

# Anmeldungen ab dem 11.12.2024 - online - möglich!

**Liebe Leserinnen und Leser,**

es ist wieder soweit, das neue vhs-Programm für Frühjahr/Sommer 2025 ist ab dem 11.12.2024 vorzugsweise online über [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de) oder per Mail an [vhs@mutterstadt.de](mailto:vhs@mutterstadt.de) buchbar. Wählen Sie Ihre Kurse, wie die beliebten Klassiker aus dem Bewegungsbereich (Aquafit, Yoga, Rückenschule oder Beckenbodengymnastik, wieder neue im Programm!), Kochen (Spargel, Frühlings-, Sommerrezepte, Sirups und Chutnes für den Sommer) oder aus unserem Kreativ-Pool (Aquarellieren oder Acryl-Malerei, Fotografie, Kaligrafie, Nähen). Sie wollen schon lange Englisch lernen? Tauchen Sie mit "Step into English" in das Lern-Abenteuer der weltweit meistgesprochenen Sprache ein oder arbeiten an Ihren Conversation- beziehungsweise Small Talk-Skills. Vertiefen Ihre Kenntnisse in Französisch (auch auf Konversations-Ebene), Italienisch oder Spanisch. Das gelingt auch spielerisch bei "¡A jugar!", ein Kurs, bei dem Lernen und unterhaltsames Spielen kombinierbar sind. "Willkommen in Frankreichs Nordwesten" heißt Ulrich Kleist Sie in einem Vortrag über eine Region, die viel interessanter ist als mancher denkt. Überraschendes Basiswissen erhalten Sie bei der Ernährungsberatung für Pferde durch Monika Hoffmann. Sie gibt hierbei grundsätzliche Fütterungsempfehlungen für Ihren geliebten Vierbeiner. Wir freuen uns sehr, wenn Sie in unserem bunten Programm fündig werden und auf Ihre Anmeldung. Bitte beachten Sie auch regelmäßig die aktuellen vhs-Vermeldungen über online- oder Zusatz-Kurse im Amtsblatt. Gerne wenden Sie sich mit Ihren Anliegen, Vorschlägen und Anregungen an uns. Ihre vhs-Damen Jasmin Innetsberger (Tel. 06234/9464-79) und Eva Heyder (örtl. Leitung, Tel. 016093475362)

Nr	Kurs	Raum	Tag	Datum/Uhrzeit	19:00	20:30	1x	Dozent
<b>FB 1 Gesellschaft und Umwelt</b>								
J109413M01	Willkommen in Frankreichs Nordwesten - die Côte d'Opale	IGS, V18	Mi	19.02.2025	19:00	20:30	1x	Hr. Leist
J110201M01	Ernährungsberatung für Pferde: Überraschendes Basiswissen	IGS, V18	Di	11.03.2025	19:00	20:00	1x	Fr. Hoffmann
<b>FB 2 Kultur und Gestalten</b>								
J207260M01	Aquarellieren	HdV, Saal 7	Sa	11.01.2025	11:00	17:00	1x	Hr. Kunz
J207260M02	Aquarellieren	HdV, Saal 7	Sa	25.01.2025	11:00	17:00	1x	Hr. Kunz
J207260M05	Aquarellieren	HdV, Saal 7	Sa	15.02.2025	11:00	17:00	1x	Hr. Kunz
J207260M06	Aquarellieren	HdV, Saal 7	Sa	22.03.2025	11:00	17:00	1x	Hr. Kunz
J207260M07	Aquarellieren	HdV, Saal 7	Sa	03.05.2025	11:00	17:00	1x	Hr. Kunz
J207260M08	Aquarellieren	HdV, Saal 7	Sa	31.05.2025	11:00	17:00	1x	Hr. Kunz
J207260M09	Aquarellieren	HdV, Saal 7	Sa	14.06.2025	11:00	17:00	1x	Hr. Kunz
J207260M10	Aquarellieren	HdV, Saal 7	Sa	21.06.2025	11:00	17:00	1x	Hr. Kunz
J207350M01	Acryl - Wochenendworkshop	HdV, Saal 7	Fr	28.02.2025	17:00	17:00	2x	Hr. Kunz
J207729M05	Kalligrafisches Flaggenbuch	HdV, Saal 7	Sa	01.02.2025	10:00	14:00	2x	Fr. Abt
J207729M06	Kalligrafie: Die Ladurner Schrift	HdV, Saal 7	Sa	29.03.2025	10:00	14:00	2x	Fr. Abt
J207729M07	Kalligrafie: Die Irische Spitzminuskel	HdV, Saal 7	Sa	24.05.2025	10:00	14:00	2x	Fr. Abt
J209120M01	Nähen von A - Z	Hist.Rathaus	Mo	03.02.2025	08:45	11:45	8x	Fr. Doppler
J209120M02	Nähen von A - Z	IGS, F23	Di	04.02.2025	18:30	21:00	8x	Fr. Doppler
J209120M03	Nähen von A - Z	IGS, F23	Mi	05.02.2025	18:30	21:00	8x	Fr. Doppler
J209120M04	Nähen von A - Z	Hist.Rathaus	Do	06.02.2025	08:45	11:45	8x	Fr. Doppler
J209120M05	Nähen von A - Z	Hist.Rathaus	Mo	28.04.2025	08:45	11:45	5x	Fr. Doppler
J209120M06	Nähen von A - Z	IGS, F23	Di	29.04.2025	18:30	21:00	7x	Fr. Doppler
J209120M07	Nähen von A - Z	IGS, F23	Mi	09.04.2025	18:30	21:00	8x	Fr. Doppler
J209120M08	Nähen von A - Z	Hist.Rathaus	Do	03.04.2025	08:45	11:45	7x	Fr. Doppler
J209125M01	Nähworkshop	HdV, Saal 7	Sa	25.01.2025	09:30	16:30	1x	Fr. Doppler
J209125M02	Nähworkshop	HdV, Saal 7	Sa	22.02.2025	09:30	16:30	1x	Fr. Doppler
J209125M03	Nähworkshop	HdV, Saal 7	Sa	15.03.2025	09:30	16:30	1x	Fr. Doppler
J209125M04	Nähworkshop	HdV, Saal 7	Sa	12.04.2025	09:30	16:30	1x	Fr. Doppler
J209125M05	Nähworkshop	HdV, Saal 7	Sa	17.05.2025	09:30	16:30	1x	Fr. Doppler
J211106M01	Die Welt der kleinen Dinge: Einführung in die Makro-Fotografie	IGS, B11	Mi	07.05.2025	18:00	21:00	4x	Hr. Oberst
<b>FB 3 Gesundheit</b>								
J301114M01	Hatha-Yoga	IGS, C38	Mo	13.01.2025	18:00	19:30	21x	Hr. Lehner
J301128M01	Kundalini-Yoga	IGS, C38	Mi	15.01.2025	19:00	20:00	20x	Fr. Münch
J301131M01	Yoga für den Rücken	IGS, C38	Mi	15.01.2025	17:45	18:45	20x	Fr. Münch
J301134M01	Yoga für den Rücken	Walderholur	Do	16.01.2025	10:30	12:00	16x	Hr. Lehner
J301159M02	GFG Teil 1	IGS, C38	Do	16.01.2025	18:00	19:30	10x	Hr. Ellerhold
J301400M01	Slow down Yoga in Achtsamkeit	IGS, C38	Di	14.01.2025	17:30	18:45	11x	Ehepaar Ziemlich
J301400M02	Slow down Yoga in Achtsamkeit	IGS, C38	Di	29.04.2025	17:30	18:45	7x	Ehepaar Ziemlich
J301401M01	Yin-und-Yang-Yoga	IGS, C38	Di	14.01.2025	18:50	20:20	11x	Ehepaar Ziemlich
J301401M02	Yin-und-Yang-Yoga	IGS, C38	Di	29.04.2025	18:50	20:20	7x	Ehepaar Ziemlich
J302111M01	Beckenbodengymnastik für Frauen	Walderholur	Di	14.01.2025	10:30	11:30	12x	Fr. Jahn

J302120M01	Rücksicht auf den Rücken!	IGS	Mi	15.01.2025	19:00	20:00	12x	Fr. Goos
J302120M02	Rücksicht auf den Rücken!	IGS	Mi	30.04.2025	19:00	20:00	10x	Fr. Goos
J302131M22	Rückenschule mit Pilates	Walderholur	Di	14.01.2025	09:30	10:30	12x	Fr. Jahn
J302136M01	Rückenfit mit Pilates-Elementen	Walderholur	Mo	20.01.2025	10:00	11:30	9x	Fr. Mertsching
J302136M02	Rückenfit mit Pilates-Elementen	Walderholur	Mo	28.04.2025	10:00	11:30	9x	Fr. Mertsching
J302402M01	Aquafit im Flachwasser	Aquabella	Mi	15.01.2025	19:20	20:05	11x	Fr. Hartkorn
J302402M02	Aquafit im Flachwasser	Aquabella	Mi	30.04.2025	19:20	20:05	10x	Fr. Hartkorn
J302402M11	Aquafit für Fortgeschrittene	Aquabella	Mi	12.02.2025	10:45	11:30	6x	Fr. Neumann
J302402M12	Aquafit für Fortgeschrittene	Aquabella	Mi	07.05.2025	10:45	11:30	6x	Fr. Neumann
J302405M01	Aquafitness für Fortgeschrittene	Aquabella	Mi	15.01.2025	18:30	19:15	11x	Fr. Hartkorn
J302405M02	Aquafitness für Fortgeschrittene	Aquabella	Mi	30.04.2025	18:30	19:15	10x	Fr. Hartkorn
J302405M07	Aquafitness für Fortgeschrittene	Aquabella	Mi	15.01.2025	09:15	10:00	11x	Fr. Mertsching
J302405M08	Aquafitness für Fortgeschrittene	Aquabella	Mi	30.04.2025	09:15	10:00	10x	Fr. Mertsching
J302421M01	Aquafit im Flachwasser 55+	Aquabella	Mi	15.01.2025	10:00	10:45	11x	Fr. Goos
J302421M02	Aquafit im Flachwasser 55+	Aquabella	Mi	30.04.2025	10:00	10:45	10x	Fr. Goos
J302422M01	Aquafit im Flachwasser für Senioren	Aquabella	Mo	13.01.2025	13:00	13:45	10x	Fr. Goos
J302422M02	Aquafit im Flachwasser für Senioren	Aquabella	Mo	28.04.2025	13:00	13:45	9x	Fr. Goos
<b>FB 3 Ernährung</b>								
J305245M01	Frühlingstapas	IGS, C34	Do	03.04.2025	18:00	21:30	1x	Fr. Kunz
J305245M02	Neue Spargel-Rezepte	IGS, C34	Do	10.04.2025	18:00	21:30	1x	Fr. Kunz
J305245M03	Frühlingsrezepte	IGS, C34	Do	08.05.2025	18:00	21:30	1x	Fr. Kunz
J305245M04	Sommerrezepte	IGS, C34	Mi	18.06.2025	18:00	21:30	1x	Fr. Kunz
J305245M05	Sirups und Chutneys	IGS, C34	Mi	02.07.2025	18:00	21:30	1x	Fr. Kunz
<b>FB Sprachen</b>								
J406101M01	Step into English! - Englisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse A1.1	IGS, A14	Di	25.02.2025	18:00	19:30	10x	N.N.
J406111M02	Step into English! - A1.1 (Folgekurs)	IGS, A14	Di	20.05.2025	18:00	19:30	7x	N.N.
J406421M11	Englisch B2 Standard	IGS, A14	Mi	22.01.2025	18:45	20:15	8x	Fr. Poggel
J406451M13	Let's talk: English for Refresher B2	IGS, A12	Mo	13.01.2025	18:00	19:30	10x	Fr. Blankenburg
J406451M14	Let's talk: English for Refresher B2	IGS, A12	Mo	05.05.2025	18:00	19:30	10x	Fr. Blankenburg
J406472M12	English B2/C1 - Conversation	Seniorentref	Do	23.01.2025	10:00	11:30	10x	Fr. Poulton
J406472M13	English B2/C1 - Conversation	Seniorentref	Do	15.05.2025	10:00	11:30	6x	Fr. Poulton
J406495M01	Small Talk for different situations	Seniorentref	Sa	08.03.2025	14:00	17:00	1x	Fr. Müller
J408131M05	Französisch A1.3 Folgekurs	IGS, A14	Do	16.01.2025	19:30	21:00	10x	Hr. Schulz
J408131M06	Französisch A1.3 Folgekurs	IGS, A14	Do	03.04.2025	19:30	21:00	10x	Hr. Schulz
J408135K01	Rebonjour! Französisch A2 Auffrischkurs	IGS, A12	Di	11.03.2025	19:00	20:30	12x	Hr. Schulz
J408471M11	Französisch B2.2 Conversation	IGS, A13	Mi	12.02.2025	20:00	21:30	15x	Fr. Dr. Brouty-Walter
J409421M16	Italienisch B2.2 Standard	IGS, A15	Mi	15.01.2025	19:30	21:00	10x	Fr. Menella
J409421M17	Italienisch B2.2 Standard	IGS, A15	Mi	14.05.2025	19:30	21:00	7x	Fr. Menella
J409422M20	Italienisch B2.2	IGS, A11	Mi	15.01.2025	17:30	19:00	10x	Fr. Tonon-Kretzer
J409422M21	Italienisch B2.2	IGS, A11	Mi	09.04.2025	17:30	19:00	10x	Fr. Tonon-Kretzer
J409512M21	Corso di Italiano C1	IGS, A15	Di	14.01.2025	19:30	21:00	10x	Fr. Tonon-Kretzer
J409512M22	Corso di Italiano C1	IGS, A15	Di	08.04.2025	19:30	21:00	11x	Fr. Tonon-Kretzer
J422111M02	Spanisch A1.1 Folgekurs	IGS, A12	Do	16.01.2025	19:00	20:30	10x	Fr. Albert-Abella
J422111M03	Spanisch A1.2	IGS, A12	Do	08.05.2025	19:00	20:30	6x	Fr. Albert-Abella
J422295M01	¡A jugar! - mit Unterhaltungs- spielen Spanisch lernen	HdV	Sa	08.02.2025	15:00	17:30	3x	Fr. Hernandez Nagore
J422311M18	Spanisch B1.1	IGS, A13	Di	14.01.2025	18:00	19:30	10x	Fr. Albert-Abella
J422311M19	Spanisch B1.1	IGS, A13	Di	06.05.2025	18:00	19:30	8x	Fr. Albert-Abella

Anmeldungen erst ab dem 11.12.2024 möglich!!!

Vorher gesendete Anmeldungen (E-Mail etc.) finden keine Beachtung!

Wir bitten um Beachtung: Online-Anmeldungen werden bevorzugt.

Frau Innetsberger nimmt Ihre Anmeldungen über [vhs@mutterstadt.de](mailto:vhs@mutterstadt.de) sowie Telefon 06234/9464-79 ab dem 11.12.2024 entgegen!