bereich Alphabetisierung und Integration werden entgeltfrei oder nicht kostendeckend angeboten.
- Die VHS-Direktorin kann für Veranstaltungen von besonderem öffentlichen Interesse (z.B. Kooperationsveranstaltungen mit den Auslandsgesellschaften) ebenfalls eine Entgeltfreiheit oder Entgeltminderung festlegen.

§ 4 Studienfahrten und -reisen

- Für Studienfahrten und -reisen wird die Höhe der Teilnehmerkosten entsprechend der Gesamtkostenkalkulation festgelegt.
- Für diese Veranstaltungen gelten die besonderen Teilnahmebedingungen, die den Teilnehmern jeweils vor der Anmeldung bekannt gegeben werden.
- Bei Studienfahrten und -reisen werden Ermäßigungen nicht gewährt.

§ 5 Ermäßigungen

- Inhaber des Bielefeld-Passes, Studenten mit Bafög sowie Personen, die aus sozialen Gründen von der Rundfunkgebühr befreit sind, erhalten auf die gemäß §§ 2 und 3 zu entrichtenden Entgelte eine Ermäßigung von 50 %. Entgeltbestandteile für Sachaufwendungen und Materialien sind nicht ermäßigungsfähig.

- Die VHS-Direktorin kann für bestimmte Teilnehmer- oder Kursgruppen die vorstehenden Ermäßigungsregelungen ändern und bestimmte Kurse oder Kursgruppen von den Ermäßigungsregelungen ausschließen.
- Eine Ermäßigung kann nur bei der Anmeldung gewährt werden. Dabei sind die Ermäßigungsgründe durch entsprechende Bescheinigungen nachzuweisen. Die ermäßigten Beträge werden auf volle € aufgerundet.

§ 6 Zahlungspflicht, Fälligkeit

- Das Entgelt wird mit der Anmeldung fällig. Bei Studienreisen gelten abweichende Fälligkeiten, die den besonderen Teilnahmebedingungen (§5) zu entnehmen sind.
- Bei Entgelten, die den Betrag von 200,00 € für einen Kurs übersteigen, ist Ratenzahlung grundsätzlich möglich. Einzelheiten ergeben sich aus dem aktuellen Programmheft.

§ 7 Rücktritt und Erstattung des Entgelts

- Ein Rücktritt von der Teilnahme mit Erstattung des Entgelts ist nur bis zwei Wochen vor Kursbeginn möglich. Bei Veranstaltungen nach dem AwbG beträgt die Rücktrittsfrist drei Wochen.
Die Rücktrittsfristen für Studienreisen ergeben sich aus den besonderen Teilnahmebedingungen (vgl. § 4).
- Ein Rücktritt mit Erstattung des Entgeltes aus vom Teilnehmer nicht zu vertretenden Gründen ist bis zum Kursbeginn möglich. In diesen Fällen wird eine Stornogebühr in Höhe von 7,50 Euro fällig, der Betrag wird von dem dem Teilnehmer zu erstattenden Kursentgelt einbehalten.
- Das Teilnehmerentgelt wird voll erstattet, wenn eine angekündigte Veranstaltung abgesagt wird, durch eine Verlegung des ständigen Termins ein Teilnehmer die Veranstaltung nicht mehr besuchen kann, die Teilnahmeberechtigung wegen Überbelegung des Kurses widerrufen wurde.
- Das Teilnehmerentgelt wird anteilig erstattet, wenn
 - mindestens ein Fünftel der vorgesehenen Veranstaltungsabschnitte ausfällt,
 - ein Teilnehmer aus von ihm nicht zu vertretenden Gründen an der Veranstaltung nicht weiter teilnehmen kann, die VHS über die Unmöglichkeit der Teilnahme unverzüglich informiert wurde und noch nicht mehr als die Hälfte der Veranstaltung durchgeführt wurde.

In diesen Fällen wird neben dem anteiligen Teilnehmerentgelt eine Stornogebühr in Höhe von 7,50 € fällig.

- Bei Ausschluss eines Teilnehmers von der Teilnahme wegen fortwährender Störungen besteht kein Anspruch auf Erstattung.

§ 8 Aufrechnung

Eine Aufrechnung von Erstattungsbeträgen gegen die zu zahlenden Entgelte ist ausgeschlossen.

§ 9 Inkrafttreten

Die geänderte Entgeltordnung tritt mit Beschlussfassung des Rates der Stadt Bielefeld in Kraft. Zugleich tritt die bis dahin geltende Entgeltordnung für die Volkshochschule der Stadt Bielefeld vom 01.08.2004 außer Kraft.

WIDERRUFSBELEHRUNG

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsabschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i.V.m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB i.V.m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Der Widerruf ist zu richten an:

Volkshochschule Bielefeld
Ravensberger Park 1
33607 Bielefeld
Fax: 0521 51 3431
volkshochschule@bielefeld.de
www.vhs-bielefeld.de

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung.

Allgemeines

Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule Bielefeld auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden.

Prüfungen der Cambridge ESOL sind keine Veranstaltungen derVHS. Ebenso Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen. Insoweit tritt dieVHS nur als Vermittler auf.

Anmeldung

Wer kann sich anmelden?

Jeder, der mindestens das 16. Lebensjahr vollendet hat. Ausnahmen sind im Programm besonders benannt. In diesem Fall ist die Unterschrift eines Elternteils erforderlich.

Wie melde ich mich an?

Per Post, Fax, E-Mail, Telefon oder persönlich in derVHS. Benutzen Sie bitte die Anmeldekarte auf der vorletzten Seite. Anmeldevordrucke per E-Mail finden Sie unter:

www.vhs-bielefeld.de

Sie können sich auch direkt im Internet über www.vhs-bielefeld.de anmelden. Bitte beachten Sie, dass Sie nach erfolgreicher Anmeldung sofort eine Bestätigung über die Anmeldung erhalten. Sollten Sie diese Rückmeldung nicht erhalten, setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung.

Es können nur vollständig ausgefüllte Anmeldungen berücksichtigt werden.

Sie können sich bei einigen Kursen auch über eine Weitermeldeliste für den Folgekurs durch Ihre Unterschrift und Bestätigung verbindlich anmelden. Diese Liste wird zum Ende des Kurses vom Kursleiter vorgelegt. Für Einzelveranstaltungen (z. B. Vorträge) ist eine Anmeldung nicht erforderlich. Ausnahmen sind im Programmheft gekennzeichnet.

Kurse mit Beratungspflicht

Bei beratungspflichtigen Kursen wenden Sie sich bitte vor Ihrer Anmeldung an die im Programmheft genannten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Wann kann ich am gewählten Kurs teilnehmen?

Sie melden sich wie oben beschrieben verbindlich zu dem ausgewählten Kurs an und können dann teilnehmen.

Falls der Kurs ausfällt oder sich Änderungen gegenüber dem Programmheft ergeben, informieren wir Sie vor Beginn der Veranstaltung über die von Ihnen genannte Mail-Adresse. Liegt uns diese nicht vor, rufen wir Sie an oder schreiben Ihnen.

Wer ist der Veranstalter bei Studienreisen und Exkursionen?

Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der Volkshochschule Bielefeld. Insoweit tritt die Volkshochschule nur als Vermittler auf.

Habe ich ein Rücktrittsrecht?

Ein Rücktritt von der Anmeldung ist bis spätestens 2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn und grundsätzlich **schriftlich** zu erklären.

Bei **Bildungsurlauben** beträgt die Rücktrittsfrist 3 Wochen. Ein Rücktritt von der Anmeldung zu einer Prüfung ist nur bis zum Anmeldeschluss möglich. Nach Ablauf der vorgenannten Fristen besteht bei Rücktritt die Pflicht zur Zahlung des Teilnehmerentgeltes.

Für **Studienreisen** gelten besondere Teilnahmebedingungen, die den Teilnehmern jeweils vor der Anmeldung bekannt gegeben werden.

Bei Sprach- und sonstigen **Prüfungen** beachten Sie bitte auch die im Programmheft aufgeführten Bedingungen.

Ein **Nichterscheinen** zu den Terminen gilt nicht als Abmeldung. Näheres entnehmen Sie bitte der Entgeltordnung oder fragen Sie uns. Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird durch diese Regelung nicht berührt.

Widerrufsbelehrung

Haben Sie sich zu dem Kurs/ der Veranstaltung per Internet, Fax, E-Mail oder Telefon (Fernabsatzgeschäft) angemeldet, informieren wir Sie gesondert mit der gesetzlich vorgeschriebenen Widerrufsbelehrung über Ihr Recht, diese vorgenommene Anmeldung zu widerrufen. Die Widerrufsbelehrung finden Sie auch im Programmheft nach dem Text der Entgeltordnung.

Im falschen Kurs?

Sie stellen während eines Kurses fest, dass der von Ihnen gewählte Kurs nicht Ihren Erwartungen oder Befähigungen entspricht. Bitte sprechen Sie frühzeitig Ihre Kursleiterin, Ihren Kursleiter oder die jeweilige Fachbereichsleitung an. Wir beraten Sie gerne.

Wie kann ich bezahlen?

Sie zahlen durch Erteilung eines SEPA-Mandats für dieVHS. Wir ziehen das Teilnehmerentgelt dann für Sie bequem und unproblematisch eine Woche nach Kursbeginn von Ihrem Girokonto ein. Im Einzelfall ist auch eine Barzahlung möglich. Bei kostenpflichtigen Einzelveranstaltungen wird das Teilnehmerentgelt zu Beginn der Veranstaltung in bar erhoben.

Ist Ratenzahlung möglich?

Grundsätzlich ist eine Ratenzahlung ab einem Kursentgelt von mehr als 200,00 € und einer Veranstaltungsdauer von mindestens acht Wochen möglich. Bitte sprechen Sie uns an.

Prüfungsentgelte:

Die Höhe der Prüfungsentgelte teilen wir Ihnen auf Anfrage gerne mit.

Für den Bereich Sprachen:

Tel.: 0521. 51- 6810

Für den Bereich Berufliche Weiterbildung:

Tel.: 0521. 51- 2440

Bei Durchführung einer Prüfung außerhalb Bielefelds gelten die jeweils örtlichen Entgelt und Prüfungsbedingungen.

Wer bekommt eine Ermäßigung?

Ermäßigungen erhalten:

- Bezieherinnen und Bezieher von BAföG.
- Besitzerinnen und Besitzer des Bielefeld-Passes, oder eines sonstigen Sozialpas-

ses, dessen Inhalte dem Bielefeld-Pass entsprechen.

- Personen, die aus sozialen Gründen von der Rundfunkgebühr befreit sind

Angaben zu den ermäßigten Entgelten finden Sie bei den einzelnen Veranstaltungen.

Wie beantrage ich eine Ermäßigung?

Ermäßigungen müssen bei der Anmeldung beantragt werden.

Fügen Sie bitte der Anmeldung die entsprechenden gültigen Nachweise (siehe oben) bei.

Nachträgliche Ermäßigungen sind ausgeschlossen; eine spätere Erstattung von Gebühren ist nicht möglich.

Haben Sie eine Reklamation?

Sollten Sie Anlass zu einer Reklamation oder Beschwerde haben, informieren Sie uns bitte schriftlich oder telefonisch.

Änderungen/ Abweichungen zum Programmheft

Die Volkshochschule behält sich Änderungen der ausgewiesenen Veranstaltungsdaten (Termine, Teilnehmerentgelte, Veranstaltungsorte, Kursleiter, etc.) vor. Ansprüche gegen die Volkshochschule können daraus nicht abgeleitet werden. Im Übrigen gilt die Entgeltordnung der Volkshochschule. Diese finden Sie im Programmheft auf der Seite 166.

Schadensersatzansprüche

Schadensersatzansprüche der Teilnehmer oder Vertragsparteien gegen dieVHS Bielefeld sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit.

Haftung

Die Volkshochschule Bielefeld übernimmt keine Haftung bei Beschädigungen, Unglücksfällen, Verlusten, Verspätungen oder sonstigen Unregelmäßigkeiten.

Datenschutz

Hinweis nach § 4 Abs. 1 Teledienstschutzgesetz:

Die im Rahmen der Kontaktaufnahme oder der Teilnahme an einem Kurs/ Veranstaltung anfallenden personenbezogenen Daten werden von derVHS Bielefeld zum Zwecke der Vertragsdurchführung verarbeitet und genutzt.

Wenn Sie eine Anfrage stellen/ sich für einen Kurs/ Veranstaltung anmelden und dabei Angaben zu Ihrer Person machen, verwenden wir diese Daten nur, soweit es für die Durchführung der Geschäftsbeziehung erforderlich ist.

DerVHS Bielefeld ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Sie können dem jederzeit widersprechen.

0

Information

1

Gesellschaft und Politik

2

Kultur, Kunst und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache