

Volkshochschule Marktbreit – Programm Herbst/Winter 2020/2021

Leitung: Sibylle Haenitsch-Weiß

Programmorschläge richten Sie bitte direkt an Sibylle Haenitsch-Weiß,
Telefon 09332 1271 oder per E-Mail 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, Internet: 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)

Corona-Information: Bitte informieren Sie sich über aktuelle Bestimmungen und Beschränkungen auf unserer Webseite www.vhs.kitzingen.info.

Kursangebote

Kurs-Nr. H24111MA

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, 19.10.20, 20.15 - 21.45 Uhr, 6-mal

Lagerhaus Marktbreit, Adam-Fuchs-Straße

82,00 EUR pro Person (keine Erm.), 12-22 TN

Kurs-Nr. H24121MA

Discofox - Tanzkurs

Für Paare mit Vorkenntnissen

Der Allround-Tanz im 4/4-Takt ist heute weit mehr als nur ein "Volkstanz". Discofox ist einer der wandlungsfähigsten Tänze und auf so gut wie jede Musik tanzbar. Dieser Kurs richtet sich an Paare, die bereits erste Grundschritte beherrschen und Ihr tänzerisches Repertoire erweitern wollen. Vermittelt werden tolle Figuren, Variationsmöglichkeiten, sowie Stil und Tanztechnik für diesen beliebten Tanz.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schuhe mit glatter Ledersohle

Tanzschule BALLROOM Würzburg

Mo, 18.01.21, 20.15 - 21.45 Uhr, 3-mal

Lagerhaus Marktbreit, Adam-Fuchs-Straße

47,00 EUR pro Person (keine Erm.), 12-22 TN

Kurs-Nr. H25421MA

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, 09.11.20, 18.00 - 19.30 Uhr, 3-mal

Künstlerhaus Marktbreit, Neuenbergstr. 26

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

Kurs-Nr. H25425MA

Im Freien Zeichnen

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

Mo, 28.09.20, 17.00 - 18.30 Uhr, 3-mal

Lagerhaus Marktbreit, Adam-Fuchs-Straße

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

Kurs-Nr. H25428MA

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, 16.10.20, 16.00 - 17.00 Uhr, 3-mal

Künstlerhaus Marktbreit, Neuenbergstr. 26

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

Kurs-Nr. H32132MA

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, großes Handtuch, bequeme Kleidung, warme Socken

Roswitha Baumann

Mi, 30.09.20, 20.00 - 21.00 Uhr, 15-mal

Mittelschule Marktbreit, Zimmer E14

63,00 EUR, 9-10 TN

Kurs-Nr. H32342MA

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: bequeme Sportkleidung, großes Handtuch, warme Socken, Matte

Roswitha Baumann

Mi, 30.09.20, 17.00 - 18.00 Uhr, 15-mal

Mittelschule Marktbreit, Zimmer E14

63,00 EUR, 9-10 TN

Kurs-Nr. H32726MA

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

Di, 06.10.20, 19.00 - 20.30 Uhr, 6-mal

Lagerhaus Marktbreit, Adam-Fuchs-Straße

70,00 EUR, 6-12 TN

Kurs-Nr. H33517MA

Bauchmassage für Frauen und Paare

Der Bauch - Körpermitte und energetisches Zentrum des Menschen

"Aus dem Bauch heraus" empfinden wir Zuneigung, Liebe, Freude, Trauer oder Verlustängste. Das Tabuthema "Darm" kommt meist erst dann zur Sprache, wenn sich bereits massivere Probleme eingestellt haben. Die Bauchmassage vereint als sanfte Methode zahlreiche Vorteile: Durch die angeleitete Massage der Leibmitte werden Meridiane, Akupressurpunkte und Bauchreflexzonen stimuliert. Dadurch können Gifte und Verschlackungen an der Darmwand gelöst werden, so dass Vitalstoffe aus Lebensmitteln besser aufgenommen werden können. Durch die verbesserte Durchblutung wird häufig ein angenehmes Wärmegefühl wahrgenommen. Auch Rückenschmerzen, Regel- und Wechseljahresbeschwerden sowie Blähungen können gelindert werden. Zudem können sich Beschwerden wie Übelkeit, chronische Verstopfung oder Probleme mit der Blase verbessern. Auch eine Entlastung der Gefäße durch verbesserten Lymphabfluss kann nach der Bauchmassage beobachtet werden. Ziel des Kurses ist das Erlernen der Bauch-Selbstmassage sowie die Anwendung bei anderen. Unter Verwendung von Aromaölen werden verschiedene Techniken zur Selbstbehandlung aufgezeigt und praktiziert. Das Erlernen der Bauch-Selbstmassage kann auch als idealer Einstieg in eine Fastenwoche betrachtet werden.

Paarweise Anmeldung ist erforderlich.

Bitte mitbringen: Isomatte, Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung

Elfriede Mayer-Oppelt, Heilpraktikerin, Fastenleiterin

Di, 05.01.21, 19.00 - 20.30 Uhr

und Fr, 08.01.21, 19.00 - 20.30 Uhr

Naturheilpraxis, Schwarzenberger Str. 5, Obernbreit

28,00 EUR, 5-6 TN

Kurs-Nr. H33916MA

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

Fr, 09.10.20, 17.30 - 20.00 Uhr, 2-mal

Treffpunkt: Rathaus Obernbreit, Marktbreiter Str. 6

40,00 EUR, 6-10 TN

Kurs-Nr. H34156MA

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, 30.09.20, 19.00 - 20.00 Uhr, 15-mal

Mittelschule Marktbreit, Zimmer E14

63,00 EUR, 9-10 TN

Kurs-Nr. H34167MA

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: bequeme Sportkleidung, großes Handtuch, warme Socken, Matte
Roswitha Baumann

Mi, 30.09.20, 18.00 - 19.00 Uhr, 15-mal

Mittelschule Marktbreit, Zimmer E14

63,00 EUR, 9-10 TN

Kurs-Nr. H35111MA

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 Fittesselementen 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.

Am 09.11., 14.12. und 21.12. sowie am 11.01. findet kein Kurs statt.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Turnschuhe, Handtuch, Getränk

Tanzschule BALLROOM Würzburg

Mo, 19.10.20, 19.00 - 19.45 Uhr, 9-mal

Lagerhaus Marktbreit, Adam-Fuchs-Straße

67,00 EUR (keine Erm.), 12-19 TN

Kurs-Nr. H36311MA

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/Woldecke

Elfriede Mayer-Oppelt, Heilpraktikerin, Fastenleiterin

Do, 29.10.20, 19.00 - 21.00 Uhr

Mo, 02.11.20, 19.00 - 20.00 Uhr

Di, 03.11.20, 19.00 - 20.30 Uhr

Mi, 04.11.20, 18.30 - 20.00 Uhr

Fr, 06.11.20, 18.00 - 19.30 Uhr

Naturheilpraxis, Schwarzenberger Str. 5, Obernbreit

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

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, Mehrwegdosen, Getränk

Alexandra Breucker

Kurs-Nr. H36721MA

Fr, 05.02.21, 18.30 - 22.00 Uhr, 1-mal

Mittelschule Marktbreit, Schulküche

31,00 EUR inkl. Lebensmittelkosten, 7-10 TN

Kurs-Nr. H36722MA

Sa, 06.02.21, 10.00 - 13.30 Uhr, 1-mal

Mittelschule Marktbreit, Schulküche

31,00 EUR inkl. Lebensmittelkosten, 7-10 TN

Kurs-Nr. H37151MA

Homöopathische Haus- und Reiseapotheke

Was gehört hinein?

Beim Wandern im Urlaub oder beim Joggen am Abend verletzen 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

Di, 29.09.20, 19.30 - 21.00 Uhr, 1-mal

Lagerhaus Marktbreit, Adam-Fuchs-Straße

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

Kurs-Nr. H37152MA

Der weibliche Zyklus

Können Menstruationsbeschwerden homöopathisch 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

Di, 12.01.21, 19.00 - 20.30 Uhr, 1-mal

Lagerhaus Marktbreit, Adam-Fuchs-Straße

10,00 EUR, 6-14 TN

Kurs-Nr. H37153MA

Die Leber - ein faszinierendes Organ mit vielen Funktionen

Gesunderhaltung durch homöopathische Mittel

Die Leber, ein faszinierendes Organ mit vielen Funktionen - Kann ich die Leber homöopathisch unterstützen und gesund erhalten?

Unsere Leber übernimmt als größtes Stoffwechselorgan des menschlichen Körpers eine Vielzahl von Funktionen: Gallensaftproduktion, Stoffwechsel von Kohlenhydraten, Eiweißen und Fetten, Gerinnungssystem des Blutes, Immunsystem, Vitaminspeicherung, Hormonregulierung sowie Entgiftung und Energiespeicher.

Durch falsche Ernährung, Bewegungsmangel, Schadstoffe, zu viel Alkohol- oder Medikamentenkonsum wird die Leber in der heutigen westlichen Welt sehr stark belastet. Die Fettleber ist die häufigste Lebererkrankung in Deutschland und kann sich bis zur Leberzirrhose und Leberkrebs entwickeln.

Neben einer gesunden Ernährung und ausreichend Bewegung können auch homöopathische Arzneimittel die Regenerationsfähigkeit der Leber unterstützen und zu einer Gesunderhaltung der Leber beitragen.

Sie erhalten einen Überblick über bewährte Mittel zur Unterstützung einer vitalen Leberfunktion, zudem werden die Entstehungsgeschichte sowie die Wirkungsweise der Homöopathie vorgestellt.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Sylvia Schmidt, Heilpraktikerin für Klassische Homöopathie

Di, 23.02.21, 19.00 - 20.30 Uhr, 1-mal

Lagerhaus Marktbreit, Adam-Fuchs-Straße

10,00 EUR, 6-14 TN

Jin Shin Jyutsu - Selbsthilfeabend "Strömen im Alltag"

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

Kurs-Nr. H37191MA

Mo, 09.11.20, 18.30 - 20.30 Uhr, 1-mal

Praxis Schlesierstr. 33, 97340 Marktbreit

15,00 EUR, 3-4 TN

Kurs-Nr. H37192MA

Mo, 07.12.20, 18.30 - 20.30 Uhr, 1-mal

Praxis Schlesierstr. 33, 97340 Marktbreit

15,00 EUR, 3-4 TN

Kurs-Nr. H37194MA

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 einfache Selbsthilfemöglichkeiten kennen. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken

Luise Zitzmann, Jin Shin Jyutsu-Praktikerin

Mo, 26.10.20, 18.30 - 20.30 Uhr, 1-mal

Praxis Schlesierstr. 33, 97340 Marktbreit

15,00 EUR, 3-4 TN

Kurs-Nr. H37197MA

Jin Shin Jyutsu - Selbsthilfeabend zur Stärkung des Immunsystems

Jeder kennt die Erkältungskrankheiten in der kalten Jahreszeit. Sie lernen an diesem Abend den "Lungenstrom" kennen, den Sie bei Erkältungen, allen Atembeschwerden und generell zur Stärkung Ihres Immunsystems anwenden können. Weitere Selbsthilfegriffe für zu Hause werden vorgestellt. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken

Luise Zitzmann, Jin Shin Jyutsu-Praktikerin

Mo, 16.11.20, 18.30 - 20.30 Uhr, 1-mal

Praxis Schlesierstr. 33, 97340 Marktbreit

15,00 EUR, 3-4 TN

Kurs-Nr. H44425MA

Französisch B1 / B2

Wiederholungskurs von 20F44425MA

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

Dr. Marlies Thein

Mi, 30.09.20, 18.30 - 19.45 Uhr, 15-mal

Mittelschule Marktbreit, Karl-Zimmermann-Str.

79,00 EUR, bei 9 TN

Kurs-Nr. H44611MA

Französisch C1 - Conversation

Wiederholungskurs von 20F-44711MA

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, 06.10.20, 19.30 - 21.00 Uhr

Di, 20.10.20, 19.30 - 21.00 Uhr

Di, 17.11.20, 19.30 - 21.00 Uhr

Di, 01.12.20, 19.30 - 21.00 Uhr

Di, 15.12.20, 19.30 - 21.00 Uhr

Di, 12.01.21, 19.30 - 21.00 Uhr

Di, 26.01.21, 19.30 - 21.00 Uhr

Mittelschule Marktbreit, Zimmer E14

67,00 EUR, bei 6 TN

Anmeldung: Unter Anerkennung der – im Programmheft abgedruckten – Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Kitzingen und der Volkshochschule Ochsenfurt e.V. melde ich mich verbindlich für folgende Veranstaltung(en) an:

Kurs-Nr.	Kurstitel	Gebühr
Kurs-Nr.	Kurstitel	Gebühr

Achtung:

Eine Anmeldebestätigung seitens der vhs erfolgt nicht! Bitte notieren Sie sich den Beginn der Veranstaltung.

Ermäßigung:

Ich beantrage Gebührenermäßigung (siehe AGB), einen Nachweis habe ich beigefügt.

Geschlecht:

weiblich männlich
 divers

***Geburtsdag:**

Teilnehmer	*Name	*Vorname
	*Straße	*PLZ / Wohnort
	E-Mail	
	*Telefon tagsüber (<input type="checkbox"/> privat / <input type="checkbox"/> dienstlich)	Telefon (mobil)

Datum, Unterschrift Teilnehmer, bei Minderjährigen Unterschrift eines Erziehungsberechtigten

Mein gültiges SEPA-Lastschriftmandat liegt der vhs bereits vor.

* = Pflichtfelder

Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats für wiederkehrende Zahlungen

Volkshochschule Kitzingen | Luitpoldbau | Hindenburgring Süd 3 | 97318 Kitzingen
 Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE71ZZZ00000052720
 Ihre Mandatsreferenznummer VHS _ _ _ _ _ | _ _ _ _ _ | (Eintrag durch die vhs)
 Ihre Mandatsreferenznummer wird Ihnen mit der ersten Vorabankündigung zum tatsächlichen Lastschrifteinzug noch mitgeteilt.
 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.

Volkshochschule Ochsenfurt e.V. | Kirchplatz 2 | 97199 Ochsenfurt
 Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE76VHS00000381460
 Ihre Mandatsreferenznummer VHS _ _ _ _ _ | _ _ _ _ _ | (Eintrag durch die vhs)
 Ihre Mandatsreferenznummer wird Ihnen mit der ersten Vorabankündigung zum tatsächlichen Lastschrifteinzug noch mitgeteilt.
 Ich ermächtige die Volkshochschule Ochsenfurt e.V., Gläubiger-Identifikationsnummer: DE76VHS00000381460, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule Ochsenfurt e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.
 Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber	*Name und Vorname (Kontoinhaber)	
	*Straße und Hausnummer	*Postleitzahl und Ort
	*Kreditinstitut (Name)	
	*IBAN: DE _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _	

Ort, Datum und Unterschrift des Kontoinhabers