

# Volkshochschule Marktbreit – Programm Frühjahr/Sommer 2020

## **Leitung: Sibylle Haenitsch-Weiß**

Programmorschläge richten Sie bitte direkt an Sibylle Haenitsch-Weiß,  
Telefon 09321 1271 oder per E-Mail [aw@weiss-haenitsch.de](mailto:aw@weiss-haenitsch.de).

**Anmeldungen** ab sofort in der Geschäftsstelle der vhs Kitzingen,  
Telefon: 09321 92994545, Fax: 09321 92994599,  
E-Mail: [vhs@stadt-kitzingen.de](mailto:vhs@stadt-kitzingen.de), Internet: [www.vhs.kitzingen.info](http://www.vhs.kitzingen.info)

Bei der Anmeldung (bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn) benötigen wir neben Ihren persönlichen Daten auch ein SEPA-Lastschriftmandat. Einen Vordruck finden Sie auf der letzten Seite in diesem Dokument.

**Hinweis:** Es gelten die Geschäftsbedingungen der Arbeitsgemeinschaft der Volkshochschulen im Landkreis Kitzingen ([www.vhs.kitzingen.info](http://www.vhs.kitzingen.info))

## **Kursangebote**

Kurs-Nr. 24111MA

### **Standard- und lateinamerikanische Tänze Grundkurs für Paare**

Der passende Tanzschritt für jeden Anlass! Zu aktueller und klassischer Tanzmusik lernen Sie unter anderem Discofox, Langsamen Walzer, Wiener Walzer, Tango, ChaChaCha und Rumba. Dieser Kurs richtet sich an Anfänger ohne Vorkenntnisse und auch an Wiedereinsteiger.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schuhe mit glatter Ledersohle  
Tanzschule BALLROOM Würzburg  
Mo, 09.03.20, 20.15 - 21.45 Uhr, 6-mal  
Lagerhaus Marktbreit, Adam-Fuchs-Straße  
80,00 EUR pro Person (keine Erm.), 12-40 TN

Kurs-Nr. 24113MA

### **Standard- und lateinamerikanische Tänze Aufbaukurs für Paare**

Sie haben bereits einen Anfänger-Kurs absolviert oder möchten nach einer Pause wieder einsteigen? Die Grundschrirte von Discofox, Walzer, Tango, ChaChaCha und Rumba beherrschen Sie noch. Dann ist dieser Kurs für Fortgeschrittene die richtige Wahl für Sie. Wir wiederholen die bereits gelernten Tänze und erweitern diese um tolle Figuren und Schrittkombinationen. Außerdem erlernen Sie neue Tanzstile wie z. B. Samba.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schuhe mit glatter Ledersohle  
Tanzschule BALLROOM Würzburg  
Mo, 04.05.20, 20.15 - 21.45 Uhr, 6-mal  
Lagerhaus Marktbreit, Adam-Fuchs-Straße  
80,00 EUR pro Person (keine Erm.), 12-40 TN

Kurs-Nr. 24351MA

### **Orientalischer Tanz**

#### **Ausdruckstanz für Anfängerinnen und Fortgeschrittene**

Mit Humor und Energie können Sie Ihre eigene Weiblichkeit, Sinnlichkeit, Beweglichkeit und Körperbeherrschung entfalten. Bauchtanz ist auch eine ideale Maßnahme gegen vielerlei gesundheitliche Beschwerden. Die Muskulatur wird gestärkt, Verspannungen gelockert und die Haltung verbessert.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schläppchen, Isomatte, ein Tuch für die Hüfte

Natascha Mann

Mo, 16.03.20, 19.00 - 20.30 Uhr, 5-mal

Künstlerhaus Marktbreit, Neuenbergstr. 26

55,00 EUR, 5-6 TN

Kurs-Nr. 25421MA

### **Zeichnen & Skizzieren**

Gemeinsam üben wir Gegenstände unsere Umgebung zu skizzieren und gekonnt in Szene zu setzen.

Die Fähigkeit des Visualisierens wird durch das skizzenhafte Zeichnen geschult und wir lernen, es für uns im Job oder in der Freizeit zu nutzen.

Bitte mitbringen: Papier, Bleistifte (unterschiedliche Härten)

Doreen Koch, Freischaffende Künstlerin

Mo, 16.03.20, 18.00 - 19.30 Uhr, 3-mal

Künstlerhaus Marktbreit, Neuenbergstr. 26

38,00 EUR (keine Erm.), 5-8 TN

### **Urban Sketching**

Sich einfach irgendwo hinsetzen und mit Stiften zeichnen, was einem gerade ins Auge fällt. Meist sind es Natur, Objekte oder Gebäude, die man draußen festhält. Wir üben Vorgehensweise, Darstellung unterschiedlicher Objekte und bringen die Schattenwirkung von Natur und Architektur auf Papier.

Unser Treffpunkt ist am Lagerhaus Marktbreit.

Bitte mitbringen: schwarzer Fineliner, Kugelschreiber, Bleistift, Skizzenbuch oder Zeichenblock

Doreen Koch, freischaffende Künstlerin

Kurs-Nr. 25425MA

Mo, 04.05.20, 18.00 - 19.30 Uhr, 3-mal

Lagerhaus Marktbreit, Adam-Fuchs-Straße

38,00 EUR (keine Erm.), 5-8 TN

Kurs-Nr. 25426MA

Mo, 06.07.20, 18.00 - 19.30 Uhr, 3-mal

Lagerhaus Marktbreit, Adam-Fuchs-Straße

38,00 EUR (keine Erm.), 5-8 TN

Kurs-Nr. 25428MA

### **Zeichnen**

#### **Für Kinder im Alter von 8-10 Jahren**

Ihr Kind zeichnet gern und will alles zu diesem Thema wissen? Wie zeichnet man etwas "richtig", wie ist die Vorgehensweise, was muss beachtet werden? Wir üben die Grundlagen des Zeichnens an praktischen Beispielen.

Bitte mitbringen: Papier, Bleistifte (unterschiedliche Härten)

Doreen Koch, Freischaffende Künstlerin

Fr, 19.06.20, 16.00 - 17.00 Uhr, 3-mal

Künstlerhaus Marktbreit, Neuenbergstr. 26

24,00 EUR (keine Erm.), 5-8 TN

Kurs-Nr. 25447MA

### **Hinterglasmalerei**

#### **Eine alte Technik neu belebt**

Durch das Malen direkt auf Glas leuchten die Farben besonders intensiv. Wir malen mit Acryl-, noch besser mit Plakafarben.

Bitte mitbringen: Glasscheiben oder Glas in alten Bilderrahmen (gleich mit Rahmen), Fotos mit schönen Motiven, Vorlagen, Zeitungsausschnitte etc., Acrylfarben und Pinsel. Farben und Pinsel können auch bei der Kursleiterin erworben werden.

Natascha Mann

Sa, 21.03.20, 14.00 - 18.00 Uhr, 1-mal

Künstlerhaus Marktbreit, Neuenbergstr. 26

33,00 EUR (keine Erm.), 5-6 TN

Kurs-Nr. 32131MA

### **PilATY**

PilATY besteht aus Elementen von Pilates, Autogenem Training und Yoga. Durch Pilates und Yoga werden die Muskulatur, die Beweglichkeit und der Bewegungsfluss sowie die Atmung gestärkt. Entspannung wird unter anderem mit Autogenem Training vertieft.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Isomatte, bequeme Kleidung, warme Socken, großes Handtuch, evtl. Decke

Roswitha Baumann

Mi, 04.03.20, 20.00 - 21.00 Uhr, 15-mal

Mittelschule Marktbreit, Zimmer E14

63,00 EUR, 9-10 TN

Kurs-Nr. 32345MA

### **YogaPilates**

YogaPilates besteht aus Übungen, die Yoga und Pilates kombinieren. Der Kurs ist für diejenigen, die von Pilates oder Yoga begeistert sind oder sich auf eine neue Art sportlich herausfordern wollen.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Isomatte, bequeme Kleidung, warme Socken, großes Handtuch

Roswitha Baumann

Mi, 04.03.20, 17.00 - 18.00 Uhr, 15-mal

Mittelschule Marktbreit, Zimmer E14

63,00 EUR, 9-10 TN

Kurs-Nr. 32726MA

### **Do In - Japanische Energieübungen**

Zum Auftanken und Regenerieren

In diesem außergewöhnlichen Seminar geht es erstmals nur um Sie und Ihre Energiebilanz. Sie lernen, wie Sie Ihre Energie bewahren (wie einen kostbaren Schatz) und darüber hinaus auch vermehren können! Sie erfahren und üben wirkungsvolle asiatische Techniken des Japanischen Do In (der Weg zur Gesundheit). Diese Übungen können gezielt den Energiefluss in den Meridianen und Organen stimulieren und wirksam unterschiedliche Beschwerden positiv verändern. Mit effektiven, dynamischen und stillen Übungen wird Distanz zum Alltag erzeugt, der Körper entspannt und der Geist zur Ruhe gebracht. So können Sie tiefe Erholung und sanfte Kraft schöpfen.

Bitte mitbringen: Isomatte, bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, Yogakissen (falls vorhanden)

Elfriede Mayer-Oppelt, Heilpraktikerin, Fastenleiterin

Di, 31.03.20, 28.04.20, 19.05.20 und 26.05.20, jeweils 19.00 - 20.30 Uhr, 4-mal

Mittelschule Marktbreit, Zimmer E14

46,00 EUR, 6-12 TN

Kurs-Nr. 33916MA

### **Waldbaden**

Mit allen Sinnen die Atmosphäre im Wald neu erleben, Entspannung finden  
Ankommen, loslassen, riechen, hören, fühlen, Alltag vergessen, auftanken, erholen...  
Bereits 2012 haben Wissenschaftler den gesundheitsfördernden Effekt des Aufenthaltes im Wald nachgewiesen. Zusammenfassend kann man sagen, dass ein Aufenthalt im Wald förderlich ist zur Senkung des Blutdrucks, zum Abbau von Stresshormonen, zur Linderung von Kopfschmerzen, zum Eindämmen von Entzündungsprozessen im Körper, sowie zur Stärkung des Immunsystems und damit auch zur Steigerung des Wohlbefindens.

Mit angeleiteten Wahrnehmungs- und Atemübungen werden Sie zu sich selbst finden. Nehmen Sie sich die Zeit, um Ihre Entspannung und Achtsamkeit zu trainieren. Ihr erster Schritt in den Wald wird ein Schritt in ein entspannteres, stressfreieres und gesünderes Leben sein.

Vom Treffpunkt aus fahren wir zum Gertholz Obernbreit.

Bitte mitbringen: der Witterung angepasste Kleidung, feste Schuhe, dünne Matte oder Sitzkissen, Getränk

Elfriede Mayer-Oppelt, Heilpraktikerin, Fastenleiterin

Fr, 15.05.20, 17.30 - 20.00 Uhr, 2-mal

Treffpunkt: Rathaus Obernbreit, Marktbreiter Str. 6

40,00 EUR, 6-10 TN

Kurs-Nr. 34153MA

### **Pilates - Körper und Geist stärken**

Für Büroangestellte ist es der richtige Ausgleich. Für Sportler eine hervorragende Ergänzung ihres Trainings. Junge Mütter glätten damit ihren Bauch nach der Schwangerschaft. Ältere Menschen kräftigen so ihren Körper - zur Gesundheitsvorsorge wie zur Rehabilitation.

Pilates eignet sich für nahezu alle, die sich und ihrem Körper etwas Gutes tun möchten. Der Atem fließt gleichmäßig, der Geist unterstützt jede Körperbewegung. Es werden gezielt die tiefen, stabilisierenden Muskeln, insbesondere des Rückens, trainiert. Die Muskulatur wird gekräftigt, gedehnt und geschmeidiger, die Haltung aufrechter, das Immunsystem und das Körperbewusstsein werden gestärkt.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, warme Socken, großes Handtuch, Decke/Matte  
Roswitha Baumann

Mi, 04.03.20, 19.00 - 20.00 Uhr, 15-mal

Mittelschule Marktbreit, Zimmer E14

63,00 EUR, 9-10 TN

Kurs-Nr. 34165MA

### **Faszien-Yoga & Faszien-Pilates**

#### **Ein sanftes Training**

Faszien umhüllen und durchziehen Muskeln, betten Organe und Nerven ein. Yoga, aber auch andere Trainingsmethoden wie z. B. Pilates haben schon immer Faszien erreicht - wie auch jegliche Bewegung. In diesem Kurs wird mit speziellen Übungen dieses Faszien-gewebe trainiert.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Isomatte, bequeme Sportkleidung, warme Socken, Decke  
Roswitha Baumann

Mi, 04.03.20, 18.00 - 19.00 Uhr, 15-mal

Mittelschule Marktbreit, Zimmer E14

63,00 EUR, 9-10 TN

Kurs-Nr. 35111MA

### **dancit® - by Christian Polanc**

#### **Das Tanzfitnessprogramm des TV-Startänzers**

100% Tanzen, 100% Workout, 100% Spaß.

Das neue Tanzfitnessprogramm von Let's Dance Profitänzer Christian Polanc verbindet einen Single-Tanzkurs mit Fitness-elementen und sorgt für gute Laune. Die Teilnahme an dancit® ist unabhängig von Alter und Fitnesslevel für jeden geeignet, der Spaß am Tanzen und an Bewegung hat.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Turnschuhe, Handtuch, Getränk

Tanzschule BALLROOM Würzburg

Mo, 09.03.20, 19.00 - 19.45 Uhr, 12-mal

Lagerhaus Marktbreit, Adam-Fuchs-Straße

80,00 EUR (keine Erm.), 12-30 TN

### **Selbstverteidigung mit WingTsun**

#### **Für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren**

In diesem Kurs lernst Du durch geschulte Achtsamkeit ein Gefühl für potenzielle Gefahren zu entwickeln, diese gezielt zu vermeiden und zu deeskalieren. Beginnend mit dem Einsatz von Rhetorik, Mimik und Gestik lernst Du Grenzen zu setzen, diese zu bewachen und notfalls auch körperlich, mit Hilfe von Techniken, die unter Stress einfach anwendbar und wirkungsvoll sind, immer unter dem Aspekt der Notwehr, zu verteidigen. Im Kurs werden Dir Möglichkeiten aufgezeigt, wie Du Dich auf verbaler und körperlicher Ebene verteidigen kannst. Durch realitätsnahe Rollenspiele erfährst Du, was in Dir steckt und was Du in für Dich unangenehmen oder speziellen Situationen tun kannst.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Hallenschuhe

Julec Mann, Mentaltrainer, Coach, WingTsun-Lehrer

Kurs-Nr. 35511MA

Mi, 04.03.20, 20.00 - 21.30 Uhr, 5-mal

WingTsun-Schule Marktbreit, Neuenbergstr. 26

55,00 EUR (keine Erm.), 5-10 TN

Kurs-Nr. 35512MA

Do, 18.06.20, 20.00 - 21.30 Uhr, 5-mal

WingTsun-Schule Marktbreit, Neuenbergstr. 26

55,00 EUR (keine Erm.), 5-10 TN

## **Selbstverteidigung und Kampfkunst Für Teens im Alter von 12 bis 15 Jahren**

Schon mal Stress gehabt? In der Schule, beim Abhängen oder auf dem Heimweg? In diesem Spezialkurs lernst Du die Basics, die Du zur angemessenen Selbstverteidigung brauchst, wenn es mal brenzlig wird, Du bedrängt wirst, oder Andere (auch mit gemeinen Sprüchen) nerven.

Du lernst, Deine Sinne zu schärfen, ein Gefühl für potenzielle Gefahren zu entwickeln, diese gezielt zu vermeiden oder zu deeskalieren. Lerne, eine starke Körperhaltung einzunehmen, Deine Stimme, Mimik, Gestik, Hände und Füße einzusetzen, um Grenzen zu setzen, zu bewachen und notfalls auch körperlich, mit Hilfe von Techniken, die unter Stress einfach anwendbar und wirkungsvoll sind, zu verteidigen! Zudem kannst Du dich mal richtig auspowern und erfahren, was in Dir steckt! Cool oder?

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Hallenschuhe  
Julec Mann, Mentaltrainer, Coach, WingTsun-Lehrer

Kurs-Nr. 35541MA

Do, 05.03.20, 18.30 - 19.30 Uhr, 5-mal

WingTsun-Schule Marktbreit, Neuenbergstr. 26

49,00 EUR (keine Erm.), 5-10 TN

Kurs-Nr. 35542MA

Do, 18.06.20, 18.30 - 19.30 Uhr, 5-mal

WingTsun-Schule Marktbreit, Neuenbergstr. 26

49,00 EUR (keine Erm.), 5-10 TN

Kurs-Nr. 36311MA

### **Heilfasten - Die Buchinger-Methode**

Müde, schlapp, ausgepowert, fahle Haut - und vielleicht ein paar Pfunde zu viel? Dann ist die Fastenwoche genau das Richtige für Sie! Bei unseren gemeinsamen Treffen zum Gedankenaustausch, Bewegung und Meditation wollen wir mit Spaß "Ballast abwerfen". Neben Entschlackung und Entgiftung ist das Purzeln von Pfunden natürlich ein angenehmer Nebeneffekt. Fasten bedeutet schließlich nicht hungern, sondern "Ernährung von innen". Grundsätzlich kann jeder (gesunde) Mensch fasten. Wer regelmäßig Medikamente einnehmen muss, sollte vorher mit dem Arzt sprechen.

Wichtiger Hinweis: Der 1. Termin (= Infoabend) ist Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs!

Ein Informationsblatt ist im Büro der vhs-Geschäftsstelle erhältlich.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial, bequeme Kleidung, Matte/Wolldecke

Elfriede Mayer-Oppelt, Heilpraktikerin, Fastenleiterin

Do, 19.03.20, 19.00 - 21.00 Uhr, Infoabend

Mo, 23.03.20, 19.00 - 20.00 Uhr,

Di, 24.03.20, 19.00 - 20.30 Uhr

Mi, 25.03.20, 18.30 - 20.00 Uhr

und Fr, 27.03.20, 18.00 - 19.30 Uhr, 5-mal

Naturheilpraxis, Schwarzenberger Str. 5, Obernbreit

69,00 EUR inkl. Skript, 5-6 TN

Kurs-Nr. 36721MA

### **Spanische und mexikanische Leckereien**

Mit interessanten, erfrischenden und feurigen Gerichten holen wir uns den Geschmack Spaniens und Mexikos in unsere Küche. Hasta Luego.

Bitte mitbringen: Geschirrtücher, Spüllappen, Schürze, verschließbare Mehrwegdosen, Getränk

Alexandra Breucker

Fr, 27.03.20, 18.30 - 22.00 Uhr, 1-mal

Mittelschule Marktbreit, Schulküche

31,00 EUR inkl. Lebensmittelkosten, 7-9 TN

Kurs-Nr. 36722MA

### **Spanische und mexikanische Leckereien**

Mit interessanten, erfrischenden und feurigen Gerichten holen wir uns den Geschmack Spaniens und Mexikos in unsere Küche. Hasta Luego.

Bitte mitbringen: Geschirrtücher, Spüllappen, Schürze, verschließbare Mehrwegdosen, Getränk

Alexandra Breucker

Sa, 28.03.20, 10.00 - 13.30 Uhr, 1-mal

Mittelschule Marktbreit, Schulküche

31,00 EUR inkl. Lebensmittelkosten, 7-9 TN

Kurs-Nr. 37151MA

### **Homöopathische Haus- und Reiseapotheke**

#### **Was gehört hinein?**

Beim Wandern im Urlaub oder beim Joggen am Abend verletzten Sie sich, doch weder Arzt noch Apotheke sind für Sie greifbar? Ihr Kind bekommt am Wochenende eine Hals- oder Ohrenentzündung und für die Notaufnahme ist es noch zu früh? Sie wollen aber dennoch vor Montag beim Hausarzt der Erkrankung entgegenwirken?

Homöopathische Mittel können bei akuten Erkrankungen eine Alternative zur Entlastung des Gesundheitssystems darstellen und Heilungsprozesse unterstützen. Eine Reise- bzw. Hausapotheke kann dabei schnelle Soforthilfe bieten. Wir betrachten in diesem Kurs die Entstehungsgeschichte und Wirkungsweise der Homöopathie genauer und klären die Anwendung homöopathischer Mittel in Akutsituationen.

In der Gebühr ist ein Handout mit Vorschlägen für das individuelle Zusammenstellen einer homöopathischen Haus- und Reiseapotheke sowie einer Zusammenfassung der besprochenen Mittel enthalten.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Sylvia Schmidt, Heilpraktikerin für Klassische Homöopathie

Do, 26.03.20, 19.00 - 20.30 Uhr, 1-mal

Mehrzweckraum im Schlossgebäude Marktbreit (hint. Eing., 2. Stock)

15,00 EUR inkl. Skript, 6-14 TN

Kurs-Nr. 37152MA

### **Der weibliche Zyklus**

Können Menstruationsbeschwerden gelindert werden?

Bereits junge Mädchen leiden häufig unter Menstruationsbeschwerden wie Schmerzen, Bauchkrämpfen und Übelkeit und sind über Stunden bis Tage nicht fähig, den normalen Herausforderungen des Alltages nachzukommen. Oft werden Medikamente wie Schmerzmittel oder Hormonpräparate verordnet, mit deren Einnahme durch Ausbleiben der Regel meist auch die Schmerzen verschwinden. Dadurch konfrontieren sich junge Frauen jedoch neben den Nebenwirkungen der Präparate auch frühzeitig mit der Unterdrückung des weiblichen Zyklus.

Neben schulmedizinischen Medikamenten gibt es eine Reihe homöopathischer Mittel, die auf den weiblichen Zyklus positiv wirken können und alternativ oder begleitend eingesetzt werden können, um eine natürliche, möglichst schmerzarme Menstruation zu unterstützen. Sie erhalten einen Überblick über bewährte Mittel, zudem werden die Entstehungsgeschichte sowie die Wirkungsweise der Homöopathie vorgestellt.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Sylvia Schmidt, Heilpraktikerin für Klassische Homöopathie

Do, 23.04.20, 19.00 - 20.30 Uhr, 1-mal

Mehrzweckraum im Schlossgebäude Marktbreit (hint. Eing., 2. Stock)

10,00 EUR, 6-14 TN

Kurs-Nr. 37193MA

### **Jin Shin Jyutsu - Selbsthilfeabend "Strömen"**

Durch das Auflegen der Hände auf bestimmte Körperstellen können Blockaden gelöst und Selbstheilungskräfte aktiviert werden. Sie lernen an diesem Abend den kraftvollen Hauptzentralstrom sowie weitere Selbsthilfegriffe kennen, die Sie z.B. bei Kopf- und Rückenschmerzen oder Stresssymptomen für das tägliche Auftanken der Energie im Alltag anwenden können. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: warme Socken, bequeme Kleidung

Luise Zitzmann, Jin Shin Jyutsu-Praktikerin

Mo, 30.03.20, 18.30 - 20.30 Uhr, 1-mal

Praxis Schlesierstr. 33, 97340 Marktbreit

15,00 EUR, 5-6 TN

Kurs-Nr. 37195MA

### **Jin Shin Jyutsu - Selbsthilfeabend bei Rückenproblemen**

Wer kennt sie nicht: Rückenschmerzen und Verspannungen. Durch das Auflegen der Hände an bestimmte Körperstellen können diese Schmerzen gelindert werden. An diesem Abend lernen Sie den Blasenstrom, der den Rücken stärkt, sowie weitere Selbsthilfemöglichkeiten für zuhause kennen. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: warme Socken

Luise Zitzmann, Jin Shin Jyutsu-Praktikerin

Mo, 20.04.20, 18.30 - 20.30 Uhr, 1-mal

Praxis Schlesierstr. 33, 97340 Marktbreit

15,00 EUR, 5-6 TN

Kurs-Nr. 44212MA

### **Französisch für den Urlaub**

"Wenn einer eine Reise tut, dann kann er was erzählen" (Matthias Claudius).

Frankreich ist immer eine Reise wert. Für manch einen entsteht das Abenteuer, weil die Speisekarte ein Rätsel ist oder die Antwort auf die Frage nach dem Weg viel zu schnell gesprochen wird. Für andere entsteht das Abenteuer, weil die sprachlichen Basismittel, die wir uns im Kurs aneignen, uns den Weg zu den Herzen, zur Mentalität und zur wunderbaren französischen Küche unserer Gastgeber öffnen.

Falls Sie Interesse haben, können wir uns am letzten Abend zum gemeinsamen Kochen verabreden und einen besonderen Vorgeschmack auf Frankreich erleben. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Dr. Marlies Thein

Mi, 04.03.20, 20.00 - 21.00 Uhr, 10-mal

Mittelschule Marktbreit, Karl-Zimmermann-Str.

54,00 EUR bei 7 TN



Kurs-Nr. 44425MA

**Französisch B1**

Nachfolgekurs von 192-44421MA

Sie können sich bereits über die wichtigsten Themen des Alltags wie Essen und Trinken, Einkaufen sowie Hobbys unterhalten und können auch schon über Vergangenes und Zukünftiges sprechen. Auf der Niveaustufe B1 lernen Sie jetzt, wie man die Meinung des Anderen erfragt und seine eigene Position, seine Gefühle und Stimmungen beschreibt. Bald sind Sie in der Lage, Handlungen aber auch Charaktere und Verhalten von Personen detailliert zu beschreiben. Sie lernen nicht nur, wie man in typischen Gesprächssituationen zurechtkommt, sondern bekommen in lockerer Atmosphäre viele Einblicke in die Kultur unseres Nachbarlandes. Im Lauf des Kurses starten wir mit dem Niveau B2. Das neue Unterrichtsmaterial wird im Kurs festgelegt.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial, ab der 2. Stunde Lehr- und Arbeitsbuch On y va! B1, Lektion 8, ISBN 978-3-19-103354-5

Dr. Marlies Thein

Mi, 04.03.20, 18.30 - 19.45 Uhr, 15-mal

Mittelschule Marktbreit, Karl-Zimmermann-Str.

79,00 EUR bei 9 TN

Kurs-Nr. 44711MA

**Französisch C2 - Conversation**

Actualités, faits-divers, littérature, politique. Discutez en Français des sujets qui vous intéressent dans une ambiance détendue et agréable.

Material nach Absprache mit der Kursleiterin.

Anne Babik

Di, 10.03.20, 19.30 - 21.00 Uhr

Di, 21.04.20, 19.30 - 21.00 Uhr

Di, 12.05.20, 19.30 - 21.00 Uhr

Di, 16.06.20, 19.30 - 21.00 Uhr

und Di, 14.07.20, 19.30 - 21.00 Uhr, 5-mal

Mittelschule Marktbreit, Karl-Zimmermann-Str.

48,00 EUR bei 6TN

Volkshochschule Kitzingen  
Luitpoldbau | Hindenburgring Süd 3 | 97318 Kitzingen

### Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats (Rahmenmandat)

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE71ZZZ00000052720

Ihre Mandatsreferenznummer VHS \_ \_ \_ \_ \_ | \_ \_ \_ \_ \_ | (Eintrag durch die vhs)

Ihre Mandatsreferenznummer wird Ihnen mit der ersten Vorabankündigung zum tatsächlichen Lastschrifteinzug noch mitgeteilt.

### SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Stadt Kitzingen, Gläubiger-Identifikationsnummer: DE71ZZZ00000052720, für die Volkshochschule Kitzingen, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Stadt Kitzingen für die Volkshochschule Kitzingen 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 dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

---

\*Vorname und Name (Kontoinhaber)

---

\*Straße und Hausnummer

\*Postleitzahl und Ort

---

E-Mail-Adresse (falls vorhanden)

---

\*Kreditinstitut (Name)

BIC

---

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

---

\*Datum, Ort und Unterschrift des Kontoinhabers

(\* = Pflichtfelder)

Bitte zurücksenden an:

Volkshochschule Kitzingen  
Hindenburgring Süd 3  
97318 Kitzingen