

AUSSENSTELLEN

- 133 Abbenrode
- 133 Börßum
- 134 Cremlingen
- 134 Dettum
- 135 Flöthe
- 135 Hedeper
- 135 Hornburg
- 136 Remlingen
- 136 Schandelah
- 137 Schladen
- 138 Schöppenstedt
- 140 Sickte
- 142 Weddel
- 143 Winnigstedt

Herzlich willkommen!

15 Außenstellen im Landkreis laden Sie mit vielfältigen Kursen zum Mitmachen ein.

Vorweg gesagt:

Sie möchten sich anmelden?

Bitte wenden Sie sich direkt an die jeweilige Außenstellenleitung oder an die Sachbearbeiterin Frau Eicke.

Sie haben Fragen direkt zum Kurs?

Bitte wenden Sie sich an den/die Dozent*in, sofern die Telefonnummer angegeben ist, oder an die Fachbereichsleitung Sabine Flomm.

Bildungsangebote im Landkreis

Als Bildungszentrum des Landkreises Wolfenbüttel ist es uns ein ganz besonderes Anliegen, Bildungsangebote auch in den ländlichen Kreisen Wolfenbüttels durchzuführen. Alle Angebote des Programmhefts können prinzipiell auch vor Ort in unseren ländlichen Außenstellen angeboten und durchgeführt werden, vorausgesetzt, die Räumlichkeiten entsprechen den Anforderungen des jeweiligen Kurses.

Sie haben einen Kurswunsch?

Haben Sie einen Kurswunsch, den wir für Sie vor Ort umsetzen sollen? Wir freuen uns über Ihr Interesse! Sprechen Sie die jeweilige Außenstellenleitung vor Ort oder die Fachbereichsleitung an.

Sind Sie qualifizierte/r Bildungsvermittler*in?

Sind Sie Bildungsvermittler*in, u. a. in den Bereichen Gesundheit, EDV, Kunst und Gestalten? Wohnen Sie im Landkreis Wolfenbüttel und möchten vor Ort ein Kursangebot leiten? Wir sind gespannt auf Ihre Angebotsideen für unsere Außenstellen.



Musikschule im Landkreis bietet

Musikalische Früherziehung
in Sickte und Westerlinde
für Kinder ab 4 Jahren

Instrumentalangebote der Musikschule in
Schöppenstedt und Sickte.
Weitere Angebote auf Anfrage.
Weitere Informationen erteilt
das Musikschulbüro
Tel. (0 53 31) 84-140



Beratung: Sabine Flomm
Tel. (0 53 31) 84-157 S.Flomm@lk-wf.de

Anmeldung: Daniela Eicke
Tel. (0 53 31) 84-139 D.Eicke@lk-wf.de



ABBENRODE

Bitte im Bildungszentrum anmelden.

Dorfgemeinschaftshaus
An den Eichen 2
38126 Abbenrode

Yoga

Unser Alltag stellt immer höhere Anforderungen an uns, auf die viele Menschen mit körperlichen und seelischen Verspannungen reagieren. Mit Hilfe von Körperübungen, Atemtechnik und Meditation nehmen wir unseren Körper neu wahr, lernen bewusster zu atmen, unseren Geist zu beobachten und zur Ruhe kommen zu lassen. Körper, Geist und Seele können entspannen, und wir werden gelassener und belastbarer im Alltag.

Bitte mitbringen: Decken und bequeme Kleidung

Birgit Ellermann, Yogalehrerin BDY/EYU

Kurs B001

22. Aug 2018 (14x) 28 Ustd.
Mi 17:30 - 19:00 Uhr
92,40 €

Kurs B001A

9. Jan 2019 (22x) 44 Ustd.
Mi 17:30 - 19:00 Uhr
145,20 €

Power zum Feierabend

Immer donnerstags treffen sich Frauen zwischen 30 und 60 Jahren mit einem gemeinsamen Interesse: Spaß an Bewegung nach vielfältiger Musik, bei der die Beine einfach nicht stillhalten können.

Nach ausgiebiger Aufwärmphase für alle beanspruchten Muskelgruppen beginnt der Hauptteil mit oder ohne Gerät (u.a. Hanteln, Balloons, Physio-bänder, Sticks, Chiffontücher). Ob im ¾-Takt, nach Intervall-Musik, mit Hüftschwung oder eher in Kampfstellung, es gibt nur Arbeit für den Körper, der Kopf kann auf Pause schalten. Zum Schluss geht es dann auf die Matte - aber nicht zum Entspannen, sondern zum Kräftigen spezieller Muskelgruppen und zum Dehnen.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und bequeme Sportkleidung, Getränk

Barbara Wiegand
Do 19:00 - 20:30 Uhr

Kurs B002

16. Aug 2018 (15x) 30 Ustd.
99,- €

Kurs B002A

10. Jan 2019 (18x) 36 Ustd.
118,80 €

BÖRSSUM

Außenstellenleitung:

Daniela Schulte
Am Beek 20
38315 Werlaburgdorf
Tel. 05335 905330
daniela.schulte@freenet.de

Bitte bei Daniela Schulte anmelden.

Oderwaldhalle Börßum
Clubraum
Blockshorenweg 2
38312 Börßum

Einblicke in die Imkerei

Wollen Sie mehr über die Honigbiene erfahren? Warum ist sie gefährdet? Wie können wir ihr helfen? Die Honigbiene übernimmt eine wichtige Funktion im Erhalt unserer gewohnten Kulturlandschaft. Leider hat sich aber die Völkerzahl in den letzten Jahren auf Grund verschiedener Faktoren erheblich reduziert. Wir geben Einblick in das faszinierende Leben und die Biologie der Biene. Werfen Sie mit uns auf dem Lehrbienenpfad des Imkerverein Börßum einen Blick in das Bienenvolk und lassen Sie sich von der Faszination der Imkerei anstecken. Hier lernen Sie, wie Sie die heimische Honigbiene und andere Bestäuber unterstützen können. Natürlich darf auch der Honig nicht zu kurz kommen. Testen Sie unseren leckeren heimischen Honig und erfahren Sie mehr über dieses Naturprodukt.

Ort: Oderwaldhalle Börßum, Clubraum
Thomas Kegler, Imkerverein Börßum
jeweils Sa 10:00 - 15:00 Uhr
28,- €

Kurs B070

8. Sep 2018 (1x) 6 Ustd.

Kurs B071

11. Mai 2019 (1x)
6 Ustd.



CREMLINGEN

Außenstellenleitung:

Meike Reimann
Ostdeutsche Straße 3
38162 Cremlingen
Tel. 05306/ 941447
m-mreimann@t-online.de

Bitte bei Frau Reimann anmelden.

Kath. Kirchengemeinde Hl. Kreuz
Hauptstraße 14, 38162 Cremlingen

Ev. Kirchengemeinde Cremlingen
Tiefe Straße 2, 38162 Cremlingen

Yoga am Montag

Yoga kommt den Bedürfnissen des heutigen Menschen entgegen, in hektischen Zeiten zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit zu finden. Körper, Geist und Seele profitieren von diesem ganzheitlichen System aus aktivem Körpertraining mit Atem- und Entspannungstechniken.

Bitte mitbringen: Decke, Wollsocken, bequeme Kleidung

Anke Lange, Yogalehrerin
Ort: Kath. Kirchengemeinde Hl. Kreuz
Hauptstr. 14, 38162 Cremlingen

KURSE AM MONTAG 17:45 - 19:15 UHR:

Kurs B100
13. Aug 2018 (16x) 32 Ustd.
105,60 €

Kurs B100A
7. Jan 2019 (20x) 40 Ustd.
132,- €

KURSE AM MONTAG 19:30 - 21:00 UHR:

Kurs B101
13. Aug 2018 (16x) 32 Ustd.
105,60 €

Kurs B101A
7. Jan 2019 (20x) 40 Ustd.
132,- €

Yoga am Mittwoch

Joachim Gerecke, Yogalehrer BDY/ EYU
Ev. Kirchengemeinde Cremlingen
Tiefe Straße 2, 38162 Cremlingen

jeweils Mittwoch 17:30 - 19:00 Uhr

Kurs B102
29. Aug 2018 (10x) 20 Ustd.
66,- €

Kurs B102A
16. Jan 2019 (10x) 20 Ustd.
66,- €

Kurs B102B
27. Mrz 2019 (10x) 20 Ustd.
66,- €

Lese-/ Rechtschreibkurs für Menschen mit Beeinträchtigungen

Wir treffen uns alle 14 Tage, um zu lesen, zu schreiben, Grammatik zu wiederholen und spielerisch unser Sprach- und Schreibvermögen zu üben.

Mach mit!

Wohnanlage der Lebenshilfe BS gemeinnützige GmbH in Cremlingen, Ehlerbergstr. 25, 38162 Cremlingen

Jeweils 10 Treffen nach Vereinbarung vor Ort.
Immer mittwochs, 17:00 - 19:00 Uhr

Kurs B104
Ursula Bijeschke, Lehrerin
5. Sep 2018 (10x) 26,67 Ustd.
54,- €

Sportkurs für Menschen mit Beeinträchtigungen

Wir sind und bleiben beweglich! Einmal wöchentlich trainieren wir unsere Ausdauer, Geschick und Beweglichkeit.

Wohnanlage der Lebenshilfe BS gemeinnützige GmbH in Cremlingen, Ehlerbergstr. 25, 38162 Cremlingen

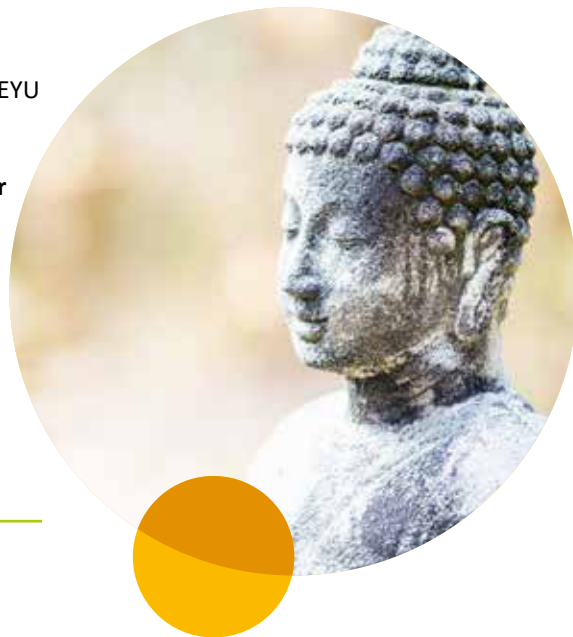
Werner Wurps-Berkefeld, Sportlehrer
Do 16:45 - 17:45 Uhr
je Kurs 20,- €

Kurs B110
6. Sep 2018 (10x) 13,33 Ustd.

Kurs B111
15. Nov 2018 (10x) 13,33 Ustd.

Kurs B112
7. Feb 2019 (10x) 13,33 Ustd.

Kurs B113
25. Apr 2019 (10x) 13,33 Ustd.



DETTUM

Bitte im Bildungszentrum anmelden.

Grundschule Dettum
Kirchenallee 13
38173 Dettum

Aktiv im Alter

Senioren-gymnastik

In diesem Kurs erwartet Sie ein seniorenfreundliches Gymnastik- und Bewegungsprogramm. Eine Mischung aus Hockergymnastik, Pilates und Mobilisation soll Ihre Fitness nachhaltig unterstützen. Am wichtigsten ist uns der Spaß an der Bewegung und in der Gruppe.

Bitte Turnschuhe und ausreichend Wasser mitbringen

Aileen Gaube, Sporttherapeutin
Mo 14:15 - 15:15 Uhr

Kurs B150
20. Aug 2018 (14x) 18,67 Ustd.
65,- €

Kurs B150A
7. Jan 2019 (12x) 16 Ustd.
56,- €

Kurs B150B
29. Apr 2019 (7x) 9,33 Ustd.
33,- €

FLÖTJE

Bitte im Bildungszentrum anmelden.

Nils Holloh
Oderwaldstr. 55
38312 Groß Flöthe

**Grundtechniken des Schmiedens
Das Feuer brennt, die Funken sprühen...**

Wer die Faszination des Feuers und des Schmiedens erleben will, bringt am besten feste Schuhe sowie alte bzw. Arbeitskleidung mit. Lederschürzen und Schutzbrillen werden gestellt. Ein kräftiges Mittagessen und eine Kaffeepause gehören ebenso wie das Material zum Kursangebot dazu. Maximal 4 Personen haben in der Schmiede Platz. So ist ein intensives Arbeiten möglich.

Erlernen Sie die Kunst des Schmiedens mit und bei Nils Holloh (Messermacher und Museumspädagoge), Oderwaldstraße 55, 38312 Groß Flöthe.

Bitte mitbringen: feste Schuhe, Arbeitskleidung

Kurs B330

18. Aug 2018 (1x) 11 Ustd.
Sa 9:00 - 18:00 Uhr
120,- €
inkl. Mittagessen und Material

Kurs B331

11. Mai 2019 (1x) 11 Ustd.
Sa 9:00 - 18:00 Uhr
120,- €
inkl. Mittagessen und Material

Messerschmieden

Der Messerschmiedekurs bietet die Gelegenheit, eine individuelle Klinge zu schmieden, die dann mit einem Griff aus Holz, Hirschhorn oder einem anderen Material versehen wird. Erlernen Sie die Kunst des Schmiedens mit und bei Nils Holloh (Messermacher und Museumspädagoge), Oderwaldstraße 55, 38312 Groß Flöthe.

Bitte mitbringen: feste Schuhe sowie alte Arbeitskleidung

Kurs B333

Nils Holloh
3./4. Nov 2018 (2x) 22 Ustd.
Sa 9:00 - 18:00 Uhr
So 9:00 - 18:00 Uhr
240,- €
inkl. Mittagessen und Material

HEDEPER

Außenstellenleitung:

Gudrun Fandre
Schölke 2
38322 Hedeper
Tel. 05336/ 1040
gudrun.fandre@gmx.de

Bitte bei Frau Fandre anmelden.

Alte Schule
Lange Str. 5
38322 Hedeper

Yoga am Montag

NEU

Im Yoga gibt es viele verschiedene Formen und Traditionen. Ich unterrichte in der Tradition von T. Krishnamacharya, in der Yoga auf eine besondere Weise vermittelt wird. Für den Yogunterricht bedeutet dies, dass die Übungsabläufe an die Bedürfnisse der Teilnehmer angepasst und die Übungen schrittweise aufgebaut werden. Die Verbindung von Körper, Atem und Achtsamkeit im Üben ist ein wesentliches Element meiner Yogapraxis. Raus aus dem Berufskorsett und sich selbst erleben! Die Abwechslung von Kraft und Entspannung ist ideal, um nach der Arbeit körperlich und geistig zu entspannen.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Wollsocken, bequeme Kleidung

Jürgen Karnowski, Yogalehrer BDY/EYU
Mo 18:00 - 19:30 Uhr

Kurs B350

20. Aug 2018 (6x) 12 Ustd.
39,60 €

Kurs B351

22. Okt 2018 (8x) 16 Ustd.
52,80 €

Kurs B352

7. Jan 2019 (12x) 24 Ustd.
79,20 €

Kurs B353

29. Apr 2019 (8x) 16 Ustd.
52,80 €

HORNBURG

Außenstellenleitung:

Daniela Schulte
Am Beek 20
38315 Werlaburgdorf
Tel. 05335/ 905330
daniela.schulte@freenet.de

Bitte bei Frau Schulte anmelden.

Clemens-Schule Hornburg
Königsberger Str. 2a
38315 Hornburg
Eingang: Braunschweiger Straße

Yoga für Frauen

Yoga ist ein Weg zum gesunden Leben durch bewusste Körperarbeit. Mit bewusst geführten, für jedermann leicht erlernbaren Yogaübungen, können wir unser körperliches und seelisches Gleichgewicht wiedererlangen und bewahren, so dass uns noch mehr Kraft und Energie zur Bewältigung unseres Alltags zur Verfügung steht. Mit Hilfe von zusätzlichen Atem-, Entspannungs- und Konzentrationsübungen können wir unsere Nervenkraft systematisch aufbauen und stärken. Ort: Clemens-Schule Hornburg, Königsberger Straße 2a, 38315 Hornburg Eingang Braunschweiger Straße

Bitte mitbringen: zwei Wolldecken, bequeme Kleidung, warme Socken

Renate Meyer, Yogalehrerin
Di 18:15 - 19:45 Uhr

Kurs B560

11. Sep 2018 (15x) 30 Ustd.
99,- €

Kurs B560A

5. Feb 2019 (18x) 36 Ustd.
118,80 €



REMLINGEN

Außenstellenleitung:

Angelika Kuntze

Bismarckstr. 1
38329 Wittmar
Tel. 05337/ 1247
angelika.kuntze@htp-tel.de

Bitte bei Frau Kuntze anmelden.

Haupt- und Realschule Remlingen
Schöppenstedter Str. 44
38319 Remlingen

Drechseln und Holzarbeiten im Schulzentrum Remlingen

Zu Beginn zeigen wir allen Einsteigern den sicheren Umgang mit der Holzdrehbank in Theorie und Praxis. Danach können Sie eigene Ideen umsetzen und z.B. mit dem Ovalmeißel Engelslocken erzeugen. Für jeden Teilnehmer steht eine Holzdrehbank zur Verfügung, und es sind Werkzeuge aller namhafter Hersteller vorhanden. Lars Golombek und Hans-Joachim Morawitz leiten an und unterstützen die Teilnehmenden bei der Arbeit. Auskunft erteilt der Kursleiter (Tel. 05331 9028528).

Lars Golombek
Fr 16:00 - 19:45 Uhr
Sa 9:00 - 15:00 Uhr
je Kurs 48,- €
zzgl. 20,- € Materialkosten im Kurs

Kurs B410

2./3. Nov 2018 (2x) 13 Ustd.

Kurs B410A

1./2. Mrz 2019 (2x) 13 Ustd.

Kurs B410B

8./9. Mrz 2019 (2x) 13 Ustd.

SCHANDELAH

Bitte im Bildungszentrum anmelden.

Ev.-luth. Kindertagesstätte
Kleiberg 10
38162 Schandelah

Yoga

Unser Alltag stellt immer höhere Anforderungen an uns, auf die viele Menschen mit körperlichen und seelischen Verspannungen reagieren. Mit Hilfe von Körperübungen, Atemtechnik und Meditation nehmen wir unseren Körper neu wahr, lernen bewusster zu atmen, unseren Geist zu beobachten und zur Ruhe kommen zu lassen. Körper, Geist und Seele können entspannen, und wir werden gelassener und belastbarer im Alltag.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Wollsocken, bequeme Kleidung

Birgit Ellermann, Yogalehrerin BDY/EYU
Mi 19:30 - 21:00 Uhr

Kurs B500

22. Aug 2018 (14x) 28 Ustd.
92,40 €

Kurs B500A

9. Jan 2019 (22x) 44 Ustd.
145,20 €



Die VHS Wolfenbüttel beteiligt sich nicht mehr an der Gebührenerstattung der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20, SGB V. Ausführliche Hinweise hierzu finden Sie auf Seite 121.



SCHLADEN

Außenstellenleitung:

Daniela Schulte

Am Beek 20
38315 Werlaburgdorf
Tel. 05335/ 905330
daniela.schulte@freenet.de

Bitte bei Frau Schulte anmelden.

Werla-Schule in Schladen
Franz- Kaufmann Str. 33, 38315
Schladen

Französisch A1/A2

Für diesen Französischkurs benötigen Sie nur ganz geringe Vorkenntnisse. In netter Atmosphäre arbeiten wir mit dem Lehrbuch: „Perspectives“ und lesen parallel eine einfache Lektüre. Außerdem sprechen wir viel und haben Spaß am Erlernen dieser romanischen Sprache. Die Geschichte Frankreichs und die Mentalität der Franzosen kommen auch nicht zu kurz. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen. Weitere Informationen erhalten Sie bei Frau Schulte unter 05335/905330. Alors, venez nous voir!

Daniela Schulte, Diplomkauffrau (FH)
Mi 18:30 - 20:00 Uhr

Kurs B551

29. Aug 2018 (12x) 24 Ustd.
79,20 €

Kurs B551A

9. Jan 2019 (16x) 32 Ustd.
105,60 €

Französisch A2/B1

Für diesen Französischkurs benötigen Sie Vorkenntnisse auf dem Niveau A2/ B1. In netter Atmosphäre arbeiten wir mit dem Lehrbuch: On y va und lesen parallel eine einfache Lektüre. Außerdem sprechen wir viel und haben Spaß am Erlernen dieser romanischen Sprache. Die Geschichte Frankreichs und die Mentalität der Franzosen kommen auch nicht zu kurz. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen. Weitere Informationen erhalten Sie bei Frau Schulte unter 05335/905330. Alors, venez nous voir!

Kurs B552

Daniela Schulte, Diplomkauffrau (FH)
28. Aug 2018 (12x) 24 Ustd.
Di 18:30 - 20:00 Uhr
79,20 €

Kurs B552A

Daniela Schulte, Diplomkauffrau (FH)
8. Jan 2019 (16x) 32 Ustd.
Di 18:30 - 20:00 Uhr
105,60 €



**Sind Sie qualifizierte/r
Bildungsvermittler*in?**

Sind Sie Bildungsbereiter*in, u. a. in den Bereichen Gesundheit, EDV, Kunst und Gestalten? Wohnen Sie im Landkreis Wolfenbüttel und möchten vor Ort ein Kursangebot leiten? Wir sind gespannt auf Ihre Angebotsideen für unsere Außenstellen.



SCHÖPPENSTEDT

Bitte im Bildungszentrum anmelden.

Elm-Asse-Schule, Wallpforte 6
38170 Schöppenstedt

Alle Webkurse finden statt in
Karis Webstube
Berliner Ring 11,
38170 Schöppenstedt

Yoga am Dienstag

Yoga ist eine jahrtausendealte Wissenschaft, eine Lebensgewohnheit, ein Bedürfnis. Es gibt acht verschiedene Körpersysteme, für die uns ca. 80 verschiedene Übungen zur Verfügung stehen, und alle kommen zur Anwendung! Die dynamische Phase der Übungen fordert uns ganz, die Wirkung liegt aber in der statischen Phase. Darüber hinaus ist der Atem ein zentraler Aspekt im Yoga. Yoga wirkt ganzheitlich auf den Körper, den Geist und die Seele. Auch die Mondphasen werden mit entsprechenden Übungen im Kurs berücksichtigt.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, kleines Kissen, Decke, dicke Socken

Ulla Ziehn,
Dipl.-Yogalehrerin (Arkanum)
Di 18:00 - 19:30 Uhr

Kurs B602

21. Aug 2018 (15x) 30 Ustd.
99,- €

Kurs B602A

8. Jan 2019 (10x) 20 Ustd.
66,- €

Kurs B602B

19. Mrz 2019 (10x) 20 Ustd.
66,- €

Die VHS Wolfenbüttel beteiligt sich nicht mehr an der Gebührenerstattung der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20, SGB V. Ausführliche Hinweise hierzu finden Sie auf Seite 121.

Yoga am Mittwoch für Seniorinnen/Senioren

Die Teilnehmenden des Yogakurses treffen sich seit mehreren Jahren, um Körper, Geist und Seele beim Yoga zu trainieren. Neue Interessenten sollten Vorerfahrungen mitbringen.

Irene Merbitz-Flentje,
Yogalehrerin (BYV)

Kurs B604

29. Aug 2018 (11x) 22 Ustd.
Mi 18:00 - 19:30 Uhr
72,60 €

Kurs B604A

9. Jan 2019
16. Jan 2019 (20x) 40 Ustd.
Mi 18:00 - 19:30 Uhr
132,- €

Yoga am Mittwoch

Die Teilnehmenden des Yogakurses treffen sich seit mehreren Jahren, um Körper, Geist und Seele beim Yoga zu trainieren. Neue Interessenten sollten Vorerfahrungen mitbringen.

Irene Merbitz-Flentje,
Yogalehrerin (BYV)
Mi 19:45 - 21:15 Uhr

Kurs B605

29. Aug 2018 (11x) 22 Ustd.
72,60 €

Kurs B605A

9. Jan 2019 (20x) 40 Ustd.
132,- €



ÜBER DAS WEBEN

Solange wie menschliche Geschichte bekannt ist, ist auf der ganzen Welt gewebt worden. Die Form war oft Symbol der verschiedenen Zeitabschnitte. Sitzt man am Webstuhl und schlägt die Fäden zusammen, führt man die Tradition fort, die die Rolle in der Entwicklung unserer Kultur gespielt hat. (...) Weben muss gelernt werden, ist aber keine Hexenkunst. Weben ist nicht nur eine besondere Produktionstechnik. Weben ist auch eine unvergleichbare Hilfe, die Hände zu üben, entwickelt den Sinn für Proportionen und Farben, ist ein Lehrgang in Geduld, Fleiß und Genauigkeit. Nicht weniger wichtig: Weben kann ein schönes, persönlich geprägtes Produkt ergeben. (...) Weben macht Spaß und bringt Bestätigung. Man sieht die Farben sich unter den Händen zu schönen Mustern formen, der Stoff wächst mit jedem Anschlag. Es wird zu Hause gemütlich, wenn der Webstuhl läuft.

(Karin Lie Kaurin - aus dem Norwegischen übersetzt)



Weben mit dem Webstuhl mit vier Schäften Schnupperkurs

An webfertigen Webstühlen können Sie eine oder auch mehrere Webtechniken ausprobieren. Ideal für Anfänger, die sich von der Handweberei ein eigenes Bild machen und ein erstes eigenes Produkt anfertigen möchten. Auch für Geübte bietet dieser Kurs eine breite Palette von Möglichkeiten: Gewebeproben verschiedener Arten erstellen, neue Techniken erlernen, neue Ideen für die eigene Arbeit sammeln oder auch ein besonderes Webstück fertigstellen. Wolle kann mitgebracht oder im Kurs erworben werden.

Ort: Karis Webstube, Berliner Ring 11, 38170 Schöppenstedt

Kari Bottke, Handweberin
Sa 14:00 - 19:00 Uhr
So 9:00 - 17:45 Uhr
je Kurs 60,- €
zzgl. Materialkosten im Kurs

Kurs B615
29./30. Sep 2018 (2x) 18 Ustd.

Kurs B616
12./13. Jan 2019 (2x) 18 Ustd.

Weben mit dem Webstuhl mit vier Schäften für Anfänger und Fortgeschrittene

Verwirklichen Sie den Traum vom selbst gewebten Stück in Ihren Lieblingsfarben! Die gesamten Vorgänge des Handwebens von der Planung und Materialberechnung bis hin zur Fertigstellung werden besprochen und je nach Bedarf geübt. Die Palette der Produktmöglichkeiten ist ständig wachsend und reicht von Kleidung und anderen Gebrauchstextilien bis hin zur dekorativen Kunst. Als Webgeräte können eigene oder von der vhs zur Verfügung gestellte Geräte genutzt werden.

Ort: Webwerkstatt Kari Bottke, Berliner Ring 11, 38170 Schöppenstedt

Kari Bottke, Handweberin
je Kurs 105,60 €
zzgl. Materialkosten im Kurs

KURSE AM MONTAG

Kurs B617
24. Sep 2018 (8x) 32 Ustd.
Mo 19:00 - 22:00 Uhr

Kurs B617A
14. Jan 2019 (8x) 32 Ustd.
Mo 19:00 - 22:00 Uhr

KURSE AM DIENSTAG

Kurs B618
25. Sep 2018 (8x) 32 Ustd.
Di 19:00 - 22:00 Uhr

Kurs B618A
15. Jan 2019 (8x) 32 Ustd.
Di 19:00 - 22:00 Uhr



SICKTE

Außenstellenleitung:
Andrea Martin
Samtgemeinde Sickte
 Im Kamp 12
 38173 Sickte
 Tel. 05305/ 209912 (vormittags)
 a.martin@sickte.de

Bitte bei Frau Martin anmelden.

Haupt- und Realschule Sickte
 Schulweg 2
 38173 Sickte

SPRACHEN LERNEN

English Walk and Talk **NEU** A1/A2

Wenn Sie sich nicht entscheiden können, ob Sie lieber raus in die Natur oder etwas für Ihr Englisch tun möchten, sind Sie in diesem Kurs richtig: Sie treffen sich in einer netten Gruppe im schönen Lappwald Elm und beginnen mit einem kleinen Aufwärmstretching. Anschließend findet je nach Wetter eine kleine Wanderung durch den Elm statt, auf der Sie sich auf Englisch unterhalten. Es geht dabei gar nicht darum, keine Fehler zu machen, sondern bestehende Kenntnisse sollen hervorgeholt und aufgefrischt werden, sei es für den nächsten Urlaub, für den Beruf oder einfach nur aus Spaß an der englischen Sprache.

Englische Grundkenntnisse sind von Vorteil, aber auch Anfänger sind willkommen. Bringen Sie gerne Walking Stöcke oder kleine Hanteln mit.

Ort: Lappwald Elm

Mandy Just
 Mi 10:00 - 11:30 Uhr
 je Kurs 75,- €

Kurs 5148
 5. Sep 2018 (10x) 20 Ustd.

Kurs 5148A
 6. Feb 2019 (10x) 20 Ustd.

Anmeldung bitte im Bildungszentrum

Spanisch für Anfänger A1

Dieser Kurs eignet sich für Interessenten ohne Vorkenntnisse. In entspannter Atmosphäre und unter muttersprachlicher Leitung erhalten Sie einen Einstieg in die spanische Sprache.

Luisell Valdespino Casas
 Do 18:00 - 19:30 Uhr

Kurs B650
 16. Aug 2018 (16x) 32 Ustd.
 112,- €
 Bei 5-6 Teilnehmenden wird ein Kleingruppenpreis berechnet.

Kurs B650A
 10. Jan 2019 (12x) 24 Ustd.
 84,- €
 Bei 5-6 Teilnehmenden wird ein Kleingruppenpreis berechnet.

Kurs B650B
 25. Apr 2019 (7x) 14 Ustd.
 49,- €
 Bei 5-6 Teilnehmenden wird ein Kleingruppenpreis berechnet.

Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen A1

Wir machen weiter!
 Dieser Kurs eignet sich für Interessenten mit Vorkenntnissen. In entspannter Atmosphäre und unter muttersprachlicher Leitung erlernen Sie die spanische Sprache.

Luisell Valdespino Casas
 Do 19:30 - 21:00 Uhr

Kurs B651
 16. Aug 2018 (16x) 32 Ustd.
 112,- €
 Bei 5-6 Teilnehmenden wird ein Kleingruppenpreis berechnet.

Kurs B651A
 10. Jan 2019 (12x) 24 Ustd.
 84,- €
 Bei 5-6 Teilnehmenden wird ein Kleingruppenpreis berechnet.

Kurs B651B
 25. Apr 2019 (7x) 14 Ustd.
 49,- €
 Bei 5-6 Teilnehmenden wird ein Kleingruppenpreis berechnet.

FOTOGRAFIE

Einstieg in die digitale Fotografie **NEU** Grundkurs am Wochenende

Im Rahmen des Kurses werden Ihnen die grundlegenden Funktionen einer digitalen System- oder Spiegelreflexkamera vermittelt. Dabei erlangen Sie die wesentlichen Grundkenntnisse im Umgang mit Blende, Verschlusszeit und ISO-Empfindlichkeit, um eine gewünschte Bildwirkung erzielen zu können.

Die vermittelten Informationen über Brennweite und Lichtempfindlichkeit sollen Ihnen dabei helfen, die Einsatzmöglichkeiten und Grenzen der eigenen Objektivs besser einschätzen zu können. Weiterhin erfahren Sie, wie die unterschiedlichen Aufnahmeprogramme Ihrer Kamera sinnvoll eingesetzt werden können.

Hinweise zur Bildgestaltung, u.a. dem so genannten Goldenen Schnitt und dem digitalen Workflow im Umgang mit Ihren Fotos am heimischen PC runden das Informationsangebot ab.

Geeignet für Anfänger / Neueinsteiger, sofern Sie über eine Bridgekamera, spiegellose System- oder Spiegelreflexkamera verfügen.

Bitte mitbringen: Kamera, Akku, Speicherkarte, Objektivs, Bedienungsanleitung

Kurs 4110
 Kai-Oliver Schmidt
 17./18. Aug 2018 (2x) 9 Ustd.
 Fr 18:00 - 21:00 Uhr
 Sa 10:00 - 13:45 Uhr
 35,- €



PATCHWORK

Patchwork - Double Wedding Ring

Der Double Wedding Ring ist ein traditionelles Muster. Entwickelt wurde es wahrscheinlich in den 1930er Jahren und war sehr populär. Obwohl es mit seinen "runden Ecken" eine größere Herausforderung ist, wollen wir uns dieser stellen.

Kurs B660

Annette Gutmann
15./16. Sep 2018 (2x) 12 Ustd.
Sa 12:00 - 17:30 Uhr
So 9:00 - 13:30 Uhr
39,60 €

Patchwork - Taschenkurs

Eigentlich kann man nie genug haben! Verschiedene Formen, verschiedene Farben, verschiedene Größen, immer passend zum Outfit. Schon beim Nähen der ersten Taschen kommen die Ideen zur nächsten und ...

Kurs B661

Annette Gutmann
20./21. Okt 2018 (2x) 12 Ustd.
Sa 12:00 - 17:30 Uhr
So 9:00 - 13:30 Uhr
39,60 €

Patchwork - Weihnachten

Damit nicht auch in diesem Jahr Weihnachten wieder plötzlich und unerwartet kommt, beginnen wir in diesem Kurs rechtzeitig mit den Vorbereitungen. Sie haben die Auswahl zwischen verschiedenen Wandbehängen und schönen Dekorationen, damit Sie die weihnachtliche Zeit liebevoll gestalten können.

Kurs B662

Annette Gutmann
10./11. Nov 2018 (2x) 12 Ustd.
Sa 12:00 - 17:30 Uhr
So 9:00 - 13:30 Uhr
39,60 €



Patchwork - Ufo (unfertiges Objekt)

Haben Sie noch unvollendete Patchworkdecken oder andere Patchwork-sachen in Ihrem Schrank und immer ein schlechtes Gewissen, dass sie noch nicht fertig sind? Dann ist der Kurs genau richtig für Sie!

Kurs B663

Annette Gutmann
16./17. Feb 2019 (2x) 12 Ustd.
Sa 12:00 - 17:30 Uhr
So 9:00 - 13:30 Uhr
39,60 €

Patchwork - Ostern

Kleinigkeiten zur Frühlings- und Osterzeit! Wieder einmal sind Ideen und kleine Arbeiten aus Stoff das Thema des Kurses, Dekorationen und Geschenke, die der Jahreszeit entsprechend viel Freude bereiten.

Kurs B664

Annette Gutmann
16./17. Mrz 2019 (2x) 12 Ustd.
Sa 12:00 - 17:30 Uhr
So 9:00 - 13:30 Uhr
39,60 €

Patchwork - Crazy Roses

Endlich wieder Rosenzeit! Diese Rosen erblühen auf einem kleinen Quilt. Große und kleine Blüten, helle und dunkle, mit unterschiedlichen Schattierungen von einer Farbe bilden interessante Effekte. Grundlage ist ein Log-Cabin-Verschnitt. Kissen, Tischläufer oder Tasche? Sie wählen!

Kurs B665

Annette Gutmann
27./28. Apr 2019 (2x) 12 Ustd.
Sa 12:00 - 17:30 Uhr
So 9:00 - 13:30 Uhr
39,60 €



TEXTILES GESTALTEN

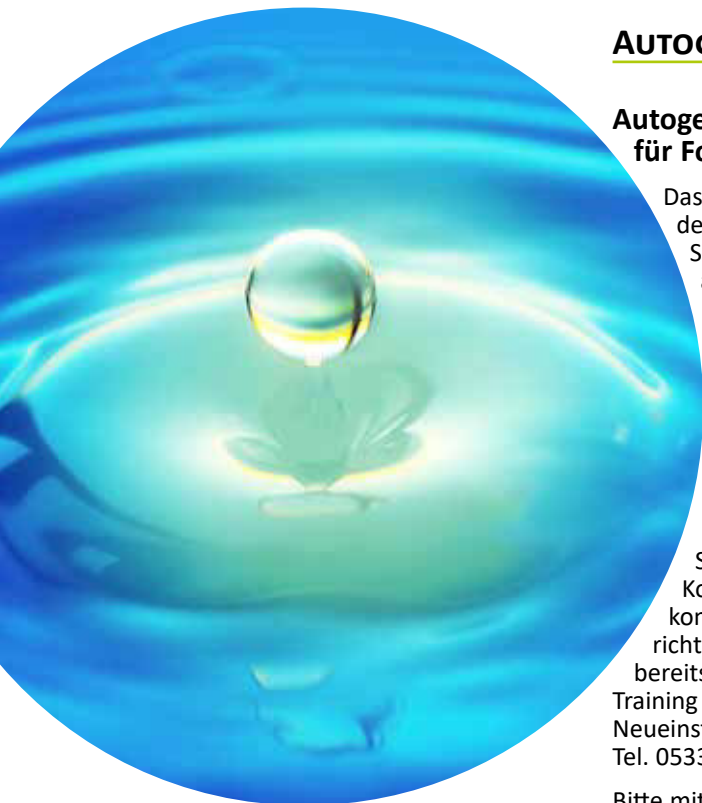
**Nähtag XXL
Nähen und Patchen für
Anfänger bis Liebhaber**

Hier wird genäht und gepatcht! Wir nehmen uns endlich einmal viel Zeit für unsere Lieblingsprojekte.

Kurs 4400

Galina Seewaldt, Schneidermeisterin und Annette Gutmann
24. Feb 2019 (1x) 8 Ustd.
So 10:00 - 16:00 Uhr
32,- €

siehe Seite 81.



AUTOGENES TRAINING

Autogenes Training in Sichte für Fortgeschrittene

Das autogene Training ist eine der bekanntesten Formen der Selbstentspannung und beruht auf Autosuggestion. Mit Hilfe der Vorstellungskraft und positiven Formeln regen Sie gezielt Ihr vegetatives Nervensystem an. Nerven und Kreislauf werden positiv beeinflusst. Die Muskulatur lockert sich, und Sie entspannen mental. So gestärkt können Sie auf Stress besser reagieren, Konzentration und Kraft kommen zurück. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits Erfahrung mit autogenem Training gesammelt haben. Neueinsteiger können sich unter der Tel. 05331 84 157 informieren.

Bitte mitbringen: warme Socken, bequeme Kleidung, Decke und ein kleines Kissen

Kurs B685

Ulla Ziehn,
Dipl.-Yogalehrerin (Arkanum)
5. Sep 2018 (10x) 20 Ustd.
Mi 19:00 - 20:30 Uhr
66,- €

Autogenes Training in Sichte für Anfänger ab Januar

Das autogene Training ist eine der bekanntesten Formen der Selbstentspannung und beruht auf Autosuggestion. Mit Hilfe der Vorstellungskraft und positiven Formeln regen Sie gezielt Ihr vegetatives Nervensystem an. Nerven und Kreislauf werden positiv beeinflusst. Die Muskulatur lockert sich, und Sie entspannen mental. So gestärkt können Sie auf Stress besser reagieren, Konzentration und Kraft kommen zurück. Dieser Kurs richtet sich an Personen, die die Methode des autogenen Trainings für sich neu entdecken möchten.

Bitte mitbringen: warme Socken, bequeme Kleidung, Decke und ein kleines Kissen

Kurs B686

Ulla Ziehn,
Dipl.-Yogalehrerin (Arkanum)
23. Jan 2019 (10x) 20 Ustd.
Mi 19:00 - 20:30 Uhr

WEDDEL

Außenstellenleitung:

Roger Kamp
Wanneweg 5
38162 Cremlingen/ Weddel
Tel. 05306/ 5500
campino4@t-online.de

Bitte bei Herrn Kamp anmelden.

Erich- Kästner- Schule
Grundschule
Wanneweg 5
38162 Cremlingen/ Weddel

Spanisch B1 Hablamos español



Deseas mejorar tus buenos conocimientos de español y tu nivel de conversación? Este curso te ofrece la posibilidad de lograrlo. En un ambiente ameno trabajamos con textos y artículos de interés general, música, películas e información actual del mundo hispanohablante. Nuevos participantes son cordialmente bienvenidos

Ort : Erich-Kästner-Schule, Weddel

Lucia Montiel-Farny
Di 18:00 - 19:30 Uhr

Kurs B701

11. Sep 2018 (12x) 24 Ustd.
79,20 €

Kurs B701A

15. Jan 2019 (18x) 36 Ustd.
118,80 €

AQUARELL-MALEREI

Aquarellmalen für Fortgeschrittene Vom Wasser inspirieren lassen

In diesem Kurs werden Aquarelle in Lavur- und Lasurtechnik in verschiedenen Formaten gemalt, die sich thematisch mit dem Element Wasser beschäftigen.

Durch die schnelle Malweise des Lavierens entstehen - ohne Zwischentrocknung - besondere Effekte. Der Kurs mündet in eine Ausstellung.

Die gemalten Aquarelle werden vom 24.11.2018 bis 06.01.2019 im Herrenhaus Sichte präsentiert.

Der Kurs findet in der Haupt- und Realschule Sichte statt.

Karin Seidel, freischaffende Künstlerin
Di 19:00 - 21:30 Uhr
je Kurs 99,- €
zzgl. Materialkosten im Kurs

Kurs B670

18. Sep 2018 (10x) 30 Ustd.

Kurs B670A

22. Jan 2019 (10x) 30 Ustd.



Yoga am Donnerstag

Mit Yoga können Sie viel für sich tun. Es kommt den Bedürfnissen des heutigen Menschen entgegen, in hektischen Zeiten zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit zu finden. Yoga ist mehr als Fitnesstraining, denn nicht nur der Körper, sondern auch Geist und Seele profitieren von diesem ganzheitlichen System aus aktivem Körpertraining mit Atem- und Entspannungstechniken.
Ort: Erich-Kästner-Schule

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Decke, Wollsocken, bequeme Kleidung

Heike Eberius, Yogalehrerin

Kurs B702

16. Aug 2018 (16x) 32 Ustd.
Do 17:45 - 19:15 Uhr
105,60 €

Kurs B703

16. Aug 2018 (16x) 32 Ustd.
Do 19:30 - 21:00 Uhr
105,60 €

KURSE AB JANUAR:

Kurs B702A

10. Jan 2019 (19x) 38 Ustd.
Do 17:45 - 19:15 Uhr
125,40 €

Kurs B703A

10. Jan 2019 (19x) 38 Ustd.
Do 19:30 - 21:00 Uhr
125,40 €

Yoga am Montag

Mit Yoga können Sie viel für sich tun. Es kommt den Bedürfnissen des heutigen Menschen entgegen, in hektischen Zeiten zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit zu finden. Yoga ist mehr als Fitnesstraining, denn nicht nur der Körper, sondern auch Geist und Seele profitieren von diesem ganzheitlichen System aus aktivem Körpertraining mit Atem- und Entspannungstechniken.
Der Kurs findet in der Grundschule statt.

Bitte mitbringen: Decke oder Matte, Wollsocken, bequeme Kleidung.

Theresia Fehrenbacher, Kommunikationstrainerin, Yogalehrerin Akanum
Mo 19:30 - 21:00 Uhr

Kurs B704

3. Sep 2018 (14x) 28 Ustd.
92,40 €

Kurs B704A

7. Jan 2019 (20x) 40 Ustd.
132,- €

English Conversation (intermediate)



If you enjoy talking about a variety of topics in English (intermediate level) this might be the right course for you. In a relaxed and friendly atmosphere you can have interesting conversations, expand your vocabulary, brush up on your grammar... Come and join the fun!

In the Erich-Kästner-Grundschule

Bettina Radespiel
Di 18:00 - 19:30 Uhr

Kurs B705

18. Sep 2018 (8x) 16 Ustd.
52,80 €

Kurs B705A

15. Jan 2019 (13x)
26 Ustd.
85,80 €

WINNIGSTEDT

Außenstellenleitung:

Susanne Pape
Krumme Gasse 9
38170 Winnigstedt
Tel. 05336/ 948549
Susanne.PapeWinnigstedt@web.de

Bitte bei Frau Pape anmelden.

Grundschule Winnigstedt
Hauptstr. 6
38170 Winnigstedt

Yoga

Mit Yoga können Sie viel für sich tun. Es kommt den Bedürfnissen des heutigen Menschen entgegen, in hektischen Zeiten zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit zu finden. Yoga ist mehr als Fitnesstraining, denn nicht nur der Körper, sondern auch Geist und Seele profitieren von diesem ganzheitlichen System aus aktivem Körpertraining mit Atem- und Entspannungstechniken.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Decke, Wollsocken, bequeme Kleidung

Joachim Gerecke, Yogalehrer BDY/ EYU
Di 19:30 - 21:00 Uhr
je Kurs 66,- €

Kurs B800

28. Aug 2018 (10x) 20 Ustd.

Kurs B800A

15. Jan 2019 (10x) 20 Ustd.

Kurs B800B

26. Mrz 2019 (10x) 20 Ustd.



WERBUNG