

Münchner
Volkshochschule
Herbst/Winter
2018/2019

Programm Grünwald



Münchner
Volkshochschule

Postwurfsendung an sämtliche Haushalte

Die Münchner Volkshochschule in Grünwald

Münchner Volkshochschule

Stadtbereich Ost

Programm Grünwald

Bürgerhaus Römerschanz

Dr.-Max-Straße 1, 82031 Grünwald

Telefon: (089) 641 11 82

Telefax: (089) 641 09 16

E-Mail: gruenwald@mvhs.de

Internet: www.mvhs.de/ost

MVV: Tram 25, Bus 224/271, Derbolfinger Platz

Mitarbeiterinnen

Dr. Margit Landesberger, pädagogische Mitarbeit

Carola Splettstößer, Sabine Pauly, Sachbearbeitung

Bürozeiten:

montags bis donnerstags von 9.00 bis 12.30 Uhr

mittwochs zusätzlich von 14.00 bis 17.00 Uhr

Zu den folgenden Zeiten ist unser Büro geschlossen:

Herbstferien: 29. Oktober bis 2. November 2018

Weihnachtsferien: 22. Dezember 2018 bis 5. Januar 2019

Das Gesamtprogramm der MVHS

Das Gesamtprogramm Herbst/Winter 2018/2019 umfasst das Angebot der Münchner Volkshochschule im gesamten Stadtgebiet und in Grünwald: rund 9000 Kurse und Veranstaltungen! Es ist ab Samstag, 1. September 2018, in allen Häusern der MVHS, den Münchner Stadtbibliotheken und der Stadtinformation am Marienplatz kostenlos erhältlich.

Im Zeitschriftenhandel können Sie es gegen eine Schutzgebühr von € 1.50 oder einen Gutschein erwerben.

Einen Gutschein zum Ausschneiden finden Sie auf Seite 73.

Impressum

Herausgeber

Münchner Volkshochschule GmbH,
Kellerstr. 6, 81667 München

Postanschrift:

Münchner Volkshochschule GmbH,
Postfach 80 11 64, 81611 München

Homepage: www.mvhs.de

Redaktion

Dr. Margit Landesberger

Herstellung und Satz

Monika Cyron, Bettina Siegart

Titelgestaltung

www.kunst-oder-reklame.de

Druck

Druck & Verlag Zimmermann,
Einsteinstraße 4, 85716 Unterschleißheim

Anzeigenvertrieb

Mediengruppe Münchner Wochenanzeiger
5-Seen Wochenanzeiger GmbH

Geschäftsführer: Roland Binder, Michael Simon
Carl-Benz-Str. 11, 82205 Gilching bei München
Telefon (081 05) 38 44 44, Fax (081 05) 38 44 55

Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 16 vom 1.3.2018

V.i.S.d.P.: Dr. Susanne May, Programmdirektorin

Anmeldung – Information – Beratung für das Programm Grünwald

Wo?

Münchner Volkshochschule – Stadtbereich Ost
 Programm Grünwald
 Bürgerhaus Römerschanz
 Dr.-Max-Straße 1, 82031 Grünwald

Wann?

**Am ersten Anmeldetag, Samstag, 1. September 2018
 von 11.00 bis 16.00 Uhr**

persönlich und telefonisch ab Montag, 3. September 2018:
 montags bis donnerstags von 9.00 bis 12.30 Uhr,
 mittwochs von 14.00 bis 17.00 Uhr
 Telefon (089) 6 41 11 82

Bitte beachten Sie zur Zahlweise:

Per Lastschrift ist die Anmeldung zu o. g. Zeiten möglich.
 Ab Montag, 10. September 2018, ist unsere Kasse für Bar-
 oder EC-Kartenzahlung nur immer jeweils montags von
 9.00 bis 12.30 Uhr geöffnet. Diese Kassenzeit gilt auch für
 die nachträgliche Auszahlung einer Ermäßigung.

In den Schulferien ist die Geschäftsstelle in Grünwald in der
 Regel geschlossen. Informationen zu den Büroferien finden
 Sie nebenstehend.

Anmeldung in München – persönlich und telefonisch ab Donnerstag, den 1. September 2018:

montags und dienstags von 9.00 bis 13.00 Uhr
 mittwochs und donnerstags von 14.00 bis 19.00 Uhr
 samstags (nur im Gasteig) von 11.00 bis 16.00 Uhr

- Zentrale Gasteig, Rosenheimer Straße 5, 1. Stock
 Telefon (089) 4 80 06-62 39
- Zentrale Einstein 28, Einsteinstraße 28
 (nur persönlich)
- Stadtbereichszentrum Ost, Giesing, Werinherstraße 33
 Telefon (089) 4 80 06-68 68
- Stadtbereichszentrum Süd, Albert-Roßhaupter-Straße 8
 Telefon (089) 4 80 06-67 50
- Stadtbereichszentrum West, Pasing, Bäckerstraße 14
 Telefon (089) 4 80 06-67 30
- Stadtbereichszentrum Nord, Troppauer Straße 10
 Telefon (089) 4 80 06-68 30

Online-Anmeldung: www.mvhs.de

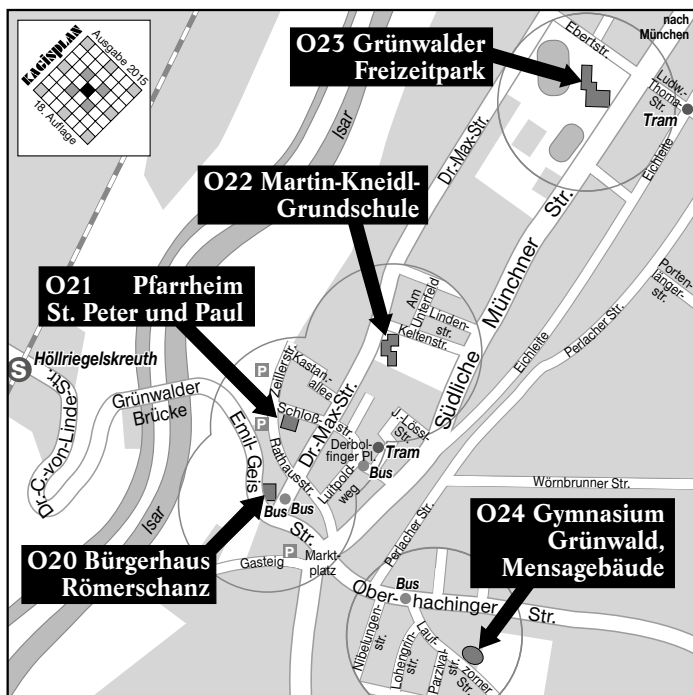
Rund um die Uhr, mit Anmeldekarte zum Ausdrucken

Schriftliche Anmeldung

mit dem Anmeldeformular auf Seite 76.

Unsere Kundenkarten: MVHS-Card und Senior-Card

Informationen zu unseren Kundenkarten finden Sie auf den
 Seiten 70 (MVHS-Card) und 71 (Senior-Card) sowie im
 Internet unter www.mvhs.de.



MVHS – Programm Grünwald

Bürgerhaus Römerschanz
Dr.-Max-Straße 1
82031 Grünwald
Tram 25, Bus 224/271 Derbolfinger Platz

Gymnasium Grünwald

Mensagebäude beim Sportplatz, Lehrküche 1. Stock
Laufzoner Straße 1
82031 Grünwald
Tram 25, Bus 224/271 Derbolfinger Platz,
Bus 224 Laufzoner Straße

Pfarrheim St. Peter und Paul

EDV-Raum, 1. Stock
Schloßstraße 4
82031 Grünwald
Tram 25, Bus 224/271 Derbolfinger Platz

Martin-Kneidl-Grundschule

Dr.-Max-Straße 18
82031 Grünwald
Tram 25, Bus 224/271 Derbolfinger Platz

Grünwalder Freizeitpark GmbH

Südliche Münchner Straße 35c
82031 Grünwald
Tram 25, Haltestelle Ludwig-Thoma-Straße

Alle Orte sind auch mit dem kostenlosen Linientaxi der Gemeinde Grünwald erreichbar.

Anmelde-Informationen	1
Lageplan der Unterrichtsorte	2
Kalendarium	4
Dozentenporträts	5
Ausstellungen	6
Grünwald und Umgebung	10
Zivilcourage	14
Gesellschaftspolitik	14
Internationale Politik	14
Philosophie	15
Religion	15
Psychologie	15
Studium Generale	16
Reisevorträge	19
Ausstellungen in München	21
Museumswerkstatt	21
Kunstgeschichte	22
Zeichnen und Malen	23
Kreatives Kunsthandwerk	25
Nähen und textiles Gestalten	26
Ausstrahlung und Stil	29
Literatur und Schreiben	29
Fotografie	30
Tanz	32
Musik	32
Astronomie	33
Natur und Umwelt	33
Gesundheit informativ	36
Gesundheit aktiv – allgemeine Hinweise	36
Stressreduktion und Entspannung	37
Bewegung und Körpererfahrung	37
Gymnastik und Fitness	41
Kochen und Ernährung	47
Weinkunde	51
Berufliche Bildung	52
Rhetorik und Kommunikation	52
Maschinenschreiben am PC	53
Computer und Internet	53
Sprachen lernen mit System	58
Englisch	59
Französisch	62
Italienisch	63
Spanisch	69
Zeittafel	72
Anmeldeformular	76
Allgemeine Geschäftsbedingungen	78

Das Programm Herbst / Winter 2018/2019

dauert vom 1. Oktober 2018 bis 28. Februar 2019.

Die Anmeldung beginnt am 1. September 2018

Nähere Informationen dazu finden Sie auf Seite 1.

Sept	Okt	Nov	Dez	Jan	Feb
1 Sa	1 Mo	1 Do	1 Sa	1 Di	1 Fr
2 So	2 Di	2 Fr	2 So	2 Mi	2 Sa
3 Mo	3 Mi	3 Sa	3 Mo	3 Do	3 So
4 Di	4 Do	4 So	4 Di	4 Fr	4 Mo
5 Mi	5 Fr	5 Mo	5 Mi	5 Sa	5 Di
6 Do	6 Sa	6 Di	6 Do	6 So	6 Mi
7 Fr	7 So	7 Mi	7 Fr	7 Mo	7 Do
8 Sa	8 Mo	8 Do	8 Sa	8 Di	8 Fr
9 So	9 Di	9 Fr	9 So	9 Mi	9 Sa
10 Mo	10 Mi	10 Sa	10 Mo	10 Do	10 So
11 Di	11 Do	11 So	11 Di	11 Fr	11 Mo
12 Mi	12 Fr	12 Mo	12 Mi	12 Sa	12 Di
13 Do	13 Sa	13 Di	13 Do	13 So	13 Mi
14 Fr	14 So	14 Mi	14 Fr	14 Mo	14 Do
15 Sa	15 Mo	15 Do	15 Sa	15 Di	15 Fr
16 So	16 Di	16 Fr	16 So	16 Mi	16 Sa
17 Mo	17 Mi	17 Sa	17 Mo	17 Do	17 So
18 Di	18 Do	18 So	18 Di	18 Fr	18 Mo
19 Mi	19 Fr	19 Mo	19 Mi	19 Sa	19 Di
20 Do	20 Sa	20 Di	20 Do	20 So	20 Mi
21 Fr	21 So	21 Mi	21 Fr	21 Mo	21 Do
22 Sa	22 Mo	22 Do	22 Sa	22 Di	22 Fr
23 So	23 Di	23 Fr	23 So	23 Mi	23 Sa
24 Mo	24 Mi	24 Sa	24 Mo	24 Do	24 So
25 Di	25 Do	25 So	25 Di	25 Fr	25 Mo
26 Mi	26 Fr	26 Mo	26 Mi	26 Sa	26 Di
27 Do	27 Sa	27 Di	27 Do	27 So	27 Mi
28 Fr	28 So	28 Mi	28 Fr	28 Mo	28 Do
29 Sa	29 Mo	29 Do	29 Sa	29 Di	
30 So	30 Di	30 Fr	30 So	30 Mi	
	31 Mi		31 Mo	31 Do	

Kursprogramm in den Schulferien und an Feiertagen

Fortlaufende Kurse finden in der Regel an gesetzlichen Feiertagen und in den bayerischen Schulferien nicht statt:

Herbstferien: 29. Oktober bis 2. November 2018

Weihnachtsferien: 22. Dezember 2018 bis 5. Januar 2019

Gesetzliche Feiertage sind im Kalendarium weiß markiert.



Elena Cattaneo

Sie ist in Mailand geboren, lebt aber seit mehr als 20 Jahren in Deutschland. Sprachen und fremde Kulturen haben sie schon immer fasziniert und dieses Interesse begleitet sie seit Jahrzehnten. Durch intensive Selbsterfahrung als Diplomübersetzerin, Diplomdolmetscherin und diplomierte Fremdsprachenwissenschaftlerin weiß Elena Cattaneo genau, was es bedeutet, eine Sprache zu erlernen und sich dabei in die andere Kultur hineinzusetzen. Sie ist mit Leib und Seele Italienerin und will in ihren Italienischkursen nicht nur die Sprache vermitteln, sondern mit ihren Teilnehmenden eine Reise in die faszinierende italienische Kultur unternehmen. Es gilt, die Menschen, das Land, die Kultur und das Essen kennenzulernen und das alles mit ganz viel Spaß und Freude.



Stefanie Hepp

Wasserscheu darf man bei ihr nicht sein: Seit Jahren scheucht die Diplom-Sportlehrerin Stefanie Hepp mit den Hauptfächern Publizistik, Tennis und Skifahren ihre Kursteilnehmer ins feuchte Nass, und wer mal in einem ihrer Aquafit-Kurse drin ist, will in der Regel nicht mehr raus. Ihre Sportbegeisterung ist

einfach extrem ansteckend! Sie selbst fing als Dreijährige mit dem Kinderturnen an und kam über Trampolin, Leichtathletik und Schwimmen zum Modernen Fünfkampf, dessen Vielfältigkeit ihrem Bewegungstalent ganz besonders entgegenkam. Als Sportredakteurin von Tele-Gym beim Bayerischen Rundfunk schließlich eröffnete sich ihr die Welt der Gymnastik mit ihrem großen Spektrum. Mit großer Freude ist sie mittlerweile seit über zwanzig Jahren als Trainerin für viele verschiedene Sportarten und Altersgruppen tätig.

Kunstforum Römerschanz

Bürgerhaus Römerschanz
Dr.-Max-Straße 1
Telefon: (089) 641 11 82



Endlichkeit – Ewigkeit

Aktuelle Arbeiten der Künstlergruppe Isarkiesel

Die Künstlerinnen der Künstlergruppe Isarkiesel, Katharina Freitag, Barbara Kachler, Uschi Kneidl und Caroline Weiss, beschäftigen sich in dieser Ausstellung aus ganz unterschiedlichen Blickwinkeln mit dem Gedanken an das vergängliche Leben inmitten unvergänglicher Ewigkeit. Einerseits geht es um die Schwere der materiellen, körperlichen Vergänglichkeit, andererseits um die Freiheit des Geistes, der Gedanken und um die Wechselwirkung dieser beiden Pole.

Am Abend der Vernissage musizieren Caroline Weiss und Bernhard Ullrich.

Ausstellungseröffnung

Dienstag, 11. September 2018, 19.30 Uhr

Ausstellungsdauer

11. September bis 24. Oktober 2018

Öffnungszeiten

Montag bis Samstag von 9.00 bis 21.00 Uhr

Das Kunstforum Römerschanz ist eine Initiative der Münchner Volkshochschule in Grünwald mit Förderung der Gemeinde Grünwald.

Kunstforum Römerschanz

Bürgerhaus Römerschanz
 Dr.-Max-Straße 1
 Telefon: (089) 641 11 82

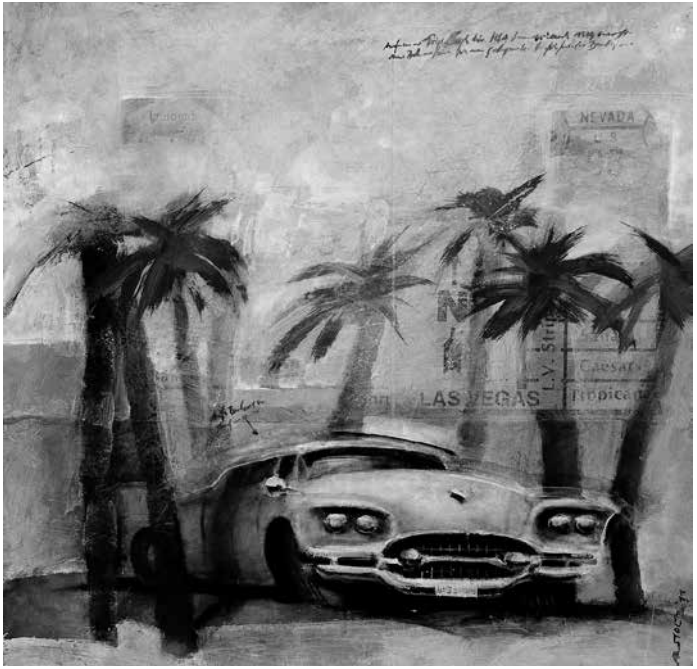


Foto: © Reiner Stolte

USA-Impressionen Bilder von Reiner Stolte

Das Jahr 1979 bildete die Basis zu Reiner Stoltes Ausstellungsmotto USA-Impressionen. In diesem Jahr unternahm er mit vier Freunden einen Trip durch die USA, der sie von San Francisco an der West-Küste über Florida durch zehn Bundesstaaten nach New York führte.

Sie legten ca. 14.000 km durch sehr unterschiedliche Landschaften zurück. Reiner Stoltes Experiment, die großartigen Eindrücke nicht im Fotoapparat, sondern im Kopf festzuhalten, ist geglückt: Er hat sie jederzeit abrufbar nur in seinem Gedächtnis gespeichert und anschließend künstlerisch umgesetzt.

Ausstellungseröffnung

Mittwoch, 14. November 2018, 19.30 Uhr

Ausstellungsdauer

14. November bis 14. Dezember 2018

Öffnungszeiten

Montag bis Samstag von 9.00 bis 21.00 Uhr

Das Kunstforum Römerschanz ist eine Initiative der Münchner Volkshochschule in Grünwald mit Förderung der Gemeinde Grünwald.

Kunstforum Römerschanz

Bürgerhaus Römerschanz
Dr.-Max-Straße 1
Telefon: (089) 6 41 11 82



Foto: © Taciana Ottowitz

Feder, Haar und Schweif Tierdarstellungen von Taciana Ottowitz

Das naturwissenschaftliche Malen und Zeichnen hat eine lange Geschichte und reicht von Dürer bis in die Gegenwart. Es ist eine traditionelle Kunstform mit der Natur als unerschöpflicher Inspirationsquelle. Auch wenn es allen gegenwärtigen Kunstströmungen zuwiderzulaufen scheint, üben die Bilder eine zeitlose Faszination aus. Wissenschaftliche Genauigkeit und die erlernte Technik ermöglichen es, ein Tier oder eine Pflanze detailgetreu wiederzugeben. Ziel der Künstlerin ist es, die Schönheit der Natur zum Ausdruck zu bringen.

Ausstellungseröffnung

Mittwoch, 16. Januar 2019, 19.30 Uhr

Ausstellungsdauer

16. Januar bis 13. Februar 2019

Öffnungszeiten

Montag bis Samstag von 9.00 bis 21.00 Uhr

Das Kunstforum Römerschanz ist eine Initiative der Münchner Volkshochschule in Grünwald mit Förderung der Gemeinde Grünwald.

Am Wochenende noch nichts vor?



Wir bieten Gesellschaftsspiele - für jeden etwas!

Für Pfiffige -

... ist das Kinderspiel des Jahres raus!
Eisig wird's in „Icecool“

Für die Großen -

„Kingdomino“ zum Tüfteln, Spiel des Jahres

Für Klassiker -

„Backgammon“ im Koffer

Für Sinneswesen -

Fühlen, Riechen, Sehen, Hören, Schmecken
in der „Welt der Sinne“

Für Familien -

Erleben Sie Abenteuerliches in
„Der mysteriöse Wald“

Und für Konsolenbegeisterte:

Xbox 360, z.B.:



- Lego Batman 2
- Minecraft

PS4, z.B.:



- Fifa 18
- Horizon Zero Dawn

WiiU, z.B.:



- Donkey Kong - Country Tropical Freeze
- Mario Kart 8

Außerdem steht in der Bibliothek eine PS4 zum Spielen bereit!

Gemeindebibliothek Grünwald

Südliche Münchner Str. 7, 82031 Grünwald

Tel.: (089) 641 24 70, Fax: (089) 641 08 17

E-Mail: info@bibliothek-gruenwald.de

www.bibliothek-gruenwald.de

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo., Di., Do., Fr.:

10.00 – 13.00 und

14.00 – 18.30 Uhr

Mittwoch: 10.00 – 13.00 Uhr



Grünwald und Umgebung

Verborgene Schätze der Vergangenheit

Führung durch das Gemeindearchiv Grünwald

Es gibt einen guten Grund, sich in die Tiefen des Grünwalder Rathauses zu begeben: Grünwald besitzt schon seit Jahren ein sehr gut erschlossenes Gemeindearchiv, in dem zahlreiche Schätze verborgen liegen. Von den ältesten Aktenbeständen, den Zensur- und Absentenbüchern der Werk- und Feiertagsschule Grünwald aus den Jahren 1823 bis 1866 über den Straßenbahnvertrag von 1910 bis hin zu historischen Fotos, Bildern und Postkarten, findet man dort eine Vielzahl an Preziosen, die die Geschichte Grünwalds lebendig werden lassen.

H123780 – Führung

Ulrike Grammel · Treffpunkt: Rathaus, Haupteingang · Rathausstr. 3 · fr 15.00 bis 17.00 Uhr · 25.1.2019 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Spaziergang über den Grünwalder Waldfriedhof

„Der Mensch ist erst wirklich tot, wenn niemand an ihn denkt.“ (Bertold Brecht)

Prominente, Priester, Rotkreuz-Schwester, Bombenopfer und Bürgermeister haben zwischen den Bäumen und Sträuchern des Grünwalder Friedhofs ihre letzte Ruhe gefunden. Die Grabstätten berühmter Persönlichkeiten liegen neben denen bekannter Grünwalder Bürger. Bei einem Spaziergang durch die Gräberreihen wird die Lebensleistung einzelner Verstorbener gewürdigt. Außerdem werden die Entstehungsgeschichte des Friedhofs und die Architektur der Bauwerke in der ausgedehnten Parkanlage erläutert.

H123781 – Führung

Hella Neusiedl-Hub · Treffpunkt: Aussegnungshalle im Grünwalder Friedhof · Tölzer Str. 43 · so 14.00 bis 16.00 Uhr · 14.10.2018 · € 7.– · Anmeldung erforderlich · 12 Plätze

Die beiden Pfarrkirchen St. Peter und Paul

Die alte Pfarrkirche St. Peter und Paul, heute Gedächtnisstätte für die Kriegsoffer beider Weltkriege, führt unter den wenigen erhaltenen historischen Gebäuden in Grünwald ein Schattendasein, obwohl sie vermutlich ebenso alt ist wie die benachbarte Burg, mit der sie in ihrer Geschichte eng verbunden ist. Der Vortrag im Bürgerhaus Römerschanz berichtet über die Baugeschichte der Kirche und stellt die wenigen erhaltenen Bildwerke ihrer früheren Ausstattungen vor. Abgeschlossen wird die Veranstaltung mit einem kurzen Rundgang durch die neue Pfarrkirche.

H123782 – Vortrag

Wolfgang Kuny · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · sa 14.00 bis 15.30 Uhr · 17.11.2018 · € 6.– · Anmeldung erforderlich · 12 Plätze · &

Die wittelsbachische Burg Grünwald und ihre drei Vorgängeranlagen – archäologisch-historische Führung

Beim Besuch der spätmittelalterlichen Burg Grünwald geht es neben einer Besichtigung der Burg und ihrer Außenanlagen auch um ihre drei früh- bis hochmittelalterlichen Vorgängerburgen. Im Original und anhand grafischer Dokumente werden bauliche Relikte der frühmittelalterlichen Burg landesfürstlicher Grundherren, der drei hochmittelalterlichen Nachfolge-Burgen Andechser Ministerialen und der spätmittelalterlichen Burganlage bayerischer Herzöge des Hauses Wittelsbach vorgestellt. Letztere diente als Jagd-schloss und Verwaltungssitz der Hofmark.

H123783 – Führung

Prof. Dr. Ludwig Wamser · Treffpunkt: Burg Grünwald · Zeillerstr. 3 · sa 14.00 bis 17.00 Uhr · 26.1.2019 · € 8.– zuzüglich Eintritt in die Burg · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Geiseltasteig – von der landwirtschaftlichen Schwaige über die Villenkolonie bis heute

In diesem ortsgeschichtlichen Spaziergang geht es um die Erschließung Geiseltasteigs, dessen Entwicklung neben dem Bauerndorf Grünwald bis hinein in die heutige Zeit. Der Weg führt zu alten Villen, neuen Häusern und bekannten Bewohnern. Unter Einbeziehung der Trambahnlinie 25.

H123784 – Führung

Uschi Kneidl/Stephan Weidenbach · Treffpunkt: Haltestelle · Robert-Koch-Str. (Tram 25) · sa 14.00 bis 17.00 Uhr · 20.10.2018 · € 7.– · Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card

Provokante Kunst in der Nazizeit

Das Wandbild der Thomaskirche in Grünwald

Als um 1930 das riesige, figurenreiche Wandbild bei dem namhaften Künstler Prof. Reinhold Max Eichler in Auftrag gegeben wurde, ahnte keiner, dass dies die Nationalsozialisten, die mitten in der Ausarbeitung des Werkes an die Macht gelangten, provozieren würde. Dargestellt ist die Bergpredigt, die an die Wertschätzung der Schwachen, Andersartigen und Menschen anderer Hautfarbe appelliert. Im Widerspruch zur Nazi-Ideologie blieb dies nicht ohne Folgen. Die ortsansässige Kunsthistorikerin Martina Müllner erläutert die Entstehungsgeschichte und die Raffinessen des kunsthistorisch bedeutenden Freskos.

H123785 – Vortrag

Martina Müllner · Treffpunkt: Thomaskirche Grünwald · Ludwig-Thoma-Platz 5 · so 14.00 bis 16.00 Uhr · 20.1.2019 · € 7.– · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Orgelbauwerkstatt Hubertus Graf Kerssenbrock Natur, Kultur und altes Handwerk im Schweindlhof

Hubertus Graf Kerssenbrock ist seit über einem halben Jahrhundert Orgelbauer. In dieser Zeit hat er Orgeln in weiten Teilen Europas gebaut, umgebaut und bedeutende historische Orgeln restauriert. Die Werkstatt befindet sich im 500 Jahre alten Schweindlhof, in dem regelmäßig Kulturveranstaltungen stattfinden und dessen Gelände ein besonderes Naturerlebnis bietet. Die Veranstaltung beginnt mit einer Filmvorführung über die Orgelbauwerkstatt im Bürgerhaus Römerschanz. Von dort begibt sich die Gruppe gemeinsam zum Schweindlhof.

H123787 – Vortrag

Hubertus Graf Kerssenbrock · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · sa 14.00 bis 16.30 Uhr · 20.10.2018 · € 7.– · Anmeldung erforderlich

Geothermie in Grünwald Spitzentechnik für Unabhängigkeit in der Wärmeversorgung

Seit Oktober 2011 beliefert die Erdwärme Grünwald GmbH Haushalte mit geothermisch erzeugter Wärme. Geothermie bedeutet ganz grob: Das Tiefenwasser gibt seine Wärme an das Wasser im Fernwärmenetz ab und wird abgekühlt wieder in die Tiefe geleitet. Die Führung durch das hochmoderne Heizwerk und die dortige zukunftsweisende Technologie machen klar, welcher hoher finanzieller und technischer Aufwand nötig ist, um eine Unabhängigkeit von fossilen Brennstoffen zu erreichen.

H123791 – Führung

Erdwärme Grünwald GmbH · Treffpunkt: Erdwärme Grünwald, Heizkraftwerk Laufzorn, 82041 Oberhaching · Laufzorn Str. 104 · mi 14.00 bis 15.00 Uhr · 14.11.2018 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Pullach – Nachbar Grünwalds: Spaziergang durch den alten Ortskern

Grünwald und Pullach verbindet eine gute Nachbarschaft, aber welche Geschichte und Geschichten gibt es bezüglich der Gemeinde? Hier gibt es eine gute Gelegenheit, sich mit dem kenntnisreichen Pullacher Gemeindecarchivar auf einen anekdotenreichen Spaziergang durch ein Stück Pullacher Geschichte zu begeben.

H123800 – Führung

Erwin Deposse · Treffpunkt: Pullach, alte Kirche Hl. Geist · Am Kirchplatz · sa 14.00 bis 16.00 Uhr · 10.11.2018 · € 6.– · Anmeldung erforderlich

St. Laurentius in Großdingharting

Mit ihrem mächtigen Chorturm bestimmt die Pfarrkirche St. Laurentius das Dorfbild von Großdingharting. Das im Kern spätromanische Gebäude wurde bis ins 19. Jahrhundert von nahezu jeder Epoche ausgeschmückt oder erweitert, ohne jedoch das mittelalterliche Gefüge zu zerstören. Für den aufmerksamen Betrachter kann ein Besuch der Kirche damit zu einem Gang durch die regionale Kunstgeschichte der vergangenen Jahrhunderte werden – eine Spurensuche.

H123803 – Führung

Martin Lambertz · Treffpunkt: St. Laurentius in Großdingharting · Münchner Str. · so 14.00 bis 15.30 Uhr · 21.10.2018 · € 6.– · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Frischer Fisch! Die Isartaler Forellenzucht Aumühle

Die Forellenzucht Aumühle liegt mitten im Naturschutzgebiet Isartal. Erbaut wurde der Fischzuchtbetrieb bereits im Jahre 1923. Die Naturteiche, in denen sich Forellen, Saiblinge und Lachsforellen tummeln, werden von zwei Quellbächen, die in der Pupplinger Au entspringen, gespeist. Über die Entwicklung des Betriebes, die Vermarktung, Zucht und Fütterung berichtet der Fischwirtschaftsmeister bei einer Führung durch die rund einen Hektar große Anlage. Festes Schuhwerk ist erforderlich. Anfahrt siehe www.forellenzucht-aumuehle.de

H123805 – Führung

Fischzucht Aumühle GbR · Treffpunkt: Isartaler Forellenzucht Aumühle 7 · sa 10.30 bis 12.00 Uhr · 9.2.2019 · € 6.– · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Hofführung auf Gut Ingold in Beigarten

Auf Gut Ingold werden Aubrac-Rinder gehalten. Aubrac ist eine sehr widerstandsfähige Rinderrasse aus dem französischen Massiv Central. Die Tiere stehen im Sommer auf der Weide und fressen im Winter das Heu der hofeigenen Wiesen. Seit 2006 ist Gut Ingold Mitglied im Bundesverband der Aubrac-Züchter. Auf dem Gut betreibt man Mutterkuhhaltung zur Fleischproduktion, setzt auf Transparenz der Ernährungsgrundlagen und einen respektvollen Umgang mit den Tieren. Im Hofladen werden die Produkte direkt vermarktet.

Die Führung ist für Erwachsene konzipiert, Kinder können bei Interesse gerne teilnehmen.

H123807 – Führung

Valérie Hendriock · Treffpunkt: Gut Ingold bei Straßlach · Beigarten 1 · sa 14.00 bis 15.30 Uhr · 27.10.2018 · € 6.– · Anmeldung erforderlich · 12 Plätze

Zivilcourage

Zivilcourage, Selbstsicherheit und Eigenschutz

Ziel des Kurses ist es, den Teilnehmenden Tipps zur Selbstbehauptung („Wie helfe ich mir selbst“) und Zivilcourage („Wie helfe ich anderen“) an die Hand zu geben, ohne sich selbst in Gefahr zu bringen. Zudem wird vermittelt, wie man Gefahrensituationen vermeiden kann. Der Kurs wird von Beamten der Polizeiinspektion durchgeführt.

Die Polizei benötigt vor den Seminaren die Namen und Geburtsdaten der Teilnehmenden.

H110178

Nur für Teilnehmende ab 18 Jahren · Treffpunkt: Polizeiinspektion 32, Grünwald · Tölzer Str. 34 · mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 14.11.2018 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich · 12 Plätze

Gesellschaftspolitik

Das Silicon Valley – Keimzelle unserer Zukunft?

Das Silicon Valley steht für technologische Innovationen schlechthin. Wie kam es zu dieser rasanten Erfolgsgeschichte? Die Besten der Besten: Welche Marktführer hat das Silicon Valley hervorgebracht und wieso gerade diese? Venture Capital: Der Organismus des Silicon Valley. Europa und China im Vergleich: Was sind deren Silicon Valleys? Die Zukunft kommt – auch – aus dem Silicon Valley: von künstlichem Fleisch, künstlicher Intelligenz bis hin zu fliegenden Autos.

H110318 – Vortrag

Andreas Dohmen · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · di 19.00 bis 20.30 Uhr · 15.1.2019 · € 6.– · Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card · &

Internationale Politik

Der Einfluss der USA im Nahen und Mittleren Osten

Die Rolle der USA im Nahen Osten definiert sich seit vielen Jahren über die Freundschaft mit Israel und die Gegnerschaft zum Iran. Welche Ziele der USA lassen sich dabei erkennen? Welche Bedeutung kommt den Beziehungen Washingtons zu Saudi-Arabien zu? Und nicht zuletzt: wie wirkt sich die veränderte Nahostpolitik der USA unter Donald Trump aus?

H110587 – Vortrag

Dr. Robert Staudigl · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · mo 19.00 bis 20.30 Uhr · 12.11.2018 · € 6.– · Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card · &

Philosophie

Arthur Schopenhauer – Pessimismus und Atheismus

Arthur Schopenhauer ist der erste Philosoph des 19. Jahrhunderts, der weder an eine von einem guten Gott geschaffene Welt noch an die Allmacht der Vernunft glaubt. Das setzt ihn in Gegensatz zur Philosophie seiner Zeit und macht ihn zum Diagnostiker der modernen Welt.

H135204 – Vortrag

Dr. Wolfgang Thorwart · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · mo 19.00 bis 20.30 Uhr · 14.1.2019 · € 7.– · Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card · &

Religion

Varanasi, Pilgerort des Hinduismus

Die Stadt des Lichts an den Ufern des Ganges

Varanasi (auch bekannt unter dem Namen Benares), die Stadt am Ganges, ist in Indien eines der bedeutendsten Heiligtümer, das auch in unserem Kulturkreis touristische Popularität gewann. Zwar steht Varanasi in der Mythologie hauptsächlich mit dem Gott Shiva in Verbindung, doch wird die Stadt nicht nur von seinen Anhängern besucht, sondern von verschiedenen hinduistischen Pilgern, die sich von ihren Verfehlungen reinzuwaschen hoffen oder an diesem Ort sterben wollen.

H138155 – Vortrag

Jana Schäfer · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · do 19.00 bis 20.30 Uhr · 24.1.2019 · € 7.– · Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card · &

Psychologie

Der wohlwollende Blick auf das Ich

Ein Selbstakzeptanz-Training für Frauen

Der Weg zu mehr Souveränität: die eigenen Stärken und Leistungen anerkennen und individuelle Schwächen verstehen und nicht verurteilen. In zahlreichen praktischen Übungen visualisieren Sie Ihre Ressourcen und finden Ihren Weg zu mehr Selbst-Bewusstsein. Anhand eigener Beispiele lernen Sie mentale und kommunikative Strategien kennen, um besser Grenzen zu setzen und Ihre Position zu vertreten.

H146242 – Samstagseminar

Nur für Frauen · Regina Lautenschläger · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 19.1.2019 · € 34.– · 14 Plätze · &

Studium Generale

„Wichtig ist, dass man nicht aufhört zu fragen.“

Dieser Satz Albert Einsteins fasst die Grundidee des Studium Generale an der Münchner Volkshochschule bestens zusammen. Hier treffen sich Menschen, die nicht nur ihr Wissen in unterschiedlichen Bereichen erweitern wollen – wie Geschichte oder Naturwissenschaften, die Künste oder die Philosophie – sondern auch von jener unstillbaren Neugier angetrieben werden, die die Welt stets aufs Neue befragt. In einem regelmäßigen Kurs oder in unserem Seminar in Haus Buchenried und den Kompaktkursen können Sie gemeinsam mit Gleichgesinnten auf diese Entdeckungsreise gehen. Mit Dozentinnen und Dozenten der verschiedenen Wissensgebiete durchdenken Sie aktuelle und klassische Themen, ergänzt durch Museums-, Ausstellungs- oder Theaterbesuche. In entspannter Atmosphäre können Sie Ihren Horizont erweitern, Fragen stellen und diskutieren oder einfach nur zuhören. Sie brauchen keinen bestimmten Schulabschluss und die Kurse folgen keinem festgelegten Lehrplan. Die Wahl der Themen wird wesentlich von den Interessen der Kursteilnehmenden bestimmt, wobei im Laufe der Zeit alle der rund 15 Wissensbereiche abgedeckt werden.

Information und Beratung

Gerne beraten wir Sie persönlich: Sie erreichen uns unter Telefon (089) 48006-65 61. Weitere Informationen finden Sie auch unter www.mvhs.de/studium-generale. Kurzfristige Änderungen im Programm der einzelnen Kurse sind möglich.

Montag 9.30 Uhr

1. Politik, Dr. Thomas Lange
2. Literatur, Dr. Umberto Lodovici
3. Wirtschaft, Dr. Peter Dorsch

H155000

Kursbegleitung: Adelheid Maruhn · Bürgerhaus
Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 15 x mo 9.30 bis 11.30 Uhr ·
1.10.2018 bis 4.2.2019 · € 123.– · 21 Plätze · &

Dienstag 9.30 Uhr

1. Wirtschaft, Elisabeth Paskuy
2. Religion, Christian Grau
3. Geschichte, Dr. Robert Staudigl

H155010

Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 15 x di 9.30 bis
11.30 Uhr · 2.10.2018 bis 5.2.2019 · € 109.– · 21 Plätze · &

Dienstag 9.30 Uhr

1. Musik, Rolf Basten
2. Naturwissenschaft, Julia Rahn
3. Politik, Dr. Umberto Lodovici

H155020

Kursbegleitung: Horst Zimpelmann · Bürgerhaus
Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 15 x di 9.30 bis 11.30 Uhr ·
2.10.2018 bis 5.2.2019 · € 136.– · 21 Plätze · &

Mittwoch 9.30 Uhr

1. Politik, Christian Grau
2. Literatur, Dr. Umberto Lodovici
3. Philosophie, Hans-Peter Hagedorn

H155030

Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 15 x mi 9.30 bis
11.30 Uhr · 10.10.2018 bis 6.2.2019 · € 109.– · 21 Plätze · &

Mittwoch 9.30 Uhr

1. Literatur, Dr. Johanna Büchel
2. Theater, Tristan Berger
3. Naturwissenschaft, Dr. Christine Botzler

H155040

Kursbegleitung: Renate Gassenmeier · Bürgerhaus
Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 15 x mi 9.30 bis 11.30 Uhr ·
10.10.2018 bis 6.2.2019 · € 123.– · 21 Plätze · &

Mittwoch 9.30 Uhr

1. Politik, Dr. Peter Seyferth
2. Kunst, Renate Gassenmeier
3. Naturwissenschaft, Barbara Bassler

H155050

Kursbegleitung: N.N. · Bürgerhaus Römerschanz ·
Dr.-Max-Str. 1 · 15 x mi 9.30 bis 11.30 Uhr · 10.10.2018
bis 6.2.2019 · € 136.– · 21 Plätze · &

Donnerstag 9.30 Uhr

1. Theater, Tristan Berger
2. Architektur, Dr. Kaija Voss
3. Geschichte, Dr. Umberto Lodovici

H155060

Kursbegleitung: Cornel Wawrinsky · Bürgerhaus
Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 15 x do 9.30 bis 11.30 Uhr ·
4.10.2018 bis 7.2.2019 · € 136.– · 21 Plätze · &

Freitag 9.30 Uhr

1. Literatur, Prof. Dr. Johanna Renate Döring
2. Naturwissenschaft, Astrid Holler
3. Philosophie, Dr. Egon Meusel

H155070

Kursbegleitung: Bernadette Raschke · Bürgerhaus
Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 15 x fr 9.30 bis 11.30 Uhr ·
5.10.2018 bis 8.2.2019 · € 136.– · 21 Plätze · &

Freitag 9.30 Uhr

1. Literatur, Ingeborg Röck
2. Politik, Dr. Markus Schütz
3. Geschichte, Dr. Tanja Gouda

H155080

Kursbegleitung: Renate Gassenmeier · Bürgerhaus
Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 15 x fr 9.30 bis 11.30 Uhr ·
5.10.2018 bis 8.2.2019 · € 136.– · 21 Plätze · &

Freitag 9.30 Uhr

1. Wirtschaft, Dr. Markus Schütz
2. Geschichte, Ingeborg Röder
3. Literatur, Ingeborg Röck

H155090

Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 15 x fr 9.30 bis
11.30 Uhr · 5.10.2018 bis 8.2.2019 · € 109.– · 21 Plätze · &

www.mvhs.de

Besuchen Sie uns auch im Internet!

Hier können Sie rund um die Uhr Bildung **online buchen**,
finden **schnell und aktuell** alle Informationen zu unserem
vielfältigen Angebot.

Reisevorträge

Riga – reiche Hansestadt an der Daugava

Die Stadtsilhouette der Hauptstadt Lettlands wird von großen mittelalterlichen Kirchen geprägt. Die am Fluss Daugava gelegene Hansestadt ist berühmt für ihre gut erhaltene Innenstadt. Hier sind architektonische Kostbarkeiten, wie das „Katzenhaus“, das „Schwarzhäupterhaus“ oder die alte Börse zu finden. Bekannt ist Riga für sein großes Jugendstilviertel. Beeindruckend sind die riesigen ehemaligen Zeppelinhallen, in denen seit 1930 der Zentralmarkt beheimatet ist. Auch Relikte des stalinistischen „Zuckerbäckerstils“ findet man in der Stadt.

H183090 – Vortrag

Dr. Kaija Voss · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · mo 19.00 bis 20.30 Uhr · 28.1.2019 · € 7.– · Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card · 18 Plätze · &

Mit dem Fahrrad von Petersburg nach Moskau: Petersburg und Umgebung

Mit großer Spannung freuen wir uns darauf, der Kultur und Geschichte, dem Land und den Menschen Russlands persönlich zu begegnen. Schnell verblasst das Bild, das wir aus der Tagespresse kennen. Wir erleben die fantastische Stadt Peters des Großen und ihre Schätze. Der Weg führt weiter in eine Region, die von der Hanse und alten Handelswegen aber auch von der erschreckenden Front des Zweiten Weltkriegs geprägt ist. Wir entdecken viele Gemeinsamkeiten, die uns mit den Menschen dort verbinden und vieles was uns trennt.

H183167 – Digitale Bildpräsentation

Edith Wassermann · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · do 19.00 bis 20.30 Uhr · 22.11.2018 · € 7.– · Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card · 18 Plätze · &

Mit dem Fahrrad von Petersburg nach Moskau Veliki Nowgorod und Moskau

Wer kennt die älteste Stadt Russlands, die ehemalige Hansestadt Veliki Nowgorod? Restaurierte Kirchen und Handeshöfe lassen ihre ehemals reiche Pracht erahnen. In der Umgebung besuchen wir das Freilichtmuseum Witoslawlitz mit seinen Holzkirchen und das Jurjev Kloster mit seiner Kathedrale aus dem 12. Jahrhundert. Als krönenden Abschluss erleben wir Moskau. Auch wenn uns die Metropole anfänglich fremd und ein wenig respekt einflößend erscheint, sind wir schnell beeindruckt von ihrer Vergangenheit und den faszinierenden Sehenswürdigkeiten.

H183170 – Digitale Bildpräsentation

Edith Wassermann · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · do 19.00 bis 20.30 Uhr · 17.1.2019 · € 7.– · Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card · 18 Plätze · &

Sächsische Schweiz – zu Fuß auf dem Malerweg durchs Elbsandsteingebirge

Der Malerweg südöstlich von Dresden zu beiden Seiten der Elbe zeigt sich während einer einwöchigen Wanderung von seinen schönsten Seiten. Die teils bizarre, teils liebliche Landschaft des Elbsandsteingebirges inspirierte berühmte Maler wie C. D. Friedrich, Komponisten und Dichter zu herausragenden Werken. Markante Felsformationen dieser märchenhaften Landschaft sind: Bastei, Schrammsteine, Kuhstall, Papststein, Pfaffenstein, Lilienstein und der markante Königstein, der von der Festung des sächsischen Kurfürsten August des Starken gekrönt wird.

H183185 – Digitale Bildpräsentation

Dr. Klaus Dürrich · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
do 19.00 bis 20.30 Uhr · 15.11.2018 · € 7.– · Restkarten vor
Ort · Auch mit MVHS-Card · ♿

Toskana – Kunst und Kultur im Land der Zypressen

Für Kunstliebhaber und Italienkenner besitzen die sanft gewellten Hügel zwischen Florenz und Siena seit jeher eine unwiderstehliche Anziehungskraft. Nirgendwo sonst ist die Dichte an Kunstwerken und Architekturensembles aus der Zeit des Trecento bis Cinquecento vergleichbar. Faszinierend sind nicht nur Florenz, Siena und Pisa. Auch die Alabasterstadt Volterra, Lucca mit San Michele in Foro, Pistoia mit dem Silberaltar, Arezzo mit Pieve und San Francesco, Cinque Terre am Mare Tyrrhenum und die Abtei Sant Antimo begeistern.

H183225 – Digitale Bildpräsentation

Gerhard Nörr · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
di 19.00 bis 20.30 Uhr · 29.1.2019 · € 7.– · Restkarten vor
Ort · Auch mit MVHS-Card · 18 Plätze · ♿

Jordanien – modernes Königreich und uralte Schätze

Jordanien gilt als eines der spannendsten und zugleich „entspanntesten“ Länder des Nahen Ostens. Das Haschemitische Königreich begeistert heute als moderner und dynamischer Staat die Besucher. Die sehenswerte Hauptstadt Amman, die imposanten Ruinen vergangener Kulturen in Petra, die faszinierende Kargheit der Wüstenlandschaft von Wadi Rum und die einzigartige Landschaft des Toten Meeres präsentieren ein äußerst vielseitiges Bild dieses Landes. Auch die heimische Küche symbolisiert die Mannigfaltigkeit der Region.

H183305 – Digitale Bildpräsentation

Mario Hecktor · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
di 19.00 bis 20.30 Uhr · 23.10.2018 · € 8.– · Restkarten vor
Ort · Auch mit MVHS-Card · 18 Plätze · ♿

Ausstellungen in München

Kunstkreis Grünwald

Die Auswahl an spannenden Ausstellungen in München ist groß. Da ist es hilfreich, wenn man sich mit Gleichgesinnten, angeleitet und geführt von einer erfahrenen Kunsthistorikerin, einen Überblick über das aktuelle Geschehen erarbeitet. Insbesondere sollen die jeweils neuen Kunsterlebnisse in den einzelnen Ausstellungshäusern berücksichtigt werden. Der Kunstkreis trifft sich erstmals in der Ausstellung „Florenz und seine Maler: Von Giotto bis Leonardo da Vinci“ in der Alten Pinakothek. Dort werden die weiteren Ausstellungsbesuche festgelegt.

Ausstellungsbesuche in München (1)

H213390 – Studienkreis – Maxvorstadt

Vivien Rathjen · Erster Treffpunkt: Alte Pinakothek · Barer Str. 27 · mi 16.15 bis 18.15 Uhr · 24.10.2018 · mi 16.00 bis 18.00 Uhr · 14.11., 5.12.2018 und 6.2.2019 · € 37.– · Keine Ermäßigung · Zuzüglich Eintritte · Anmeldung erforderlich · 18 Plätze

Ausstellungsbesuche in München (2)

H213400 – Studienkreis – Maxvorstadt

Vivien Rathjen · Erster Treffpunkt: Alte Pinakothek · Barer Str. 27 · di 11.00 bis 13.00 Uhr · 23.10., 13.11., 4.12.2018 und 5.2.2019 · € 37.– · Keine Ermäßigung · Zuzüglich Eintritte · Anmeldung erforderlich · 18 Plätze

Museumswerkstatt

Abenteuer Mittelalter:

Auf den Spuren alter Handwerkskünste Für Kinder ab fünf Jahren mit begleitenden Erwachsenen

Um eine Burg zu bauen und zu erhalten, braucht es geschickte Handwerker, die sich mit unterschiedlichen Materialien und vielfältigem Werkzeug gut auskennen. Ohne umfangreiches handwerkliches Wissen ließ sich der Alltag im Mittelalter nur schwer meistern. Wir erfahren so manche Einzelheit, die uns die Zeit vor gut 500 Jahren nahebringt. Unsere eigene Geschicklichkeit ist gefragt, wenn wir anschließend Leder punzieren, Beutel filzen oder Ringe schmieden. Wer mag, kann auch Sandstein bearbeiten. Bitte mitbringen: € 2.– Materialgeld pro Person

H214030 – Workshop

Ursula Quack M.A. · Burgmuseum Grünwald · Zeillerstr. 3 · so 14.00 bis 16.00 Uhr · 21.10.2018 · € 8.– · Kinder € 5.– · Zuzüglich Eintritt · Anmeldung aller Personen erforderlich · 20 Plätze

Kunstgeschichte

Das Bauhaus in Weimar, Dessau und Berlin

Das Bauhaus, die wichtigste und umstrittenste Kunsthochschule der Weimarer Republik, wurde 1919 von Walter Gropius in Weimar gegründet. Viele Künstlergruppen und Schulen waren damals angetreten, die Kunst und Architektur zu modernisieren, doch gerade der Begriff „Bauhausarchitektur“ wurde zum Schlagwort. Woraus resultiert die außerordentliche Popularität? Die Entwicklung des Bauhauses, sein Weg von Weimar nach Dessau und Berlin, wird mit Objekten, Entwürfen und Bauten skizziert. Bauhauskünstler und Direktoren kommen zu Wort.

Die Referentin begleitet die Studienreise „100 Jahre Bauhaus. Mit Besuch der neuen Museen in Weimar und Dessau“ (11.9. bis 15.8.2019, H185510).

Das detaillierte Reiseprogramm mit den Anmeldeunterlagen des Reiseveranstalters erhalten Sie im Fachgebiet, Telefon (089) 48006-6724/6726, E-Mail: studienreisen@mvhs.de

H217400 – Vortrag

Dr. Kaija Voss · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · mo 19.00 bis 20.30 Uhr · 19.11.2018 · € 7.– · Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card · 18 Plätze · ♿

Banksy Spezial! Der geheimnisvolle Street Artist und seine sozialkritische Kunst

Wer sich für Street Art interessiert, der kommt nicht an Banksy vorbei! Bis jetzt ist es ihm gelungen, seine Identität geheim zu halten. Dafür sind seine Graffiti-Bilder weltweit bekannt und werden inzwischen auf Auktionen zu Höchstpreisen verkauft. Mit seinen spektakulären Kunstaktionen von New York bis Jerusalem hinterfragt er die Mechanismen des Kunstbetriebes und unsere Vorstellung, was moderne Kunst leisten kann und soll.

H217410 – Vortrag

Vivien Rathjen · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · do 19.00 bis 20.30 Uhr · 25.10.2018 · € 7.– · Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card · 18 Plätze · ♿

Caravaggio (1571–1610)**Schillernder Meister des Frühbarocks**

Um 1600 sorgte in Rom der junge Caravaggio für Aufsehen. Seine neuartigen, frühbarocken Bilder waren so düster und erotisch, dass sie mitunter selbst seinen mächtigen und reichen Mäzenen unheimlich waren. Das kam nicht von ungefähr: Caravaggio führte ein wahrhaft schillerndes und fesselndes Leben, das ihn auch mit dem Recht in Konflikt brachte. Seine Meisterwerke begeistern bis heute. Sie stecken voller geistreicher Einfälle und lassen Heiliges und Profanes auf ganz einzigartige Art und Weise miteinander verschmelzen.

H218030 – Vortrag

Dr. Frank Henseleit · Bürgerhaus Römerschanz ·
Dr.-Max-Str. 1 · mo 18.30 bis 20.00 Uhr · 26.11.2018 ·
€ 7.– · Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card · &

Zeichnen und Malen**Das illustrierte Reisetagebuch**

Besser als jedes Foto: Dokumentieren Sie Ihre nächste Reise mit einem abwechslungsreichen Reisetagebuch! Entdecken Sie einfache Techniken, um den Reiseverlauf, spannende Erlebnisse, außergewöhnliche Beobachtungen und erhellende Erkenntnisse festzuhalten. Das gelingt Ihnen mit einer Kombination aus schneller Skizze, lebendiger Erzählung und einfacher Collage. An diesen Erinnerungen haben Sie auch noch Jahre später Freude. Sie lernen Zeichentechnik, Motivwahl, Bildkomposition, lebendig formulieren (Was schreiben, was nicht?) sowie Grundregeln für eine ansprechende Seitengestaltung.

Bitte mitbringen: Notizblock DIN A4, Kugelschreiber, Fineliner, Bleistift, Buntstifte, Radierer, Spitzer, Tesafilm, Klebestift, kleine Bastelschere.

H220311

Rainer Schmitten · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
3 x do 18.30 bis 20.30 Uhr · 17. bis 31.1.2019 · € 44.– ·
11 Plätze · &

Kreatives Malen in Aquarell oder Acryl Für Neu- oder Wiedereinsteiger

Sie haben noch nie gemalt? Oder es ist schon eine Weile her, dass Sie zum Pinsel gegriffen haben, und nun möchten Sie wieder einsteigen? Entdecken Sie Ihre eigene Kreativität! Sie erlernen die Grundtechniken der Malerei mit Aquarell- oder Acrylfarben. Anhand kleiner Malübungen erproben Sie außerdem den lockeren Umgang mit Farben. Als Bildideen können Sie gerne Fotos oder Zeichnungen mitbringen. Die Dozentin begleitet Sie individuell auf Ihrem Weg. Materialinformationen erhalten Sie am ersten Kursabend.

Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A3 170 g, Bleistifte 2B bis 5B.

H222001

Nivedita Falb · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
8 x di 18.30 bis 20.45 Uhr · 6.11.2018 bis 15.1.2019 ·
€ 129.– · Vor Ort zu zahlen: Materialgeld € 10.– · 9 Plätze · &

Die Welt der Farben

Wie wirkt Farbe auf Sie und andere? Welche Farben nutze ich für welche Stimmungen? Wie mische ich am besten? Mit Hilfe von einfachen Übungen mit Pinsel und unterschiedlichen Farbtönen eröffnen wir Ihnen den vielfältigen Farbkosmos. Dazu gehört das Mischen von Farben, um Ihnen Ihr eigenes großes Farbvolumen zu zeigen. Mit Darstellungen von Frühling, Sommer, Herbst und Winter gehen wir auf farbliche Entdeckungsreise. Sie erfahren in diesem Kurs außerdem Anekdotisches zur Geschichte der Farben. Bitte mitbringen: vorhandene Malfarben, Pinsel, Malblock oder Karton.

H222009 – Samstagsseminar

Gisela Rüger · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
sa 11.00 bis 16.00 Uhr · 2.2.2019 · € 42.– · 10 Plätze · &

Wie male ich ein Bild mit Acrylfarben?

Sie werden die Technik mit deckenden Acrylfarben kennenlernen und erfahren dabei Grundsätzliches zu Farbenlehre, Komposition, Hell-Dunkel-Werten, Linie und Form. Individuelle und gemeinsame Bildbesprechungen begleiten den Entstehungsprozess.

Bitte mitbringen: Malblock oder festes Malpapier, Acrylfarben, Pinsel, Wassergefäß, Mischsteller, alte Zeitungen, Arbeitskleidung; ausführliche Materialbesprechung am ersten Kurstag.

H222201

Caroline Weiss · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
8 x mi 9.30 bis 12.30 Uhr · 17.10. bis 12.12.2018 · € 173.– ·
9 Plätze · &

Kreatives Kunsthandwerk

Goldschmieden – Anfänger und Fortgeschrittene

Anfänger erlernen die grundlegenden Arbeitsmethoden und Techniken der Schmuckherstellung. Fortgeschrittene können ihre Gestaltungsideen umsetzen und anspruchsvolle Schmuckstücke realisieren. Metall kann in Absprache mit den Dozenten im Kurs erworben werden. Detaillierte Informationen zu Material und Kosten erhalten Sie im Fachgebiet, Telefon (089) 48006-6718.

H226265

Christiana Jöckel · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 6 x do 18.00 bis 21.00 Uhr · 8.11. bis 13.12.2018 · € 120.– · Vor Ort zu zahlen: Basismaterial (Silberlot, Schleifpapier) nach Verbrauch · 9 Plätze · ♿

Perlenschmuck gestalten

Spielerisch gestalten wir aus echten Perlen, Korallen und Halbedelsteinen edle Colliers, ein- oder mehrfache Ketten und Armbänder. Sie erlernen verschiedene Seidenfaden- und Stahlseiltechniken. Das benötigte Material kann im Seminar erworben werden. Oder Sie bringen aus Ihrem Schmuckkästchen Perlen und alles mit, was sich fädeln lässt, denn neue Ideen ergeben sich oft aus den vorhandenen Schätzen.

H226830 – Sonntagsworkshop

Sabine Mittermayer · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · so 10.00 bis 18.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 3.2.2019 · € 54.– · 10 Plätze · ♿

Weihnachtswerkstatt für Großeltern, Eltern und Kinder ab fünf Jahren

Wir widmen uns den Themen der stillen Zeit, modellieren aus wunderbar geschmeidigem Ton und schnitzen aus weichem Speckstein Objekte und kleine Skulpturen, die das Herz erfreuen. Der Umgang mit Werkzeug und Material wird gelernt, zur künstlerischen Umsetzung von Ideen steht die Dozentin unterstützend zur Seite.

Werkzeuge wie Feilen, Schleifpapier und einige Schnitzwerkzeuge werden gestellt, können aber auch mitgebracht werden.

H228045 – Samstagworkshop

Katharina Freitag · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · sa 14.00 bis 17.00 Uhr · 24.11.2018 · € 25.– · Kinder € 18.– · Vor Ort zu zahlen: Ton und kleinere Specksteine nach Verbrauch ca. € 5.– bis € 10.– · 10 Plätze

Adventskränze – Immergrün und Engelshaar

In diesem Kurs binden Sie sich Ihren eigenen Adventskranz, individuell nach Ihren Vorstellungen dekoriert. Sie arbeiten mit verschiedenen Immergrünarten, die dabei vermittelte Hafttechnik ist auch für Anfänger gut geeignet. Das Material steht im Kurs zur Verfügung. Wer möchte, kann eigenes Dekomaterial mitbringen.

Bitte mitbringen: Adventskerzen, Durchmesser höchstens 7 cm, Höhe nicht mehr als 12 cm, Gartenschere, Messer, Seitenschneider, Schere und wenn vorhanden eine Heißklebepistole – und unbedingt: eine Kiste, Korb, Tasche o. Ä. zum Transportieren Ihrer Werke!

H229075

Sigrun Hohl · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
fr 17.30 bis 20.30 Uhr · 23.11.2018 · € 25.– · Zuzüglich
€ 23.– Materialgeld · 9 Plätze · &

Nähen und textiles Gestalten

Keine Angst vor der Nähmaschine!

Grundlagenkurs

Für Anfängerinnen und Anfänger, die den Umgang mit der Nähmaschine lernen wollen. Auch mit den Nähmaschinen, die mittlerweile im Keller gelandet sind! Vom Einfädeln über die richtige Spannung und Nadelwahl werden alle Fragen rund um die Nähmaschine beantwortet. Auch der Einsatz der verschiedenen Füßchen wird gezeigt. Tipps und Tricks werden an diesem Tag mit ersten Nähproben geübt.

Bitte mitbringen: keine Vorkenntnisse, evtl. die eigene Nähmaschine, einfachen Baumwollstoff (keinen T-Shirt-Stoff), Nähgarn, Schere, Maßband, Schneiderkreide, Steck- und Nähnadeln, Lineal und Schreibzeug.

H231045 – Sonntagsseminar

Mareike Benning · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
so 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache ·
10.2.2019 · € 49.– · 9 Plätze · &

Nähen

Sie möchten ein Kleidungsstück selber schneiden? Genäht wird ein Wunschstück (Rock, Hemd, Bluse, Hose, Kleid etc.). Der Schwierigkeitsgrad Ihrer Auswahl sollte sich am eigenen Können orientieren! Voraussetzung ist der sichere Umgang mit der Nähmaschine, und dass Ihnen auch zu Hause eine Nähmaschine zum Weiterarbeiten zur Verfügung steht. Am ersten Kurstag bitte mitbringen: Maßband, Handmaß, Schere, Stecknadeln, Nähadeln, passendes Nähgarn, Heftgarn, Fingerhut, Schneiderkreide, Kopierrad, Klebstoff, Tesafilm, Lineal, Bleistift, Schreibblock. Bitte bringen Sie einen Schnitt (z. B. Burda super easy Schnitt) oder ein Schnittheft und Schnittpapier mit. Die Wahl des geeigneten Stoffes können Sie am ersten Kurstag mit der Lehrkraft besprechen. Sie können aber auch bereits vorhandenen Stoff (Baumwollstoff bitte vorwaschen) mitbringen oder sich beim Kauf an die Empfehlungen in der Schnittbeschreibung halten. Nicht empfohlen werden sehr dehnbare (z. B. Satin, Samt o. Ä.) oder extrem empfindliche (z. B. Seidenchiffon) Stoffe.

H232120 – Wochenendseminar

Andrea Wenig · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 24./25.11.2018 · € 98.– · 8 Plätze · ☎

T-Shirt-Kurs

Verzogene Seitennähte, ausgeleierter Halsausschnitt – damit ist jetzt Schluss! In diesem Kurs lernen Sie ein klassisches T-Shirt selbst zu nähen.

Bitte mitbringen: einen gewaschenen Baumwoll-Jersey, hochwertiges Nähgarn (200 m), Ihre Nähutensilien, 2 Zwillingnadeln Breite 1,6; 2,0 oder 2,5, einen Shirt-Schnitt z. B. von Burda, Butterick, McCalls, Simlicity o. a. oder ein altes Lieblingsteil, das wir zerlegen oder abzeichnen können (dann Schnittpapier nicht vergessen).

Wer schon eine Overlock besitzt, darf sie gerne mitbringen.

H233030 – Samstagsseminar

Andrea Wenig · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 2.2.2019 · € 49.– · 8 Plätze · ☎

Copy Shop – Lieblingsstücke kopieren

Ein gekauftes Lieblingsstück geht kaputt, ist nicht mehr zu kaufen oder Sie wollen es in einer anderen Farbe? Wir erstellen die Schnitte zum Nachnähen Ihrer Lieblingsstücke, ohne diese aufzutrennen. Notwendige Informationen zu dem Kurs erhalten Sie von der Dozentin per Mail.

Nähkenntnisse sind erforderlich.

Bitte mitbringen: Lieblingsstücke, Schnittpapier, Papierschere, Kopierädchen, Stecknadeln, Bleistift, Maßband, Lineal, Geodreieck, evtl. Stoff, Nähgarn, Schneiderkreide und Tesafilm.

H234015 – Wochenendseminar

Lucia Zilker · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 19./20.1.2019 · € 98.– · 8 Plätze · ☎

Erste-Hilfe-Strick-Kurs

Am Strickprojekt gescheitert? Nicht gewusst, wie es weitergehen soll, und Sie möchten Ihr Werk nun doch vollenden? Oder Sie möchten wieder einsteigen, fühlen sich aber unsicher? Hier finden Sie Hilfe! Die erfahrene Dozentin hilft Ihnen bei unverständlichen Anleitungen und allen ungelösten Strickproblemen. Auch bei Schwierigkeiten mit der Konfektionierung erhalten Sie professionelle Unterstützung. Sie lernen Tricks für die Fertigstellung bzw. Ausarbeitung Ihrer Strickmodelle.

Etwas Strickerfahrung ist erforderlich.

Bitte mitbringen: angefangene Strickstücke, Wolle, Stricknadeln, Anleitung oder Foto, Maßband, Schere, Nähnaedel ohne Spitze, Papier, Schreibzeug.

H235010

Annette Lehmkuhler · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 5 x mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 7.11. bis 5.12.2018 · € 120.– · 10 Plätze · ☎

Eigene Ideen in Filz

Unter kompetenter Anleitung filzen und gestalten Sie Ihr Wunschprodukt: eine kleine Tasche, Pulswärmer, Schal, Laptop- oder Handytasche, Sitzkissen, Tischsets oder -läufer oder nach eigenen Ideen – vieles ist möglich! Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene.

Bitte mitbringen: zwei alte Handtücher, eine kleine Schüssel, eine Plastiktüte, Noppenfolie, ein Stück parfümfreie Seife.

Die Filzwolle kann im Kurs erworben werden. Bei speziellen Farbwünschen oder Fragen setzen Sie sich bitte rechtzeitig mit der Kursleiterin in Verbindung, E-Mail:

filzundperlen@t-online.de oder Telefon 01 75-2251473.

H237250 – Samstagsseminar

Nine Herdner · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 19.1.2019 · € 49.– · Vor Ort zu zahlen: Materialkosten nach Verbrauch · 8 Plätze · ☎

Ausstrahlung und Stil

Visagistenseminar für Einsteigerinnen

Sie lernen die einfache und schnelle Schminktechnik eines perfekten und natürlichen Fünf-Minuten-Make-ups und üben Schritt für Schritt die professionelle Anwendung einer Grundierung sowie die richtige Auftragechnik von Augen-Make-up, Rouge und Lippenstift. Sie erhalten wertvolle persönliche Tipps und Farbempfehlungen für das richtige Make-up zu unterschiedlichen Anlässen.

Bitte mitbringen: eigene Schminkmaterialien, Tagescreme, Schreibutensilien, Handtuch, Stirnband, kleinen Standspiegel und Fotoapparat für ein Vorher-/Nachher-Foto.

H239380 – Samstagsseminar

Nur für Frauen · Birgit Kemmelmeyer · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · sa 10.00 bis 14.00 Uhr ·

17.11.2018 · € 36.– · Vor Ort zu zahlen: Materialgeld € 6.– · 10 Plätze · &

Literatur und Schreiben

Lektürekreis Grünwald: Lesen Sie gerne?

Mögen Sie das intensive Gespräch über das Gelesene in einer Gruppe von Gleichgesinnten? Lesekreise tragen gewaltige Potenziale in sich. Gerade bei Büchern, die man von sich aus alleine nicht gelesen oder weggelegt hätte, zeigt sich, dass die gemeinsame Lektüre den Blick schärft. Unterschiedliche Temperamente und Lebenserfahrungen führen zu verschiedenen Standpunkten und tragen dazu bei, ein Buch aus vielen Blickwinkeln zu sehen und dadurch immer neue Erkenntnisse zu gewinnen. Bitte lesen Sie zum ersten Kursabend: Celeste Ng, Was ich euch nicht erzählte.

H244580

Anastasia Simopoulos M.A. · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · mo 19.30 bis 21.00 Uhr · 8.10., 12.11., 10.12.2018, 21.1. und 4.2.2019 · € 40.– · 12 Plätze · &

Erste Schritte zum Schreiben

Die ersten literarischen Versuche sind oft von großer Schreiblust, aber auch von Unsicherheit geprägt. Wir wollen den Schwung des Anfangs nutzen und zusammen die Grundlagen des Erzählens erarbeiten. Durch zahlreiche praktische Übungen lernen Sie, was Sie in den einzelnen Stadien von der Ideenfindung über die Figurengestaltung bis zur Überarbeitung der Rohfassung beachten sollten. So verfeinern Sie Ihr Sprachgefühl und finden Ihren eigenen Weg in die Welt des literarischen Schreibens.

H245100 – Sonntagsseminar

Constanze Geertz · Bürgerhaus Römerschanz ·

Dr.-Max-Str. 1 · so 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 20.1.2019 · € 50.– · 12 Plätze · &

Fotografie

Basiswissen Fotografie – Kompakt

Welche Kameraeinstellungen muss ich beim Fotografieren beachten? Sie erwerben die wichtigsten Grundkenntnisse in der Handhabung von digitalen Kameras. Themen sind: Blende, Verschlusszeit, Schärfentiefe, Brennweite, Menüfunktionen, Auflösung, Dateiformat, ISO-Einstellung, Belichtungsprogramm, Autofokus und eine Einführung in die Bildgestaltung (Lichtführung, Format, Bildaufbau, Kontrast). Bei der Exkursion wird das Erlernete umgesetzt. Die anschließende Bildbesprechung schult das fotografische Sehen sowie die Beurteilung der eigenen Fotografien.

Bitte mitbringen: digitale Kamera, leere Speicherkarte, Bedienungsanleitung, Notebook oder Tablet (falls vorhanden).

H251134 – Wochenendseminar

Johann Gräbel · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 2./3.2.2019 · € 82.– · 8 Plätze

Digitale Fotografie kompakt

Von der Kamera bis zur Bildbearbeitung

Die grundlegenden Techniken der digitalen Fotografie, die unabhängig vom Kameramodell vom „Knipsen“ zum kreativen Fotografieren führen, werden vermittelt. Lernen Sie Bildaufbau und Perspektive, aber auch Belichtung und Kameraeinstellungen kennen. Nach einem kurzen Überblick können Sie mit Ihrer Kamera anhand kleinerer Übungen die Theorie in die Praxis umsetzen. Im Anschluss übertragen wir die Bilder auf den PC. Mit dem Bildbearbeitungsprogramm Photoshop Elements können Sie Ihre Bilder dank einfacher Bearbeitung optimieren und als JPEG speichern.

Bitte mitbringen: digitale Kamera, leere Speicherkarte, Bedienungsanleitung (falls vorhanden), Übertragungskabel.

H251170 – Sonntagsseminar

Manuela Wutz · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · so 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 2.12.2018 · € 57.– · 7 Plätze

Der fotografische Blick

Ziel des Kurses ist, kreativ und mit minimalem Einsatz technischer Hilfsmittel das Fotografieren zu lernen und dabei die eigene Sichtweise zum Ausdruck zu bringen. Durch die Wahl der Perspektive, des Formats, der Brennweite und der anschließenden Besprechung der Aufnahmen entstehen individuelle Bildergebnisse. Beim Vergleich der Werke ausgewählter Fotografen und Fotografinnen, vor allem bei der praktischen Themenbearbeitung (zwei Exkursionen) in Schwarz-Weiß, wird der fotografische Blick geschärft. Bitte mitbringen: digitale Kamera, geladener Akku, leere Speicherkarte, Bedienungsanleitung.

H253020

Christine Pflüger · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
 Vorbesprechung: fr 19.00 bis 21.00 Uhr · 18.1.2019 ·
 Exkursionen: 2 x sa 10.00 bis 16.00 · 19.1. und 26.1.2019 ·
 Nachbesprechung: fr 19.00 bis 21.00 Uhr · 1.2.2019 ·
 € 96.– · 8 Plätze · ♿

Naturfotografie – Isartal und Auwald

Das Isartal und der Auwald in Grünwald bieten jahreszeitliche Naturmotive, die Sie bei einer Exkursion fotografisch entdecken und in Ihrer eigenen Bildsprache inszenieren können. Zunächst werden Ihnen anhand von Beispielen die Mittel und Möglichkeiten der Gestaltung deutlich gemacht. Während der Exkursion können Sie Ihre eigenen Ideen fotografisch umsetzen. Die Ergebnisse werden beim zweiten Termin ausführlich besprochen.

Voraussetzung: Kameratechnik, Grundlagen der Fotografie.
 Bitte mitbringen: digitale Kamera, leere Speicherkarte, Bedienungsanleitung.

H255315

Monika Clara Hoffmann · Bürgerhaus Römerschanz ·
 Dr.-Max-Str. 1 · sa 10.00 bis 16.00 Uhr · 2.2.2019 (mit
 Exkursion) · Nachbesprechung: di 18.30 bis 21.00 Uhr ·
 12.2.2019 · € 61.– · 8 Plätze

Tanz

Orientalischer Tanz (Bauchtanz)

Anfänger mit Grundkenntnissen

Inhalte: Komplexere und längere Schrittkombinationen, anspruchsvollere Koordination von Arm-, Bein- und Hüftbewegungen, Rhythmuslehre, kleine Übungschoreografien, ggf. Verwendung von Accessoires (z. B. Schleier).
Ein bis zwei Semester Bauchtanz-Kenntnisse sind erforderlich.

H268054 – Probestunde

Erna Fröhlich · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · di 10.15 bis 11.45 Uhr · 2.10.2018 · € 5.– · Probestunde für Kurs H268056 · Bei Buchung eines Bauchtanzkurses keine Verrechnung der Probestundengebühr möglich · Anmeldung erforderlich.

H268056

Erna Fröhlich/Marliese Glück (Percussion-Begleitung an einem Termin) · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 14 x di 10.15 bis 11.45 Uhr · 2.10.2018 bis 29.1.2019 · € 126.– · 12 Plätze

Musik

Gesang – Einzelunterricht 30 Minuten

Die Kurszeit wird nach Absprache mit den Dozenten in je 30 Minuten Einzelunterricht aufgeteilt. Zur Vereinbarung der genauen Unterrichtszeit werden die Teilnehmer vom Dozenten vorab kontaktiert.

H273094

Gustavo Castillo-Estrada · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 15 x mi 15.30 bis 18.30 Uhr · 10.10.2018 bis 6.2.2019 · € 300.– · Keine Ermäßigung · 6 Plätze · &

Komm und sing

Sie würden gerne zusammen mit anderen singen? Sie möchten Ihre Stimme ausprobieren und schöne Stücke kennen- und singenlernen? Wir probieren alles aus: Kanons, Klassik, Spirituals und Popsongs. Nach stimmbildnerischen Übungen singen wir, je nach Zusammensetzung der Gruppe, zwei-, drei- oder vierstimmig.
Für alle, die Freude am Singen haben. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

H273190

Gustavo Castillo-Estrada · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 15 x mi 19.00 bis 21.00 Uhr · 10.10.2018 bis 6.2.2019 · € 100.– · 20 Plätze · &

Astronomie

Der Mond


Wissenswertes über unseren natürlichen Erdtrabanten

Wie ist der Mond entstanden? Was sind die Mondphasen?

Wie kommt es zu Mond- und Sonnenfinsternissen?

Dieser Vortrag gibt einen Einblick in die Entstehungstheorien unseres Erdtrabanten sowie in Ursachen für Mond- und Sonnenfinsternisse. Sie werden vertraut mit dem Zusammenspiel von Sonne, Erde und Mond und erkennen, was es mit Ebbe und Flut auf sich hat. Darüber hinaus entdecken Sie die Oberflächenformationen des natürlichen Erdbegleiters. Ergänzende Informationen gibt es zur Mythologie und Geschichte der Monderforschung im vergangenen Jahrhundert.


H311495 – Vortrag

Marco Sproviero · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
fr 19.00 bis 20.30 Uhr · 18.1.2019 · € 7.– · Restkarten vor
Ort · Auch mit MVHS-Card · 

Arrivederci Cassini – 20 Jahre Erkundung des Saturns

Die Raumsonde Cassini, die von 1997 bis 2017 dem Saturn, seinen Ringen und seinen Monden einen Forschungsbesuch abstattete, ist im September 2017 in den Gaswolken des Planeten (gezielt) auf immer verschwunden. Schon die Anreise zum faszinierendsten aller Planeten war spektakulär. Die unzähligen Bilder und neuen Erkenntnisse bis zum „Grand Finale“ des letzten Jahres werden die Forscher noch lange beschäftigen. Der Vortrag gibt mit vielen fantastischen Bildern einen Überblick über Cassinis äußerst erfolgreiche Unternehmung.

H311682 – Vortrag

Norbert Steigenberger · Bürgerhaus Römerschanz ·
Dr.-Max-Str. 1 · di 19.00 bis 20.30 Uhr · 20.11.2018 · € 7.– ·
Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card · 

Natur und Umwelt

Die Welt der Wasservögel

Von Wildnisbewohnern zum Parkgeflügel

Wasservögel haben die Menschen schon in der Antike fasziniert: zunächst als Jagdwild und später als schmutzige Gefangene. Wir wandeln auf den Spuren des Verhaltensforschers Konrad Lorenz und lernen, das Verhalten der Entenvögel zu verstehen. Auch den Tauchern und Rallen spüren wir nach, um ihr Balzverhalten und ihre Jungenaufzucht zu bestaunen. Oft sind in den Zugzeiten je nach Wetterlage jede Woche andere Arten zu beobachten. Über die Lebensraumansprüche und Reiseziele der einzelnen Arten wird informiert.

H312543 – Vortrag

Manfred Siering · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · di 19.00 bis 20.30 Uhr · 5.2.2019 · € 7.– · Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card · ♿

Winterlicher Urwald: Im Isartal bei Grünwald

Für Erwachsene und Kinder ab sieben Jahren

Die alten Isar-Hangwälder sind eine Schatzkammer der Natur – und es lohnt sich, die vielfältige Tier- und Pflanzenwelt auch in der kalten Jahreszeit auf geheimnisvollen Pfaden zu erkunden. Ist Totholz wirklich tot? Welche Spuren hinterlassen die Tiere bei der Suche nach Nahrung und beim Fressen? Wer hält Winterschlaf, wer nur Winterruhe? Welche Vögel können wir hören und/oder sehen? Wie kann man Bäume auch ohne Blätter erkennen? Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt. Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung und stabiles Schuhwerk, Fernglas (wenn vorhanden)

H313492 – Exkursion

Manfred Siering · Treffpunkt: Grünwalder Brücke (Ostende, am Kiosk) · so 13.00 bis 15.00 Uhr · 20.1.2019 · € 8.– · Kinder € 4.– · Anmeldung erforderlich (Kinder nur in Begleitung Erwachsener) · 20 Plätze

Wurzeln und Wildfrüchte im Mühlthal

Angeleitet von der Kräuterpädagogin Angelika Portenlänger aus Grünwald entdecken Sie die Vielzahl wilder Delikatessen, die die Natur im Herbst bietet: Welche Pflanzen und Pflanzenteile sind essbar? Wie lassen sie sich eindeutig erkennen? Sie erhalten Tipps zur Heilwirkung und Verwendung der Pflanzen. Eine kleine Kostprobe gibt es vor Ort. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

Bitte mitbringen: Schere, Sammelkorb oder Stofftasche, wetterfeste Kleidung und wandertaugliche Schuhe, Getränk

H313891 – Exkursion

Angelika Portenlänger · Treffpunkt: Parkplatz in Straßlach (direkt oberhalb des Mühlalberges) · Mühlstr. 50 · so 13.00 bis 15.30 Uhr · 7.10.2018 · Mitfahrgelegenheit möglich ab Derbolfinger Platz, Endhaltestelle Tram 25, bei Bedarf bitte an Frau Portenlänger 0175/2412522 wenden · € 10.– · Zuzüglich € 3.– Materialgeld · Anmeldung erforderlich · 15 Plätze

Pilze suchen – bestimmen – sammeln**Im Mischwald bei Deisenhofen**

Bei fast jedem Waldspaziergang entdecken wir Pilze: Doch um welche Arten handelt es sich? Welche sind essbar? Sie lernen, Pilze eindeutig zu bestimmen und fachgerecht zu sammeln, und erhalten Tipps, wie Sie Ihr Sammelgut zu Hause schmackhaft zubereiten. Die pilzsachverständigen Dozenten erklären Details zur Ökologie der Pilze und deren Bedeutung im Naturhaushalt. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt. In Zusammenarbeit mit dem Verein für Pilzkunde München e.V.

Bitte mitbringen: Pilzmesser, Körbchen, wenn vorhanden Literatur und Handlupe, wetterfeste Kleidung, evtl. Getränke und Verpflegung

H313948 – Exkursion

Edmund Garnweidner · Treffpunkt: S3-Bahnhof Deisenhofen · Bahnhofplatz 1 · so 9.00 bis 13.00 Uhr ·

28.10.2018 · € 16.– · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze

Gefällt mir: die MVHS bei Facebook

Auf unserer Facebook-Seite finden Sie aktuelle Kurs- und Veranstaltungstipps, Neuigkeiten rund um die MVHS, Fotos unserer Kampagnen und vieles mehr. So bleiben Sie immer auf dem Laufenden!

www.facebook.com/mvhs.de

Gesundheit informativ

Brust-Selbstuntersuchung

Die „Mamma-Care-Methode“

Die Selbstuntersuchung der Brust ist ein wichtiger Bestandteil der Brustkrebsfrüherkennung. Die Mamma-Care-Methode ist ein Lernsystem, das mit naturgetreuen Silikon-Modellen arbeitet, an denen Sie lernen, wie normales Brustgewebe beschaffen ist und wie sich knotige Veränderungen davon unterscheiden. An der eigenen Brust üben Sie dann unter Anleitung das Abtasten. Sie werden in der Kleingruppe und in geschützter Atmosphäre in die Methode intensiv eingewiesen.

Eine Kostenbeteiligung der Krankenkassen ist möglich.

Bitte mitbringen: großes Handtuch und kleines Kissen

H340290 – Seminar

Nur für Frauen · Dr. med. Alenka Berkopec-Valena · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · di 18.30 bis 20.30 Uhr · 22.1.2019 · € 17.– · 6 Plätze · &

Gesundheit aktiv – allgemeine Hinweise

Die Teilnahme an Gesundheitskursen kann von den gesetzlichen Krankenkassen gemäß §20 SGB V gefördert werden. Die Krankenkassen bezuschussen in der Regel nur Kurse, die von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) vorab zertifiziert wurden.

Die Förderkriterien, welche die Krankenkassen festlegen, sind an viele verschiedene Bedingungen geknüpft. Unter anderem werden nur Einsteigerkurse mit einem maximalen Umfang von 12 Terminen und bestimmten Inhalten bezuschusst.

Wir freuen uns, Ihnen einige Präventionskurse aus den Bereichen Stressbewältigung und Bewegung anbieten zu können, die wir mithilfe von vorgegebenen Konzepten des Deutschen Volkshochschulverbands (DVV) bei der Zentralen Prüfstelle Prävention zertifizieren lassen konnten. Im Folgenden finden Sie einen Überblick unserer bezuschussbaren Kurse.

Darüber hinaus bieten wir Ihnen im Bereich Gesundheit aktiv ein hochwertiges Angebot an Kursen zur Gesundheitsförderung und Gesundheitsbildung. Wichtig sind uns das Eingehen auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden, Abwechslungsreichtum und die Möglichkeit für Teilnehmende, regelmäßig und konstant etwas für ihre Gesundheit zu tun unter dem Stichwort lebenslanges Lernen.

Gerne stellen wir Ihnen nach Abschluss Ihres Gesundheitskurses eine Teilnahmebescheinigung gemäß den allgemeinen Geschäftsbedingungen aus, insofern Sie an mindestens 80 % der Kursstunden teilgenommen haben. Bitte vermerken Sie dies auf der Anwesenheitsliste der Kursleitung.

Andere Bescheinigungen für Krankenkassen (dies gilt auch für Bonushefte) stellen wir nicht aus.

Stressreduktion und Entspannung

Entspanntes Gesicht = entspannter Körper

Nächtliches Zähneknirschen, spannungsbedingte Kopfschmerzen, unscharfes Sehen durch übermüdete Augen und durch Stress verkrampfte Muskeln können durch gezielte Gymnastik, Massage und Entspannung für das Gesicht günstig beeinflusst werden. Im Seminar lernen Sie Techniken zur Gesichtsentspannung kennen und üben diese an sich selbst. Dabei können Sie erleben, wie sich Ihr gesamter Körper entspannt. Bitte mitbringen: Standspiegel, Gästehandtuch und Schreibsachen

H351164

Claudia Caran · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · mi 18.00 bis 21.00 Uhr · 16.1.2019 · € 22.– · Vor Ort zu zahlen: Skript € 1.– · 12 Plätze · ♿

Bewegung und Körpererfahrung

Yoga, Qigong und Feldenkrais

An der Münchner Volkshochschule wird klassisches Hatha-Yoga unterrichtet. Dabei wird Yoga als übendes Verfahren verstanden, das neben dem Aufbau bestimmter Körperhaltungen (Asanas) sowie unter besonderer Beachtung der Atmung auch die Möglichkeit bietet, psychosomatische Wechselwirkungen zwischen Körper, Geist und Situation zu erleben und damit zu beeinflussen. Durch die intensive Arbeit mit Bewegung, Atmung und Entspannung kann stressbedingten Störungen entgegengewirkt, innere Ausgeglichenheit und Konzentrationsfähigkeit gefördert und die Beweglichkeit und Kräftigung der Muskulatur erhöht werden.

Hatha-Yoga – Grundstufe

Es werden grundlegende Yogaübungen praktiziert. Für Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen und solche, die ihre Grundlagen auffrischen und verfeinern möchten.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

H352212

Annette Gissing · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x mo 10.30 bis 12.00 Uhr · 8.10.2018 bis 4.2.2019 · € 113.– · 14 Plätze

H352224

Eva Regöczy · Martin-Kneidl-Grundschule, Ballettraum über der Turnhalle · Dr.-Max-Str. 18 · 15 x di 10.45 bis 12.15 Uhr · 9.10.2018 bis 5.2.2019 · € 113.– · 14 Plätze

H352216

Erwin Polmann · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x di 19.00 bis 20.30 Uhr · 9.10.2018 bis 5.2.2019 · € 113.– · 14 Plätze

H372060

Für Senioren · Anne Hagedorn · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 12 x mi 16.00 bis 17.00 Uhr · 7.11.2018 bis 6.2.2019 · € 55.– · Ermäßigung mit Senior-Card möglich · 12 Plätze

H352228

Verena Neher · Martin-Kneidl-Grundschule, Ballettraum über der Turnhalle · Dr.-Max-Str. 18 · 15 x do 10.30 bis 12.00 Uhr · 11.10.2018 bis 7.2.2019 · € 113.– · 14 Plätze

H352220

Annette Gissing · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Aerobicraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x do 18.00 bis 19.30 Uhr · 11.10.2018 bis 14.2.2019 (nicht am 15.11.) · € 113.– · 14 Plätze

Hatha-Yoga – Aufbaustufe

Die Aufbaustufe richtet sich an Teilnehmende, die bereits einen Kurs der Grundstufe besucht oder entsprechende Vorkenntnisse haben.

H372100

Für Senioren · Anne Hagedorn · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x mi 14.30 bis 16.00 Uhr · 10.10.2018 bis 6.2.2019 · € 104.– · Ermäßigung mit Senior-Card möglich · 12 Plätze

Hatha-Yoga – Für Fortgeschrittene

Aufbauend auf grundlegenden Asanas lernen Sie Variationen und komplexere Yogaübungen kennen. Für Teilnehmende, die bereits einen oder mehrere Yoga Kurse besucht haben oder über vergleichbare Kenntnisse verfügen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

H352584

Anne Hagedorn · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 8.10.2018 bis 4.2.2019 · € 113.– · 14 Plätze

H352588

Verena Neher · Martin-Kneidl-Grundschule, Ballettraum über der Turnhalle · Dr.-Max-Str. 18 · 15 x do 9.00 bis 10.30 Uhr · 11.10.2018 bis 7.2.2019 · € 113.– · 14 Plätze

IHR PARTNER FÜR SPORT UND ERHOLUNG.



www.gruenwalder-freizeitpark.de

Schwimmen	Kletterturm
Sauna	Funbox
Beachvolleyball	Multicourt
Spielplatz	Eislaufplatz
Fußball	Seminare
Tennis	Tagungen
Hockey	Softball
Badminton	Sporthallen

Wir freuen uns auf Sie!

Grünwalder Freizeitpark GmbH

Südliche Münchner Straße 35 c

82031 Grünwald

Telefon: 089 641891-0

Fax: 089 641891-13



Qigong

Für Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen. Geübt werden Grundprinzipien des Qigong: das Öffnen und Schließen, Steigen und Sinken, Verdichten und Weiten mit Hilfe von vorgestellten Bildern und anhand einfacher Qigong-Formen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

H353580

Monika Brabec · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x fr 9.00 bis 10.30 Uhr · 12.10.2018 bis 15.2.2019 · € 113.– · 14 Plätze

H353585

Monika Brabec · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x fr 10.30 bis 11.30 Uhr · 12.10.2018 bis 15.2.2019 · € 75.– · 14 Plätze

Lungen-Qigong

In der Traditionellen Chinesischen Medizin ist die Lunge der Jahreszeit Herbst zugeordnet. Die Natur zieht sich zurück, die Zeit der Erkältungskrankheiten beginnt. Qigong-Übungen für die Lunge regen die Energiekanäle (Meridiane) an, damit die Lebensenergie – das Qi – ungehindert fließen kann. Der Geist wird über eine ruhige und tiefe Atmung beruhigt, die Meridiane gedehnt und massiert. Das Immunsystem wird gestärkt, Antriebslosigkeit überwunden, die Lebensfreude gefördert. Ein Skript erleichtert das selbständige Üben.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Verpflegung

H353740 – Sonntagsseminar

Monika Brabec · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · so 10.00 bis 16.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 25.11.2018 · € 33.– · 12 Plätze

Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung

Für Moshé Feldenkrais, den Begründer der Feldenkrais-Methode, war Bewegung der Schlüssel zu persönlicher Entwicklung. Achtsam erkunden Sie Ihre Bewegungsgewohnheiten und entdecken, wie sich Ihr Selbstbild darin widerspiegelt. Sie erleben, wie Sie sich müheloser bewegen und Einschränkungen „spielend“ überwinden können. Mit mehr Bewusstheit über das eigene Tun entsteht neue Beweglichkeit, die Körperwahrnehmung verbessert sich und Verspannungen werden gelöst.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

H354052

Ulrike Müller · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Aerobicraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x di 9.00 bis 10.30 Uhr · 9.10.2018 bis 12.2.2019 · € 113.– · 17 Plätze

Kiefer-, Nacken- und Schulterverspannungen lösen mit der Feldenkrais-Methode

Funktionelle Kieferbeschwerden und Schulter-/Nackenverspannungen können sich gegenseitig beeinflussen und vielfältig äußern: von Schmerzen der Kaumuskulatur durch unbewusstes Zähneknirschen und chronischen Kopfschmerzen bis hin zu Schmerzen in Gesicht, Nacken und Schultern. Sie lernen unnötige Muskelanspannungen zu erkennen und zu lösen, beginnend vom Becken über die gesamte Wirbelsäule bis hin zum Gesichtsbereich. Bitte mitbringen: bequeme, warme Kleidung, Handtuch

H354128 – Sonntagsseminar

Petra Wittag · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · so 10.30 bis 14.30 Uhr · 21.10.2018 · € 25.– · 14 Plätze

Gymnastik und Fitness

Wirbelsäulengymnastik

Rücken- und Nackenschmerzen sind häufig Folgen von mangelnder Bewegung, innerer Anspannung und ungünstigen und einseitigen Bewegungsabläufen in unserem Alltag. Sie lernen durch gezielte Übungen dem entgegenzuwirken, Ihre Haltung zu verbessern und Ihre Wirbelsäule vor Versteifung und einseitiger Abnutzung zu bewahren. Außerdem soll verhindert werden, dass sich Abnutzungserscheinungen verschlimmern. Unsere Kurse dienen der Vorbeugung und Gesunderhaltung und nicht der Therapie. Sollten Sie unter körperlichen Beschwerden leiden, konsultieren Sie bitte vorab Ihren Arzt.

H357066

Nur für Frauen · Eneida Soares Pinto · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Aerobicraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x mo 19.00 bis 20.30 Uhr · 8.10.2018 bis 4.2.2019 · € 114.– · 17 Plätze

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte oder Decke

H357069

Karoline Herzog · Martin-Kneidl-Grundschule, Gymnastikhalle Flachbau · Dr.-Max-Str. 18 · 15 x mi 19.00 bis 20.00 Uhr · 10.10.2018 bis 6.2.2019 · € 76.– · 17 Plätze

Für Fortgeschrittene

H357072

Eneida Soares Pinto · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x do 7.45 bis 8.45 Uhr · 11.10.2018 bis 7.2.2019 · € 76.– · 14 Plätze

H357075

Eneida Soares Pinto · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x do 8.45 bis 9.45 Uhr · 11.10.2018 bis 7.2.2019 · € 76.– · 14 Plätze

Rückbildungsgymnastik für Mutter mit Baby

Das Baby ist da, Mutter und Kind sind wohlauf. Die ersten Hürden sind geschafft, aber jetzt muss sich der Körper der Mutter regenerieren und die Muskulatur soll wieder aufgebaut werden. Eine gezielte Gymnastik für Mutter und Baby, angeleitet von einer erfahrenen Hebamme, unterstützt die Rückbildung und baut die strapazierte Beckenbodenmuskulatur wieder auf. Ein Kursbesuch ist frühestens sechs Wochen nach der Geburt möglich.

Sollten Sie schon einen Rückbildungskurs von Ihrer Krankenkasse in Anspruch genommen haben, wenden Sie sich bitte zu Beginn an Ihre Dozentin.

Bitte mitbringen: ein Handtuch und Versichertenkarte der Krankenkasse

H357246

Friederike Aulenbacher · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Aerobicraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 7 x mo 15.00 bis 16.30 Uhr · 5.11. bis 17.12.2018 · € 54.– · 10 Plätze

Die Füße – ein Fundament unserer Gesundheit

Oftmals schenken wir unseren Füßen viel zu wenig Aufmerksamkeit und uns ist gar nicht bewusst, welche bedeutende Rolle diese eigentlich spielen. Erfahren Sie in diesem Seminar, wie sich kleinste Veränderungen an den Füßen auf unsere gesamte Körperhaltung auswirken und welchen Zusammenhang es zu verschiedenen Beschwerdebildern gibt. Des Weiteren wird auf die Auswirkung verschiedener Schuhtypen und Gangarten eingegangen und Sie erfahren, wie Sie selbst Ihre Füße und Ihre Gesundheit verbessern können.

Bitte mitbringen: warme Socken und bequeme Kleidung

H357402 – Sonntagsseminar

Catrin Kass · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · so 10.00 bis 13.00 Uhr · 18.11.2018 · € 19.– · 12 Plätze

Pilates

Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken, die Körpermitte, im Pilates auch „Powerhouse“ genannt. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Die Bewegungen werden sehr bewusst und mit großer Konzentration ausgeführt. Die effektiven, aber sanften Übungen für den ganzen Körper zeigen rasch Erfolge und sind für jedes Fitnesslevel und Alter geeignet. Sie bestimmen, wie intensiv das Training ist.

H357693

Gabriela Merz-Kopp · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Aerobicraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x mo 10.15 bis 11.15 Uhr · 8.10.2018 bis 4.2.2019 · € 76.– · 15 Plätze

H357696

Gertraud Bock · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Aerobicraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x di 18.00 bis 19.00 Uhr · 9.10.2018 bis 5.2.2019 · € 76.– · 15 Plätze

H357702

Gertraud Bock · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x mi 18.00 bis 19.00 Uhr · 10.10.2018 bis 6.2.2019 · € 76.– · 14 Plätze

Pilates für Fortgeschrittene

Sie haben bereits Pilates-Kurse besucht und kennen die Prinzipien und Basisübungen wie Powerhouse, Beckenstellung, Atmung und Konzentration. Vervollständigen Sie Ihr bisher erworbenes Wissen über Pilates und trainieren Sie anspruchsvollere und effektivere Übungen für einen gesunden und sportlichen Körper.

H357764

Gabriela Merz-Kopp · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Aerobicraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x mo 9.15 bis 10.15 Uhr · 8.10.2018 bis 4.2.2019 · € 76.– · 15 Plätze

H357765

Karin Unterlechner · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Aerobicraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x mi 9.00 bis 10.00 Uhr · 10.10.2018 bis 6.2.2019 · € 76.– · 15 Plätze

H357766

Karin Unterlechner · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Aerobicraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x mi 10.00 bis 11.00 Uhr · 10.10.2018 bis 6.2.2019 · € 76.– · 15 Plätze

H357767

Renate Gnensch · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x mi 20.15 bis 21.15 Uhr · 10.10.2018 bis 6.2.2019 · € 76.– · 14 Plätze

Fit-Mix

Das vielseitige und abwechslungsreiche Programm mit verschiedenen Hilfsmitteln garantiert Power und Spaß. Mit anspruchsvollem Training für Herz, Kreislauf und Muskulatur verbessern Sie Ihre Kondition, Koordination und Beweglichkeit und kräftigen die Muskulatur. Ein idealer Ausgleich für einseitige Belastungen im Alltag und bei Stress. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden die Stunden ab.

H358075

Isabella Klaschka · Grünwalder Freizeitpark GmbH,
Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner
Str. 35c · 15 x do 20.00 bis 21.00 Uhr · 11.10.2018 bis
7.2.2019 · € 70.– · 14 Plätze

Bodystyling

Bodystyling ist ein effektives und anspruchsvolles Ganzkörpertraining. Nicht nur die Figur soll geformt, sondern auch der Anteil an Muskelmasse im Körper erhöht werden. Das wiederum steigert den Kalorienverbrauch, das Abnehmen fällt leichter. Nach einer Aufwärmphase trainieren Sie mit gezielten Übungen wirbelsäulengerecht, gelenkschonend und effizient alle Muskelgruppen. Gleichzeitig stärken Sie Ihren Rücken und verbessern Ihre Haltung. Dehn- und Entspannungsübungen runden das Programm ab.

H358439

Sabine Schratzenstaller · Grünwalder Freizeitpark GmbH,
Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner
Str. 35c · 15 x mi 19.00 bis 20.00 Uhr · 10.10.2018 bis
6.2.2019 · € 70.– · 14 Plätze

H358442

Gertraud Bock · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Aerobicraum
bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x mi
20.00 bis 21.00 Uhr · 10.10.2018 bis 6.2.2019 · € 70.– ·
17 Plätze

H358445

Eneida Soares Pinto · Grünwalder Freizeitpark GmbH,
Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner
Str. 35c · 15 x do 9.45 bis 10.45 Uhr · 11.10.2018 bis
7.2.2019 · € 70.– · 17 Plätze

H358448

Eva Markus · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Aerobicraum
bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x do
19.30 bis 20.30 Uhr · 11.10.2018 bis 7.2.2019 · € 70.– ·
17 Plätze

Bauch-Beine-Po-Training

Dieses Training unterstützt Sie darin Ihren Körper in Form zu bringen. Nach einem gelenkschonenden und kreislauf-anregenden Aufwärmen wird die Bauch-, Gesäß- und Oberschenkelmuskulatur durch viele Wiederholungen bzw. große und kleine Bewegungen gekräftigt. Ergänzend erfolgt die Kräftigung der Rückenmuskulatur. Sanftes Dehnen und Entspannen des gesamten Körpers schließen die Stunde ab.

H358478

Gertraud Bock · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Aerobicraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x di 19.00 bis 20.00 Uhr · 9.10.2018 bis 5.2.2019 · € 70.– · 17 Plätze

H358481

Gertraud Bock · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Aerobicraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x mi 19.00 bis 20.00 Uhr · 10.10.2018 bis 6.2.2019 · € 70.– · 17 Plätze

H358484

Isabella Klaschka · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Gymnastikraum bei der Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x do 19.00 bis 20.00 Uhr · 11.10.2018 bis 7.2.2019 · € 70.– · 14 Plätze

Aquafit

Gymnastik im Wasser entlastet Gelenke und Wirbelsäule. Durch gezielte Übungen mit verschiedenen Fitnessgeräten wird die gesamte Körpermuskulatur gekräftigt und die Gelenke werden mobilisiert. Trainingselemente aus dem Bereich des Aquajoggings runden die Stunde ab und trainieren das gesamte Herz-Kreislauf-System. Abschließendes Stretching entspannt und revitalisiert.

H358913

Stefanie Hepp · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x do 8.00 bis 9.00 Uhr · 11.10.2018 bis 7.2.2019 · € 93.– · 15 Plätze

H358915

Stefanie Hepp · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x do 9.00 bis 10.00 Uhr · 11.10.2018 bis 7.2.2019 · € 93.– · 15 Plätze

H358917

Stefanie Hepp · Grünwalder Freizeitpark GmbH, Schwimmhalle · Südliche Münchner Str. 35c · 15 x do 10.00 bis 11.00 Uhr · 11.10.2018 bis 7.2.2019 · € 93.– · 15 Plätze



**Aus Spaß
am Sport!**

www.tsv-gruenwald.de

TSV Grünwald.e.V.
Geschäftsstelle
Dr.-Max-Str. 20 (Eingang Ecke Keltenstr.)
82031 Grünwald
Telefon: 089/6414270
info@tsv-gruenwald.de

Kochen und Ernährung

Kochen für Teens von 14 bis 17 Jahren

Wer liebt nicht Pasta, Pizza oder ein leckeres Crunchymüsli? Aber statt Fertiggerichten, Zuckerbomben und Tiefkühlware bringen wir frische und leckere Gerichte auf den Tisch.

Denn selbstgemacht schmecken unsere Lieblingsgerichte gleich noch viel besser. Ob Pasta mit verschiedenen Soßen, selbstgemachter Fruchtjoghurt, ein süßes Crunchytopping oder duftende Pfannkuchen, all das und vieles mehr bereiten wir zu. Für den nächsten chilligen Abend mit Freunden ist da bestimmt etwas Passenden dabei. Also dann mal ran an den Herd, es wird quick and easy gekocht.

H380200 – Samstagsseminar

Für Jugendliche · Monika Weiler/Carl Weiler · Gymnasium Grünwald · Laufzoner Str. 1 (Eingang Mensagebäude, gegenüber Laufzoner Str. 14) · sa 11.00 bis 15.00 Uhr · 20.10.2018 · € 20.– (ermäßigte Kursgebühr) · Zuzüglich € 12.– Materialgeld · 12 Plätze · &

Fisch von seiner besten Seite

Aus frischem Fisch lassen sich die schönsten Kreationen zubereiten. Umso besser, wenn von diesem teuren, hochwertigen Lebensmittel möglichst alles verarbeitet werden kann. Lernen Sie, wie Sie aus Fisch und edlen Meeresfrüchten das Beste herausholen. Freuen Sie sich auf Carpaccio vom Lachs, Räucherfisch-Brandade oder echte Bouillabaisse und weitere Gerichte, die wir mit raffinierten Beilagen und frischem Gemüse zubereiten und bei einem Glas Wein genießen. Auch Ihre Fragen zu Fischfang, Fischzucht und nachhaltigem Einkauf werden in diesem Kurs beantwortet.

H380703 – Sonntagsseminar

Maik Haltenhof · Gymnasium Grünwald · Laufzoner Str. 1 (Eingang Mensagebäude, gegenüber Laufzoner Str. 14) · so 10.00 bis 18.00 Uhr · 20.1.2019 · € 42.– · Zuzüglich € 29.– Materialgeld · 14 Plätze · &

Sous-Vide – die Niedrigtemperaturgarmethode für perfekten Genuss

Die Sous-Vide-Methode steht für Garen im Wasserbad unter Vakuum, und hat die Zubereitung von Fleisch und Fisch revolutioniert. Aber ist das noch Kochen? Überzeugen Sie sich davon, wie Fleisch oder Fisch mittels dieser Garmethode auf den Punkt gebracht werden können, und das komplett fettfrei und ohne Aroma- und Nährstoffverluste. Herrliche Soßen und Beilagen machen aus den unwahrscheinlich zarten Fleisch- und Fischvariationen ein perfektes Menü, welches mit einem himmlischen Dessert seinen krönenden Abschluss findet. Genießen Sie bei einem passenden Wein Ihre kulinarischen Werke.

H380724 – Sonntagsseminar

Stefan Becker · Gymnasium Grünwald · Laufzorer Str. 1 (Eingang Mensagebäude, gegenüber Laufzorer Str. 14) · so 10.00 bis 17.00 Uhr · 3.2.2019 · € 38.– · Zuzüglich € 28.– Materialgeld · 14 Plätze · &

Wintertraum mit Tapas – spanische Küche

Tapas stehen für Genuss, Lebensfreude und Urlaubsstimmung. Diese kleinen spanischen Häppchen verwöhnen jeden Gaumen. Freuen Sie sich in diesem Kurs darauf, die traditionellen Speisen der spanischen Küche in neuen charaktervollen und individuellen Kreationen zu entdecken. Mit la Morcilla, Gazpachos, la Papa, el Chorizo, Frutos del Mar, las Alcachofas (Artischocken) und vielem mehr begeben wir uns auf eine Reise zurück zu den Wurzeln mit authentischen Zutaten. Ein guter Tropfen Rioja oder ein alkoholfreier Drink aus Wassermelone, Limette und Honig begleitet unser Tapas-Menü.

H381040 – Samstagseminar

Larissa Recalde de Deubzer · Gymnasium Grünwald · Laufzorer Str. 1 (Eingang Mensagebäude, gegenüber Laufzorer Str. 14) · sa 14.00 bis 18.00 Uhr · 1.12.2018 · € 27.– · Zuzüglich € 20.– Materialgeld · 12 Plätze · &

Noche Mexicana – Mar y Tierra

Die mexikanische Küche hat weit mehr zu bieten als Tacos und Burritos. Entdecken Sie in diesem Kurs eine ganz neue Seite der mexikanischen Küche bei der der Wohlgeschmack des Meeres (Meeresfrüchte) auf den Geschmack der Erde (Urwaldprodukte) trifft. Wir bereiten z. B. Meeresfrüchte-Eintopf auf mexikanische Art, Cochinita Pibil (Spanferkel mit Achiote-Gewürz), selbstgemachte Tortillas und unsere traditionellen Soßen Guacamole, Salsa Mexicana Chipotle und Frijoles Refritos zu. Für den süßen Gaumen gibt es abschließend Passionsfrucht-Törtchen aus Sesam-Chili-Mürbeteig.

H381124 – Samstagseminar

Larissa Recalde de Deubzer · Gymnasium Grünwald · Laufzorer Str. 1 (Eingang Mensagebäude, gegenüber Laufzorer Str. 14) · sa 14.00 bis 18.00 Uhr · 19.1.2019 · € 27.– · Zuzüglich € 20.– Materialgeld · 12 Plätze · &

Balinesische Küche – Speisen von der Insel der Götter

Welche Köstlichkeiten in Bali auf uns warten, bringt Ihnen eine gebürtige Balinesin näher: Babi guling (würzig gegrilltes Spanferkel), Bebek betutu (pikante gedämpfte und gegrillte Ente), Lawar (gemischte blanchierte Gemüse mit geriebener Kokosnuss und exotischer Gewürzmischung) und Nasi campur (balinesische Reistafel). Hier wird für die Götter gekocht. Es besteht eine enge Verbindung zwischen religiösen Gebräuchen und dem Verzehr der Speisen. Entdecken Sie selbst die kulturellen Unterschiede und genießen Sie die balinesische Küche.

H381524 – Samstagsseminar

Kadek Wati Bachmayer · Gymnasium Grünwald · Laufzorer Str. 1 (Eingang Mensagebäude, gegenüber Laufzorer Str. 14) · sa 10.00 bis 15.00 Uhr · 2.2.2019 · € 27.– · Zuzüglich € 22.– Materialgeld · 14 Plätze · &

„Priyatnawa“ – die russische Küche genießen

Die russische Küche ist vor allem bekannt für deftige Eintöpfe, herzhaftes Teigwaren und regionale Vielfalt. Entdecken Sie ein Land, dessen kulturelle Unterschiede sich in der abwechslungsreichen Küche widerspiegeln. Wir kochen ein traditionelles Menü mit Borschtsch Firmennyj, Salat Oliv'je (eine köstliche Vorspeise ohne Oliven!) und Blintschiki s mjasom. Für den süßen Genuss gibt es Sypniki. Zu den Speisen werden landestypische alkoholische und alkoholfreie Getränke serviert. Zudem erhalten Sie Einblicke in die russischen Tischsitten und -gebräuche.

H381815 – Samstagsseminar

Galina Böhm · Gymnasium Grünwald · Laufzorer Str. 1 (Eingang Mensagebäude, gegenüber Laufzorer Str. 14) · so 13.00 bis 19.00 Uhr · 25.11.2018 · € 32.– · Zuzüglich € 22.– Materialgeld · 14 Plätze · &

Quiche, Flammkuchen und Co. – die Winteredition

Kürbis, Rote Bete, Fenchel, Spitzkohl: Winterliches Gemüse in Hülle und Fülle. Und Sie werden sehen, auf selbstgemachten Teigen schmeckt es einfach wunderbar. Als leckere Mahlzeit für die Familie oder zum genüsslichen Dinieren mit Freunden, die Variationen von Quiche und Flammkuchen sind unwahrscheinlich vielfältig und gerade in der kühlen Jahreszeit ein Hochgenuss. In diesem Kurs erwarten Sie, neben altbekannten Varianten, vor allem ganz neue und schnelle Kreationen mit winterlichem Gemüse und selbstgemachten Teigen. Lernen Sie, das Wintergemüse schmackhaft zu verarbeiten.

H382008 – Samstagsseminar

Monika Weiler/Carl Weiler · Gymnasium Grünwald · Laufzorer Str. 1 (Eingang Mensagebäude, gegenüber Laufzorer Str. 14) · sa 11.00 bis 17.00 Uhr · 24.11.2018 · € 30.– · Zuzüglich € 14.– Materialgeld · 14 Plätze · &

Genuss aus einem Topf

Winterliche Suppen und Eintöpfe

Suppen und Eintöpfe sind langweilig? Weit gefehlt! Gerade in der kühlen Jahreszeit ist eine wärmende Suppe ein Hochgenuss für Körper und Seele. Lernen Sie in diesem Kurs das beliebte Soulfood aus einem Topf von einer ganz neuen Seite kennen. Ob als Crème-Suppe, Eintopf oder klare Brühe, mit saisonalem Gemüse und der richtigen Würzung entstehen unwiderstehliche Kreationen. Ergänzend dazu backen wir auch das traditionelle „Brot zur Suppe“ selbst, vom Baguette bis zum Knäckebrot. Freuen Sie sich auf neue Geschmackserlebnisse abseits von fader Hühnersuppe oder Erbseneintopf.

H383209 – Samstagsseminar

Monika Weiler/Carl Weiler · Gymnasium Grünwald · Laufzorner Str. 1 (Eingang Mensagebäude, gegenüber Laufzorner Str. 14) · sa 11.00 bis 17.00 Uhr · 17.11.2018 · € 30.– · Zuzüglich € 14.– Materialgeld · 14 Plätze · &

Fermentieren:

Lebensmittel leicht und lecker haltbar machen?!

Die Fermentation von Nahrungsmitteln ist so alt wie die Menschheit selbst und erfährt gerade eine wundervolle Renaissance. In diesem Vortrag erfahren Sie, was Fermentation ist und welche großartigen Vorzüge der Verzehr fermentierter Lebensmittel für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit mit sich bringt. Entdecken Sie die Vielfältigkeit an fermentierbaren Lebensmitteln, fern vom bekannten Sauerkraut. Viele hilfreiche Praxistipps unterstützen dabei, das Gelernte im Alltag umzusetzen. Zum Abschluss gibt es noch eine kleine Verköstigung eigens fermentierter Produkte.

H388015 – Vortrag

Philip Kunisch · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · mo 19.00 bis 20.30 Uhr · 21.1.2019 · € 7.– · Restkarten vor Ort · Auch mit MVHS-Card · Zuzüglich € 2.– Materialgeld · 16 Plätze · &

Newsletter Extra

Unser besonderer Service: Auf Wunsch informieren wir Sie gezielt **zu Ihren Interessengebieten**. Klicken Sie einfach die Themen an, zu denen Sie unsere „Newsletter Extra“ erhalten möchten:

www.mvhs.de/newsletter

Weinkunde

Wachau – Weißweine in Perfektion

Das enge Donautal zwischen Melk und Krems ist nicht nur UNESCO-Weltkulturerbe sondern auch der Ort, wo auf steilen Terrassen die Trauben für einige der größten Weißweine der Welt wachsen. Wäre die Wachau eine Monarchie – das Herrscherpaar hieße Grüner Veltliner und Riesling. Aber auch Neuburger, Muskateller, Sauvignon Blanc, Weißburgunder und Chardonnay trumpfen mit außergewöhnlichen Geschmackserlebnissen auf. Wir verkosten einige wichtige Vertreter aus dieser Weinregion, ebenso wie eher unbekanntere, ganz besondere Tropfen.

Es empfiehlt sich, das Auto zu Hause stehen zu lassen.

H385112 – Sonntagsseminar

Nur für Teilnehmende ab 18 Jahren · Peter Lackner · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · so 13.00 bis 17.00 Uhr · 18.11.2018 · € 24.– · Zuzüglich € 15.– Materialgeld · 17 Plätze · ♿

Languedoc – vom Saulus zum Paulus

Das größte Weinanbaugebiet Frankreichs hat in den letzten 30 Jahren eine beeindruckende Wandlung hingelegt. Früher stand hauptsächlich Quantität mit einer Unmenge an günstigen Massenweinen auf dem Programm, danach war es vor allem ein Geheimtipp für Kenner und heute hat es sich eine Top-Reputation erarbeitet – und das zu Recht! Hier findet man beste Qualität in großer Vielfalt zum (noch) attraktiven Preis-Leistungs-Verhältnis. Verkosten Sie selbst die verschiedenen Regionen, Stilrichtungen und Qualitäten des Weingebiets Languedoc. Santé!

Es empfiehlt sich, das Auto zu Hause stehen zu lassen.

H385121 – Sonntagsseminar

Nur für Teilnehmende ab 18 Jahren · Andreas Uiker · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · so 14.00 bis 17.00 Uhr · 20.1.2019 · € 20.– · Zuzüglich € 29.– Materialgeld · 17 Plätze · ♿

Berufliche Bildung

Agiles Projektmanagement

Methodik für ein dynamisches Geschäftsumfeld

Mit agilem Projektmanagement können Sie auch in einem sich schnell ändernden Arbeitsumfeld Projekte schrittweise, flexibel und durch Einbezug relevanter Akteure erfolgreich umsetzen. Hier erhalten Sie anhand von praktischen Fällen einen Überblick über agile Methoden für die Planung, Steuerung und den Abschluss eines Projektes. Darüber hinaus lernen Sie, welche Faktoren für die Kommunikation und Steuerung in agilen Teams relevant sind und wie Sie diese Instrumente in die Praxis umsetzen.

H440559 – Wochenendseminar

Christian Göttlinger · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 20./21.10.2018 · € 155.– · 8 Plätze

Rhetorik und Kommunikation

Rhetorik-Training: lebendig und wirkungsvoll reden

Sie möchten andere mit gelassener, souveräner Ausstrahlung von Ihren Anliegen überzeugen? Dann können Sie sich hier mit den wichtigsten Grundprinzipien der Rhetorik vertraut machen und mit ausführlichen Übungen Ihren persönlichen Sprachstil nachhaltig verbessern.

Inhalt: theoretische Grundlagen und praktische Übungen zur freien Rede, Sprache und Verständlichkeit, zielgerichtet reden und vortragen, Körpersprache, Selbstbild und Wirkung auf andere, Abbau von Lampenfieber, persönliche Präsenz stärken.

H451230 – Wochenendseminar

Christiane Imdahl · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 19./20.1.2019 · € 77.– · 12 Plätze · ☎

Effektive Gesprächs- und Verhandlungsführung

Erfolgreiche Gesprächs- und Verhandlungsführung setzt voraus, dass Sie Kommunikationsstrukturen schnell erkennen und das eigene Verhalten auch verschiedenen Verhandlungspartnern gegenüber flexibel gestalten können.

Inhalt: aktives Zuhören, den roten Faden behalten, verständliche und überzeugende Formulierungen, Umgang mit Kritik und Konfliktsituationen, verbale und nonverbale Kommunikation. Sie erproben Gesprächstechniken in unterschiedlichen Situationen und lernen, wie man offene und verdeckte Angriffe sowie unsachliche Kommentare erkennt und geschickt abwehrt.

H451580 – Wochenendseminar

Jörg Umpfenbach · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · fr 18.00 bis 21.00 Uhr · sa 10.00 bis 17.30 Uhr · Pausen nach Absprache · 8./9.2.2019 · € 74.– · 12 Plätze · ☎

Maschinenschreiben am PC: Alle 10 Finger im Einsatz

Maschinenschreiben am PC

Zehn-Finger-Tastschreiben in sechs Stunden

Nach nur sechs Stunden Unterricht blind mit zehn Fingern auf der Tastatur schreiben! Dass dieses Konzept hält, was es verspricht, haben einige unserer erfahrenen Dozentinnen getestet und bestätigt.

Kursinhalt: Erlernen des Zehn-Finger-Tastsystems mittels einer beschleunigenden Lehr- und Lernmethode.

Erarbeitung der Ziffern und Zeichen.

Für Anfängerinnen und Anfänger ohne Vorkenntnisse.

H483310

Edith Rösch · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · 4 x mi 17.30 bis 19.00 Uhr · 9. bis 30.1.2019 · € 69.– · 7 Plätze

Computer und Internet

Smartphones und Tablets

Das iPhone – einfach und verständlich!

Das iPhone von Apple ist weit mehr als nur ein Telefon. Mit seinen vielen Funktionen und Erweiterungen, den sogenannten Apps, wird es zum multimedialen Kommunikationsmittel.

Kursinhalt: Grundfunktionen (Telefon, Nachrichten, Kalender, Fotos, mobiler Internetzugang); Privatsphäre-Einstellungen nach Sicherheitskriterien vornehmen; der iTunes-Store: Angebot und Einkauf; Funktionserweiterung des iPhones mit Apps; der App Store im Überblick. Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes iPhone inkl. Ladegerät mit.

H482750

Für Senioren · Maximilian Gödel · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · 3 x mo 14.00 bis 17.00 Uhr · 12. bis 26.11.2018 · € 89.– · Ermäßigung mit Senior-Card möglich · 7 Plätze

Android-Tablets für Einsteiger Internet, E-Mail, Multimedia

Tablet-Computer sind wahre Alleskönner mit einer Vielzahl an Funktionen. Damit Sie Ihr Android-Tablet sicher einstellen und effektiv nutzen können, erhalten Sie eine Orientierung über die Bedienung eines Tablets mit dem Betriebssystem Android.

Kursinhalte: grundlegende Bedienung und sicheres Navigieren im Nutzermenü; Google-Konto einrichten; persönliche Einstellungen; WLAN-Zugang einrichten; im Internet surfen; E-Mail-Funktion nutzen; Termine und Kontakte verwalten; Apps im Google Play Store suchen und installieren.

Die Android-Grundfunktionen werden am Beispiel eines Samsung-Tablets demonstriert. Auf Fragen zu anderen Modellen wird bestmöglich eingegangen.

Bringen Sie bitte Ihr aufgeladenes Android-Tablet inkl. Ladegerät mit.

H482817

Für Senioren · Maximilian Gödel · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · 2 x mo 14.00 bis 17.00 Uhr · 21. und 28.1.2019 · € 65.– · Ermäßigung mit Senior-Card möglich · 7 Plätze

Windows und Office

PC-Grundkurs mit Windows 10

Es werden die grundlegenden Fähigkeiten für den Umgang mit dem PC vermittelt und es wird auf das handlungsorientierte Arbeiten mit den Officeprodukten vorbereitet.

Kursinhalt: Einblick in den Aufbau des PC-Systems; die Benutzeroberfläche von Windows; Dateimanagement; Internet-Grundlagen; Surfen und Mailen; Internet-Gefahren; die Oberfläche von Anwendungsprogrammen. Für diesen AZAV-zertifizierten Kurs ist die/der Bildungsprämie/ Bildungsgutschein anwendbar.

Voraussetzung ist ein sicherer Umgang mit Maus und Tastatur.

H483540

Vadim Gutyrchik · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · 8 x do 18.00 bis 21.00 Uhr · 15.11.2018 bis 17.1.2019 · € 249.– · 7 Plätze

So funktioniert Microsoft Office 2016

In dieser praktischen Einführung entdecken Sie, wie einfach die Office-Programme Word, Excel, PowerPoint und Outlook genutzt werden können.

Kursinhalt: Text in Word erfassen, formatieren, drucken und speichern; Excel-Zellen adressieren, formatieren und einfache Berechnungen ausführen; PowerPoint-Designs nutzen, Einsatz von Texten, Grafikelementen und Umgang mit Folien; Verwalten von E-Mails, Kontakten und Terminen (ohne Exchange-Zugriff).

Voraussetzung sind Kenntnisse entsprechend dem „PC-Grundkurs“.

H484060

Petra Schröck · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · 4 x di 18.00 bis 21.00 Uhr · 8. bis 29.1.2019 · € 129.– · 7 Plätze

*Websites***Websites mit WordPress – Expresskurs**

Mit WordPress lassen sich spannende Weblogs, private Websites und Firmenpräsenzen relativ einfach und schnell umsetzen. Im Kurs lernen Sie praxisnah, wie Sie mit diesem Redaktionssystem Ihre (bereits vorhandene) Website oder Ihren privaten Blog selbstständig gestalten und zukünftig verwalten können.

Kursinhalt: Konfiguration und Administration des WordPress-Systems; Seiten und Blogbeiträge erstellen und Inhalte ändern, Menüs anlegen, Themes auswählen; Grundfunktionalität mit Plugins erweitern. Sie können an Ihrer eigenen Webseite arbeiten, wenn Sie ein bereits installiertes WordPress-System mitbringen.

Voraussetzung sind gute PC-Kenntnisse.

H486295 – Samstagseminar

Joachim Braun · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 27.10.2018 · € 79.– · 7 Plätze

H486300 – Sonntagseminar

N.N. · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · so 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 10.2.2019 · € 79.– · 7 Plätze

Jimdo – einfach schöne Webseiten

Ob Sie als Unternehmer Ihr Angebot im Internet präsentieren wollen, eine Vereinshomepage planen oder einfach Spaß daran haben, Ihr Hobby im Web zu präsentieren – mit dem Baukastensystem Jimdo erstellen Sie im Handumdrehen eine eigene Homepage.

Kursinhalt: Anmeldevorgang und Login; geeignetes Design wählen; Seiten anlegen; Bilder, Texte und Videos einpflegen; Einbinden von Social-Media-Plattformen; eigene Web-Adresse auswählen; Online-Shop mit Jimdo; kostenlose und kostenpflichtige Versionen im Überblick.

Voraussetzung sind gute PC-Kenntnisse.

Zur Anmeldung bei Jimdo benötigen Sie eine online abrufbare E-Mail-Adresse und gültige Zugangsdaten.

H486420 – Samstagsseminar

Angelika Mutze · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 17.11.2018 · € 69.– · 7 Plätze

Suchmaschinen und IT-Sicherheit

SEO für Einsteiger – Erfolg durch Suchmaschinenoptimierung

Eine gute Position auf den Ergebnislisten der wichtigsten Suchmaschinen ist maßgeblich für den Erfolg einer Website. Webmaster und Marketingverantwortliche erfahren in diesem Kurs, wie sie das Ranking und damit den Bekanntheitsgrad ihrer Websites bei Google & Co. verbessern.

Kursinhalt: SEO als Teil von Suchmaschinenmarketing bzw. Online-Marketing; Social-Media-Marketing als Rankingfaktor; Websiteanalyse und Monitoring, Keyword-Bestimmung, OnPage- und OffPage-Optimierung, Linkpopularität (PageRank) steigern, Tricks und Tools.

Voraussetzung: Internetgrundkenntnisse.

H486815 – Sonntagsseminar

Wilhelm Weller · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · so 10.00 bis 17.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 20.1.2019 · € 69.– · 7 Plätze

IT-Sicherheit ganz praktisch:**Von Verschlüsselung bis zu sicherem Passwortschutz**

E-Mails sind persönlich. Damit sie es auch bleiben, erfahren Sie, wie diese sicher verschlüsselt werden können. Auch Ordner oder ganze Laufwerke können einfach mit entsprechender Software (VeraCrypt) sicher verschlüsselt werden. Sie lernen, Datenträger (Festplatten, Sticks etc.) so zu löschen, dass die ehemaligen Daten nicht wiederhergestellt werden können. Mit Tricks werden Sie sichere Passwörter erzeugen, die Sie sich auch leicht merken können.

Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse.

H487760

Thomas Seidel · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · di 18.00 bis 21.00 Uhr · 20.11.2018 · € 39.– · 7 Plätze

Mobile Security**Mehr Sicherheit für Ihr Smartphone**

Smartphones und Tablets sind unsere ständigen Begleiter im Alltag. Mit den Einsatzmöglichkeiten steigt aber auch das Risiko, dass unsere Kommunikation abgehört wird, Daten ohne unser Einverständnis gesammelt oder unsere Mini-computer durch Schadsoftware angegriffen werden.

Der Kurs behandelt Sicherheitseinstellungen für die mobilen Betriebssysteme von iOS und Android.

Gerne können Sie Ihr Smartphone bzw. Tablet mitbringen.

H487765

Angelika Mutze · Pfarrheim St. Peter und Paul · EDV-Raum · Schloßstr. 4 · mo 18.00 bis 21.00 Uhr · 19.11.2018 · € 39.– · 7 Plätze

MVHS-Firmenkurse

EDV, Internet & Multimedia sind aus dem beruflichen Alltag nicht mehr wegzudenken. Sie möchten, dass Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter hier auf dem neuesten Stand sind?

Die MVHS bietet Ihnen zu allen Themen rund um Computer & Internet passgenaue Fortbildungsangebote auf allen Niveaus – ob zu Betriebssystemen und IT-Sicherheit, Office-Anwendungen, Netzwerken oder Programmierung, Webdesign, Social Media oder Online-Marketing.

Ihr Ansprechpartner: Michael Jäger

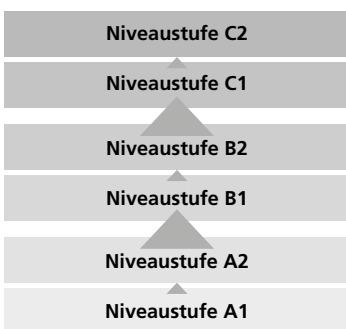
Tel. (089) 48006-6677, E-Mail: firmenkurse@mvhs.de

Sprachen lernen mit System!

Sie möchten eine Fremdsprache lernen oder auffrischen? Bei der Münchner Volkshochschule lernen Sie mit System. Unsere Kurse orientieren sich an einem einheitlichen europäischen Standard, und Sie können international anerkannte Prüfungen bei uns ablegen.

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen

Den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen haben Experten aus den Mitgliedsländern der Europäischen Union im Jahr 1997 entwickelt. Er beschreibt genau, was Sie auf sechs verschiedenen Niveaustufen ausdrücken und verstehen können. Anfänger starten bei A1, die höchste der sechs Stufen heißt C2. In ganz Europa lernen Menschen Sprachen nach diesem System. Die Kurzbeschreibung der Voraussetzungen und Inhalte für jede Niveaustufe finden Sie am Beginn der jeweiligen Rubrik in unserem Kursangebot. Dort sind auch Prüfungen genannt, die Sie in dieser Stufe ablegen können – oft direkt bei der Münchner Volkshochschule, die für viele Sprachzertifikate anerkanntes Prüfungszentrum ist.



Die Vorteile auf einen Blick

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen bedeutet für Sie:

- ein transparentes, einheitliches System mit sechs Niveaustufen
- europaweit vergleichbare und anerkannte Sprachkenntnisse
- ein aussagekräftiger Qualifikationsnachweis bei Bewerbungen

Gerne beraten wir Sie individuell!

Persönliche Sprachberatung für alle Sprachen

Gasteig, Rosenheimer Straße 5, 3. Stock
MVV: S-Bahn, Tram 15/25 Rosenheimer Platz
montags und dienstags von 9.00 bis 13.00 Uhr
mittwochs und donnerstags von 14.00 bis 19.00 Uhr
Bitte kommen Sie bis 1 Stunde vor Beratungsschluss.

Wir helfen Ihnen bei der Wahl des richtigen Kurses, informieren Sie über Zertifikate und Prüfungen und beraten Sie in allen Fragen zu Ihrem individuellen Lernweg.

Englisch

A2

Falls Sie unsicher sind, ob ein A2-Kurs für Sie passend ist, empfehlen wir Ihnen, auf jeden Fall einen kostenlosen und unverbindlichen Einstufungstest bei uns zu machen und sich persönlich beraten zu lassen. Der Test kann auch online abgelegt werden (www.mvhs.de/englisch).

A2 einmal wöchentlich

Lektion 8–11

Bitte mitbringen: Fairway New A2 (ISBN 978-3-12501612-5), Ernst Klett Sprachen

H521628

Inge Koch · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 15 x mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 8.10.2018 bis 4.2.2019 · € 147.– · 10 Plätze · ♿

A2 Auffrischung

In diesem Kurs frischen Sie die Grammatik und den Wortschatz der Stufe A2 auf. Die wichtigsten Bereiche aus dem Lehrbuch werden bearbeitet.

Bitte mitbringen: Brush up A2, Kurs- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-190-02936-5), Hueber Verlag

H521802

Yongmin Lee · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 13 x di 18.00 bis 19.30 Uhr · 9.10.2018 bis 22.1.2019 · € 141.– · 8 Plätze · ♿

Interessieren Sie sich für **Neuigkeiten** aus der Münchner Volkshochschule und **aktuelle Veranstaltungen**?

Wir informieren Sie gerne in unserem E-Mail-Newsletter:
Einfach abonnieren unter

www.mvhs.de/newsletter

B1

Einen Kurs der Stufe B1 können Sie belegen, wenn Sie auf Englisch mindestens Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen können, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z. B. Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung, Reisen), wenn Sie über vertraute und geläufige Dinge spontan sprechen sowie die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen beschreiben können.

Wir empfehlen Ihnen, auf jeden Fall einen kostenlosen und unverbindlichen Einstufungstest bei uns zu machen und sich beraten zu lassen. Der Test kann auch online abgelegt werden (www.mvhs.de/englisch).

B1 Conversation and more

Refreshing your grammar by conversation. We talk about various topics from daily life to political discussion. Great atmosphere with smaller group offers you a perfect afternoon.

H522358

Yongmin Lee · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
12 x di 16.30 bis 18.00 Uhr · 9.10.2018 bis 15.1.2019 ·
€ 142.– · 6 Plätze · &

B1 Language Club Grünwald

Would you like to practise English in an informal atmosphere? Then come and join the language club. We will talk about topics of interest, read newspaper articles or extracts from literature and revise aspects of grammar.

H522396

Simon Rees · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
13 x di 18.00 bis 19.30 Uhr · 9.10.2018 bis 22.1.2019 ·
€ 141.– · 8 Plätze · &

B1 Refresher once a week

Reactivate your English in one semester: you will revise grammar areas such as the basic tenses, adverbs of frequency, verbs followed by -ing or infinitives. We will include some speaking practice as well. The most important contents of the B1 level will be covered within the course.

Please bring: Brush Up B1, Kurs- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-190-02937-2), Hueber Verlag

H522402

Yongmin Lee · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
13 x di 19.30 bis 21.00 Uhr · 9.10.2018 bis 22.1.2019 ·
€ 151.– · 6 Plätze · &

B2

If you can answer yes to all/most of the questions below, you can start with the B2 level.

Can you understand the main points of clear standard input on familiar matters regularly encountered in work, school, free time etc?

Can you deal with most situations likely to arise while travelling in an area where the language is spoken?

Can you produce simple connected text and topics which are familiar or of personal interest?

Can you describe experiences and events, dreams, hopes and ambitions and briefly give reasons and explanations for opinions and plans?

Wir empfehlen Ihnen, auf jeden Fall einen kostenlosen und unverbindlichen Einstufungstest bei uns zu machen und sich beraten zu lassen. Der Test kann auch online abgelegt werden (www.mvhs.de/englisch).

B2 Conversation in the morning

These courses are designed for practising and improving your spoken English. We will focus on a wide range of interesting topics and activities to make you feel more confident with spontaneous conversations and your listening comprehension, while also helping to increase your vocabulary and accuracy in pronunciation. The course fee includes the material provided by the teacher.

H522658

Inge Koch · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
14 x mo 9.00 bis 10.30 Uhr · 8.10.2018 bis 28.1.2019 ·
€ 154.– · 8 Plätze · ☎

H522660

Inge Koch · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
14 x mo 10.30 bis 12.00 Uhr · 8.10.2018 bis 28.1.2019 ·
€ 154.– · 8 Plätze · ☎

B2 Conversation

These courses are designed for practising and improving your spoken English. We will focus on a wide range of interesting topics and activities to make you feel more confident with spontaneous conversations and your listening comprehension, while also helping to increase your vocabulary and accuracy in pronunciation. The course fee includes the material provided by the teacher.

H522614

Simon Rees · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
14 x di 19.30 bis 21.00 Uhr · 9.10.2018 bis 29.1.2019 ·
€ 154.– · 8 Plätze · ☎

B2 Conversation in the morning

These courses are designed for practising and improving your spoken English. We will focus on a wide range of interesting topics and activities to make you feel more confident with spontaneous conversations and your listening comprehension, while also helping to increase your vocabulary and accuracy in pronunciation. The course fee includes the material provided by the teacher.

H522662

Pauline Ann Webb · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 14 x do 10.30 bis 12.00 Uhr · 11.10.2018 bis 31.1.2019 · € 154.– · 8 Plätze · &

Französisch

B1

Sie können die Kurse auf dem Niveau B1 besuchen, wenn Sie die Sprachkompetenzen des Niveaus A2 haben. Diese haben Sie, wenn Sie einfache Alltagsgespräche und wesentliche Informationen in bekannten Situationen verstehen und sich auch in unerwarteten Situationen verständlich machen können. Sie können in einfacher Form erzählen, beschreiben, Notizen oder kurze Briefe mit einfachen Inhalten abfassen, auch unter Verwendung von Vergangenheit und Zukunft.

B1 Konversation (ohne Buch)

Sie lernen seit mindestens fünf Jahren Französisch und möchten Ihre Sprechfähigkeit weiter entwickeln? Mithilfe von kurzen Texten und Konversationsübungen trainieren Sie Ihr mündliches Ausdrucksvermögen und wiederholen schwerpunktmäßig auch Grammatik.

€ 3.– für Lehrmaterial sind in der Kursgebühr enthalten.

H531336

Sandrine Serret-Prامل · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 14 x do 9.00 bis 10.30 Uhr · 11.10.2018 bis 31.1.2019 · € 140.– · 10 Plätze · &

H531339

Sandrine Serret-Prامل · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 14 x do 10.30 bis 12.00 Uhr · 11.10.2018 bis 31.1.2019 · € 140.– · 10 Plätze · &

B2

Vous pouvez suivre un cours de niveau B2 si vous possédez les compétences linguistiques du niveau B1 indiquées comme suit: vous pouvez comprendre les points essentiels quand un langage clair et standard est utilisé et s'il s'agit de choses familières dans le travail, les loisirs ... Vous pouvez vous „débrouiller“ dans la plupart des situations rencontrées en voyage dans une région où on parle français. Vous êtes capable de produire un discours simple et cohérent sur des sujets familiers et dans vos domaines d'intérêt. Vous pouvez raconter un événement, une expérience ou un rêve, décrire un espoir ou un but et exposer brièvement des raisons ou explications pour un projet ou une idée.

€ 3.– sont compris dans le prix du cours pour le matériel mis à disposition.

B2 Conversation (sans manuel)

Vous avez un bon niveau de français et vous désirez continuer à progresser dans la langue. Dans un cours de conversation du niveau B2 vous avez la possibilité d'élargir vos connaissances sur la France, de perfectionner votre expression orale et d'approfondir vos connaissances lexicales et grammaticales du français, tout en travaillant sur des thèmes d'actualité variés.

€ 3.– sont compris dans le prix du cours pour le matériel mis à disposition.

H531632

Sandrine Serret-Prامل · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 14 x do 18.00 bis 19.30 Uhr · 11.10.2018 bis 31.1.2019 · € 154.– · 8 Plätze · &

Italienisch

A1

A1 Für den Urlaub – Kompakt

Teil 1 für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Sie wollen nach Italien fahren und sich in kurzer Zeit sprachlich und landeskundlich auf Ihre Reise vorbereiten?

Wir werden typische Alltagssituationen durchspielen und dabei Wortschatz und Redewendungen einüben, die Sie für Ihren Urlaub benötigen. Mit entsprechenden Vorkenntnissen können Sie auch bei Teil 2 einsteigen.

Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

H533020 – Wochenendseminar

Elena Cattaneo · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · sa 10.00 bis 17.00 Uhr · so 10.00 bis 13.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 2./3.2.2019 · € 62.– · 10 Plätze · &

A1 Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lektion 1–3

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse, die im moderaten Lerntempo Sprachkompetenzen im Italienischen erwerben möchten.

Bitte mitbringen: Chiaro! A1, ISBN 978-3-19-205427-3, Hueber Verlag

H533314

Elena Cattaneo · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
14 x mo 19.30 bis 21.00 Uhr · 15.10.2018 bis 4.2.2019 ·
€ 137.– · 10 Plätze · &

A1 Anfänger mit Vorkenntnissen

Lektion 7–9

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse, die im moderaten Lerntempo Sprachkompetenzen im Italienischen erwerben möchten.

Bitte mitbringen: Chiaro! A1, ISBN 978-3-19-205427-3, Hueber Verlag

H533382

Paola Passadore · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
14 x do 19.30 bis 21.00 Uhr · 11.10.2018 bis 31.1.2019 ·
€ 137.– · 10 Plätze · &

A2

Sie können die Kurse auf dem Niveau A2 besuchen, wenn Sie die Sprachkompetenzen des Niveaus A1 haben. Dies bedeutet, dass Sie im Italienischen kurzen alltäglichen Gesprächen über bekannte Themen folgen, sich in einfachen und vorhersehbaren Situationen verständigen und eine einfache Unterhaltung beginnen können.

Darüber hinaus verstehen Sie die wichtigsten Informationen aus einfachen Lesetexten (Programme, Fahrpläne, Hinweisschilder) und können kurze Mitteilungen wie z. B. Postkarten oder Telefonnotizen verfassen.

Als Abschluss der Niveaustufe A2 können Sie die Prüfung CELI 1 (Certificato di conoscenza dell'italiano) ablegen.

A2 einmal wöchentlich

Lektion 1–4

Für leicht fortgeschrittene Lernende, die in moderatem Lerntempo Sprachkompetenzen im Italienischen auf dem Niveau A2 erwerben möchten.

Bitte mitbringen: Chiaro! A2, ISBN 978-3-19-005449-7, Hueber Verlag

H533703

Paola Passadore · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
14 x do 18.00 bis 19.30 Uhr · 11.10.2018 bis 31.1.2019 ·
€ 151.– · 8 Plätze · &

A2 einmal wöchentlich**Lektion 7–9**

Folgende Kurse richten sich an leicht fortgeschrittene Lernende, die in moderatem Lerntempo Sprachkompetenzen im Italienischen auf dem Niveau A2 erwerben möchten. Bitte mitbringen: Chiaro! A2, ISBN 978-3-19-005449-7, Hueber Verlag

H533851

Giovanna Manna-Nissen · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 14 x di 18.00 bis 19.30 Uhr · 9.10.2018 bis 29.1.2019 · € 137.– · 10 Plätze · &

H533854

Elena Cattaneo · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 12 x do 9.00 bis 10.30 Uhr · 11.10.2018 bis 17.1.2019 · € 130.– · 8 Plätze · &

Sprachberatung

- *A2 oder C1?*
- *Lerngeübt?*
- *Konversation?*
- *Berufsbezogen?*
- *Prüfungsorientiert?*

Sie haben einen interessanten Kurs gefunden, fragen sich aber, ob er für Sie der richtige ist?
 Sie haben vor, ein Zertifikat zu erwerben?
 Sie möchten gerne mehr über unser Angebot erfahren oder einen Einstufungstest machen?

Die Kolleginnen des Programmbereichs Sprachen sind für Sie da, beantworten Ihre Fragen und finden gemeinsam mit Ihnen den Kurs, der für Sie passt.

Kommen Sie zu unserer kostenlosen Einstufung und Beratung

(bitte bis eine Stunde vor Beratungsschluss):

montags, dienstags	9.00 bis 13.00 Uhr
mittwochs, donnerstags	14.00 bis 19.00 Uhr

MVHS-Sprachberatung im Gasteig

Rosenheimer Straße 5, 3. Stock

B1

Sie können die Kurse auf dem Niveau B1 besuchen, wenn Sie die Sprachkompetenzen der Niveaus A1 und A2 haben. Dies bedeutet, dass Sie einfache Alltagsgespräche und wesentliche Informationen in bekannten Situationen verstehen und sich auch in unerwarteten Situationen verständlich machen können. Darüber hinaus können Sie in einfacher Form erzählen, beschreiben, Notizen oder kurze Briefe mit einfachen Inhalten abfassen, auch unter Verwendung von Vergangenheit und Zukunft.

Als Abschluss der Niveaustufe B1 können Sie die Prüfung CELI 2 (Certificato di conoscenza dell'italiano) ablegen.

B1 einmal wöchentlich

ab Lektion 4

Für fortgeschrittene Lerner des Italienischen, die im normalen Lerntempo Sprachkompetenzen auf dem Niveau B1 erwerben möchten. Regelmäßiger Kursbesuch und zusätzliche Lernarbeit zu Hause sind erforderlich.

Bitte mitbringen: Chiaro! B1, ISBN 978-3-19-005467-1, Hueber Verlag

H534233

Giovanna Manna-Nissen · Bürgerhaus Römerschanz ·
Dr.-Max-Str. 1 · 14 x di 10.30 bis 12.00 Uhr · 9.10.2018 bis
29.1.2019 · € 151.– · 8 Plätze · ♿

B1 Konversation einmal wöchentlich (ohne Buch)

In einem Konversationskurs auf dem Niveau B1 haben Sie Gelegenheit, mithilfe von kurzen Texten und Konversationsübungen Ihre Sprechfähigkeit zu entwickeln, aber auch Grammatik in Schwerpunkten zu wiederholen.

Voraussetzung: acht bis neun Semester Italienisch an der Volkshochschule oder entsprechende Kenntnisse.

€ 3.– für Lehrmaterial sind in der Kursgebühr enthalten.

H534380

Giovanna Manna-Nissen · Bürgerhaus Römerschanz ·
Dr.-Max-Str. 1 · 13 x mo 10.30 bis 12.00 Uhr · 8.10.2018 bis
21.1.2019 · € 144.– · 8 Plätze · ♿

B2

I corsi di livello B2 sono per chi ha raggiunto le competenze del livello B1 ed è in grado di comprendere gli elementi essenziali di una conversazione standard riguardante questioni comuni come il lavoro, la scuola, il tempo libero, ecc. così come di gestire la maggior parte delle situazioni che si possono incontrare in un viaggio all'estero. Inoltre, è in grado di raccontare esperienze ed avvenimenti, di descrivere sogni, speranze e obiettivi, e di fornire brevi motivazioni o spiegazioni riguardo a progetti ed opinioni. A compimento del livello B2 potete sostenere l'esame per conseguire il CELI 3 (Certificato di conoscenza dell'italiano).

B2 Conversazione (con libro)

In un corso di conversazione di livello B2 sono in primo piano testi orali e scritti sulla cultura e l'attualità italiane che saranno la base per approfondire e ripetere strutture grammaticali e lessicali.

Il libro di testo viene indicato per ogni singolo corso.

Il materiale verrà comunicato all'inizio del corso.

H534810

Paola Passadore · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
14 x mo 19.30 bis 21.00 Uhr · 8.10.2018 bis 28.1.2019 ·
€ 162.– · 6 Plätze · &

Bitte mitbringen:

Nuovo Magari B2, ISBN 978-3-19-205421-1, Hueber Verlag
H534825

Paola Passadore · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 ·
12 x mo 18.00 bis 19.30 Uhr · 8.10.2018 bis 14.1.2019 ·
€ 130.– · 8 Plätze · &

B2 Conversazione (senza libro)

In un corso di conversazione di livello B2 sono in primo piano testi orali e scritti sulla cultura e l'attualità italiane che saranno la base per approfondire e ripetere strutture grammaticali e lessicali.

€ 3.– per il materiale distribuito a lezione sono inclusi nel prezzo.

H534873

Giovanna Manna-Nissen · Bürgerhaus Römerschanz ·
Dr.-Max-Str. 1 · 13 x mi 18.00 bis 19.30 Uhr · 10.10.2018
bis 23.1.2019 · € 131.– · 10 Plätze · &

C1

I corsi di livello C1 sono per chi ha raggiunto le competenze del livello B2 ed è in grado di afferrare i punti essenziali di testi complessi e di capire argomenti concreti e astratti anche riguardanti il proprio settore di specializzazione.

Inoltre, è in grado di esprimersi in modo spontaneo e fluente, così da poter gestire una normale conversazione con persone di madrelingua, senza troppe difficoltà e di esprimere in modo chiaro e dettagliato il proprio parere riguardo a una vasta gamma di argomenti.

Nei seguenti corsi la conversazione su temi d'attualità e di cultura italiana è in primo piano. Temi grammaticali verranno trattati solo se di stretta pertinenza.

C1 Conversazione (senza libro)

In un corso di conversazione di livello C1 partecipanti con ottime conoscenze della lingua italiana hanno modo di approfondire le loro conoscenze sulla realtà italiana del presente e del passato.

€ 3.– per il materiale distribuito a lezione sono inclusi nel prezzo.

H535144

Giovanna Manna-Nissen · Bürgerhaus Römerschanz ·
Dr.-Max-Str. 1 · 12 x mo 9.00 bis 10.30 Uhr · 8.10.2018 bis
14.1.2019 · € 154.– · 6 Plätze · ♿

H535147

Giovanna Manna-Nissen · Bürgerhaus Römerschanz ·
Dr.-Max-Str. 1 · 12 x di 9.00 bis 10.30 Uhr · 9.10.2018 bis
15.1.2019 · € 133.– · 8 Plätze · ♿

Spanisch

A1 – Anfänger

A1 Einmal wöchentlich ab Oktober für Anfänger ohne Vorkenntnisse Lektion 1–4

Bitte mitbringen: Con gusto A1, Lehr- und Arbeitsbuch,
Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514980-9

H540519

Marisa del Valle Oms · Bürgerhaus Römerschanz ·
Dr.-Max-Str. 1 · 14 x mi 19.30 bis 21.00 Uhr · 17.10.2018 bis
6.2.2019 · € 126.– · 12 Plätze · &

B1

Sie können die Kurse auf dem Niveau B1 besuchen, wenn Sie die Sprachkompetenzen des Niveaus A2 haben. Diese haben Sie, wenn Sie einfache Alltagsgespräche und wesentliche Informationen in bekannten Situationen verstehen und sich auch in unerwarteten Situationen verständlich machen können. Sie können in einfacher Form erzählen, beschreiben, Notizen oder kurze Briefe mit einfachen Inhalten abfassen, auch unter Verwendung von Vergangenheit und Zukunft.

B1 Einmal wöchentlich

Bitte mitbringen: Con gusto B1, Lehr- und Arbeitsbuch,
Klett Verlag, ISBN 978-3-12-515010-2

Ab Lektion 1

H542519

Carmen Rodríguez Okelmann · Bürgerhaus Römerschanz ·
Dr.-Max-Str. 1 · 14 x do 18.00 bis 19.30 Uhr · 11.10.2018
bis 31.1.2019 · € 161.– · 6 Plätze · &

Ab Lektion 6

H542553

Carmen Rodríguez Okelmann · Bürgerhaus Römerschanz ·
Dr.-Max-Str. 1 · 14 x do 19.30 bis 21.00 Uhr · 11.10.2018
bis 31.1.2019 · € 161.– · 6 Plätze · &

B2

Los cursos del nivel B2 son adecuados para las personas que han terminado el nivel B1 y pueden comprender los puntos esenciales de una conversación estándar en el ámbito de la familia, del trabajo y del tiempo libre. Pueden expresarse en la mayor parte de las situaciones durante un viaje. Pueden hablar sobre sus intereses de forma coherente. Pueden contar un acontecimiento, una experiencia o un sueño, expresar un deseo o un objetivo y explicar brevemente sus razones.

B2 Conversación

Introducción a la conversación con temas actuales y cotidianos, repetición de la gramática, práctica de la expresión oral.

Se necesitan conocimientos del nivel B1 (toda la gramática).

H543533

Euride Velasquez · Bürgerhaus Römerschanz · Dr.-Max-Str. 1 · 14 x mi 16.30 bis 18.00 Uhr · 10.10.2018 bis 30.1.2019 · € 154.– · € 3.– für Lehrmaterial sind in der Kursgebühr enthalten · 8 Plätze · &

Werden Sie Mitwisser!

Mitwisser gesucht!
MVHS-Card

2/2018
Münchner Volkshochschule

Die MVHS-Card Eine Karte, rund 800 Möglichkeiten!

Mit der **MVHS-Card** haben Sie für nur **57 Euro** freien Zutritt zu rund **800 Veranstaltungen** der Münchner Volkshochschule. Das Angebot umfasst **Vorträge, Podiumsgespräche, Filme, Theateraufführungen, Konzerte, Führungen, Exkursionen** und anderes mehr.

Gültigkeit: eine Programmlaufzeit, aktuell von 9/2018 bis 2/2019. Die Karte ist nicht übertragbar. Sie gilt für alle Veranstaltungen mit dem Hinweis „MVHS-Card“ in den Kursinformationen. Keine Platzgarantie.

Information und Buchung in allen **Anmeldestellen der MVHS**, unter **Telefon (089) 4 80 06-62 39** und im Internet unter **www.mvhs.de/mvhs-card**.

Die Senior-Card

Nutzen Sie Ihren Altersvorsprung mit 20 Prozent Preisvorteil!



Sie sind an mehreren Kursen der **Senioren Volkshochschule** interessiert? Dann kann die **Senior-Card** für Sie von Vorteil sein. Sie kostet **30 Euro** pro Programmlaufzeit und bringt Ihnen **20 Prozent Ermäßigung** für die über **500 Kurse** der Senioren Volkshochschule, die mit dem Zusatz „Ermäßigung mit Senior-Card möglich“ gekennzeichnet sind.

Gültigkeit: eine Programmlaufzeit, aktuell von 9/2018 bis 2/2019. Die Karte ist nicht übertragbar, nicht stornierbar oder mit anderen Ermäßigungen kombinierbar. Die Ermäßigung erfolgt bei Kursbuchung. Eine nachträgliche Ermäßigung bereits gebuchter Kurse ist bis zum 31. Oktober 2018 möglich.

Information und Buchung in allen Anmeldestellen der MVHS, unter Telefon (089) 48006-6239 und www.mvhs.de/senior-card.

Angegeben ist jeweils der 1. Kurstermin**Oktober**

- 9.10. H522402 Englisch B1, Auffr. (Brush up B1)
9.10. H522614 Englisch B2, Conversation
10.10. H357765 Pilates für Fortgeschrittene
10.10. H155050 Studium Generale
10.10. H155030 Studium Generale
10.10. H155040 Studium Generale
10.10. H357766 Pilates für Fortgeschrittene
10.10. H372100 SEN: Yoga – Aufbaustufe
10.10. H273094 Gesang – Einzelunterricht
10.10. H543533 Spanisch B2 – Conversación
10.10. H357702 Pilates
10.10. H534873 Italienisch B2 Conversazione
10.10. H273190 Komm und Sing
10.10. H358439 Bodystyling
10.10. H357069 Wirbelsäulengymnastik
10.10. H358481 Bauch-Beine-Po-Training
10.10. H358442 Bodystyling
10.10. H357767 Pilates für Fortgeschrittene
11.10. H357072 Wirbelsäulengymnastik Fortgeschrittene
11.10. H358913 Aquafit
11.10. H357075 Wirbelsäulengymnastik
11.10. H352588 Hatha-Yoga – Für Fortgeschrittene
11.10. H358915 Aquafit
11.10. H531336 Französisch B1 Konversation
11.10. H533854 Italienisch A2 Lektion 7–9
11.10. H358917 Aquafit
11.10. H531339 Französisch B1 Konversation
11.10. H522662 Englisch B2, Conversation
11.10. H352228 Hatha-Yoga
11.10. H352220 Hatha-Yoga
11.10. H542519 Spanisch B1 einmal wöchentlich
11.10. H531632 Französisch B2 Konversation
11.10. H533703 Italienisch A2 Lektion 1–4
11.10. H358484 Bauch-Beine-Po-Training
11.10. H542553 Spanisch B1 ab Lektion 6
11.10. H358448 Bodystyling
11.10. H533382 Italienisch A1 Lektion 7–9
11.10. H358075 Fit-Mix
11.10. H358445 Bodystyling
12.10. H353580 Qigong
12.10. H353585 Qigong
14.10. H123781 Friedhof – Führung
15.10. H533314 Italienisch Anfänger ohne Vork.
17.10. H222201 Malen mit Acrylfarben
17.10. H540519 Spanisch A1, Anfänger ohne Vork.
20.10. H440559 Agiles Projektmanagement
20.10. H380200 JVHS: Kochen für junge Leute
20.10. H123784 Geiseltal: Schwaige – Villenkolonie
20.10. H123787 Kerssenbrock Orgelbau
21.10. H354128 Verspannungen lösen- Feldenkrais
21.10. H123803 St. Laurentius in Großdingharting
21.10. H214030 Abenteuer Mittelalter
23.10. H183305 Jordanien

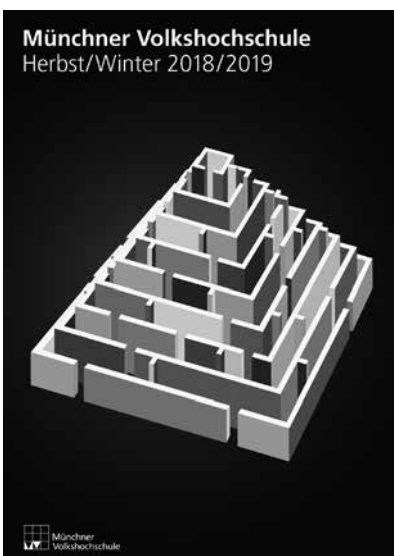
- 25.10. H217410 Banksy Spezial!
 27.10. H486295 Websites mit WordPress
 27.10. H123807 Hofführung Beigarten
 28.10. H313948 Pilze suchen

November

- 5.11. H357246 Rückbildungsgymnastik: Mutter mit Baby
 6.11. H222001 Kreatives Malen Aquarell oder Acryl
 7.11. H372060 SEN: Yoga – Grundstufe
 7.11. H235010 Erste-Hilfe-Strick-Kurs
 8.11. H226265 Goldschmieden – Anf. und Fortgeschr.
 10.11. H123800 Pullach – Spaziergang durch den Ortskern
 12.11. H482750 SEN: Das iPhone
 12.11. H110590 Einfluss USA Naher und Mittlerer Osten
 14.11. H123791 Geothermie in Grünwald
 14.11. H110178 Zivilcourage
 14.11. H123131 Vernissage USA-Impressionen
 15.11. H483540 PC-Grundkurs mit Windows 10
 15.11. H183185 Sächsische Schweiz
 17.11. H239380 Visagistenseminar Einsteigerinnen
 17.11. H486420 Jimdo – einfach schöne Webseiten
 17.11. H383209 Suppen und Eintöpfe mit Brot
 17.11. H123782 Pfarrkirchen St. Peter und Paul
 18.11. H357402 Füße – Fundament Gesundheit
 18.11. H385112 Wachau – Weißweine in Perfektion
 19.11. H487765 Mobile Security
 19.11. H217400 Bauhaus Weimar, Dessau, Berlin
 20.11. H487760 IT-Sicherheit ganz praktisch
 20.11. H311682 20 Jahre Erkundung Saturn
 22.11. H183167 Fahrradour Petersburg-Moskau
 23.11. H229075 Adventskränze
 24.11. H232120 Nähen
 24.11. H382008 Quiche, Flammkuchen und Co.
 24.11. H228045 Weihnachtswerkstatt
 25.11. H353740 Lungen-Qigong



Gutschein für ein MVHS-Gesamtprogramm Herbst/Winter 2018/2019



Zeittafel/Programm-Gutschein

November

- 25.11. H381815 "Priyatnawa" – Russische Küche
26.11. H218030 Caravaggio (1571–1610)

Dezember

- 1.12. H381040 Wintertraum mit Tapas
2.12. H251170 Digitale Fotografie kompakt

Januar

- 8.1. H484060 Microsoft Office 216
9.1. H483310 Maschinenschreiben am PC
14.1. H135204 Arthur Schopenhauer
15.1. H110318 Silicon Valley
16.1. H351164 Entspanntes Gesicht
16.1. H123132 Ausstellung Taciana Ottowitz
17.1. H220311 Das illustrierte Reisetagebuch
17.1. H183170 Mit dem Fahrrad von Petersburg-Moskau
18.1. H253020 Der fotografische Blick
18.1. H311495 Der Mond
19.1. H234015 Copy-Shop – Lieblingsstücke kopieren
19.1. H146242 Der wohlwollende Blick auf das Ich
19.1. H451230 Rhetorik – Grundagentraining
19.1. H237250 Eigene Ideen in Filz
19.1. H381124 Noche Mexicana – Mar y Tierra
20.1. H486815 SEO für Einsteiger
20.1. H245100 Erste Schritte zum Schreiben
20.1. H380703 Fisch von seiner besten Seite
20.1. H313492 Winterlicher Urwald
20.1. H123785 Wandbild Thomaskirche
20.1. H385121 Languedoc – Vom Saulus zum Paulus
21.1. H482817 SEN: Android-Tablets für Einsteiger
21.1. H388015 Vortrag Fermentation
22.1. H340290 Brust-Selbstuntersuchung
24.1. H138155 Varanasi, Pilgerort des Hinduismus
25.1. H123780 Gemeindearchiv, Führung



Gutschein für ein MVHS-Gesamtprogramm

Herbst/Winter 2018/2019

Für diesen **Gutschein** erhalten Sie bei vielen Münchner Buch- und Zeitschriftenhändlern **ab 1. September 2018** ein **Gesamtprogramm der Münchner Volkshochschule**, Ausgabe **Herbst/Winter 2018/2019**.

Oder Sie kommen in unseren Häusern, den Münchner Stadtbibliotheken bzw. der Stadtinformation im Rathaus vorbei und holen sich Ihr neues Programm kostenfrei. Solange der Vorrat reicht!

Eine Barerstattung ist nicht möglich.

Händlerstempel:

Hinweis für Händler: Der Gutschein wird im vollen Wert der Schutzgebühr von € 1.50 verrechnet. Reichen Sie ihn bei Ihrem Grossisten oder, falls Sie direkt von dort Programme beziehen, bei der Münchner Volkshochschule ein.



- 26.1. H123783 Wittelbachische Burg Grünwald
 28.1. H183090 Riga
 29.1. H183225 Toskana

Februar

- 2.2. H233030 T-Shirt-Kurs
 2.2. H255315 Naturfotografie – Isartal und Auwald
 2.2. H381524 Balinesische Küche
 2.2. H251134 Basiswissen Fotografie
 2.2. H533020 Italienisch A1 für den Urlaub
 2.2. H222009 Die Welt der Farben
 3.2. H226830 Perlenschmuck
 3.2. H380724 Sous-Vide – Niedrigtemperaturgaren
 5.2. H312543 Die Welt der Wasservögel
 8.2. H451580 Gesprächs- und Verhandlungsführung
 9.2. H123805 Isartaler Forellenzucht Aumühle
 10.2. H486300 Websites mit WordPress
 10.2. H231045 Nähen für Anfänger

Abenteuerurlaub für die kleinen grauen Zellen

... gibt es bei uns auch zum Verschenken! Mit einem Gutschein kann der Beschenkte aus rund 8800 Veranstaltungen der Münchner Volkshochschule frei wählen – und ihn persönlich, telefonisch oder online einlösen!

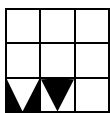
Geschenkgutscheine ab € 5.–

erhalten Sie in den Anmeldestellen

- Zentrale, Gasteig, Rosenheimer Straße 5, 1. Stock
- Einstein 28, Einsteinstraße 28
- Nord, Am Hart, Troppauer Straße 10
- Ost, Giesing, Werinherstraße 33
- Süd, Am Harras, Albert-Roßhaupter-Straße 8
- West, Pasing, Bäckerstraße 14

Information und Buchung auch unter

- Telefon (089) 48006-6239
- www.mvhs.de/geschenkgutschein



Münchner
Volkshochschule

**Münchner Volkshochschule
Programm Grünwald**

Fax (089) 641 09 16

Mit der Geltung der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Münchner Volkshochschule für diese Anmeldung bin ich einverstanden (AGBs und Widerrufsbelehrung siehe S. 78–84).

Kursnummer volle Kursgebühr* €

Alternativkurs, wenn gewünschter Kurs belegt ist

Kursnummer volle Kursgebühr* €

Alternativkurs, wenn gewünschter Kurs belegt ist

*Möglichkeiten der Ermäßigung siehe Seite 80.
Für die Beantragung einer Ermäßigung legen Sie bitte gültige Unterlagen in Kopie bei.

Bitte beide Seiten vollständig ausfüllen und absenden.

weiblich männlich

Teilnehmer/innen-Nr.

Name/surname

Vorname/first name

c/o

Straße

Postleitzahl, Ort

Telefon (tagsüber)

E-Mail

Schriftlich an:

Münchner Volkshochschule
 Programm Grünwald
 Bürgerhaus Römerschanz
 Dr.-Max-Straße 1
 82031 Grünwald

Füllen Sie bitte pro Person ein Anmeldeformular aus.

Bitte melden Sie sich mindestens vier Tage vor Veranstaltungsbeginn an, sonst kann Ihnen die Anmeldekarte nicht mehr rechtzeitig zugeschickt werden.

SEPA-Lastschriftmandat

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE04ZZZ00000085936

 Kontoinhaber/account holder – Familienname/surname Vorname/first name

 Straße und Hausnummer

 PLZ und Ort

 Land

 IBAN

 BIC

Ich ermächtige die Münchner Volkshochschule, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Münchner Volkshochschule auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Mandatsreferenznummer wird mir von der Münchner Volkshochschule mitgeteilt.

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.
Das SEPA-Lastschriftmandat ist solange gültig, bis ich widerspreche.

 Ort

 Datum

 Unterschrift

Freiwillige statistische Angaben:

 Geburtsdatum

- 1 ohne Schulabschluss
 2 Hauptschulabschluss
 3 Mittlere Reife
 4 Abitur
 5 Fachhochschule/Universität

I. Vertrag

1. Anmeldung, Zustandekommen des Vertrags, Fälligkeit des Entgelts

1.1. Der Veranstaltungsbesuch ist in der Regel nur mit vorheriger Anmeldung möglich. Ausnahmen: Einzelkartenveranstaltungen (im Programm mit dem Zusatz „Restkarten vor Ort“ gekennzeichnet) und Offenes Programm.

1.2. Sie können sich für unsere Veranstaltungen persönlich, telefonisch, schriftlich oder online anmelden. Die Bezahlung erfolgt in der Regel per SEPALastschrifteinzug oder Kreditkarte. Bei der persönlichen Anmeldung können Sie zudem bar oder mit EC-Karte bezahlen.

1.3. Ihre Anmeldung zu den Veranstaltungen der Münchner Volkshochschule ist verbindlich und verpflichtet zur sofortigen Zahlung des Entgelts. Bei Teilnahme am SEPA-Lastschriftverfahren wird Ihnen die Fälligkeit (der Abbuchungstag) per Vorabinformation (Pre-Notification), spätestens zwei Kalendertage vor Fälligkeitstermin, schriftlich mitgeteilt. Widersprechen Sie der erteilten Abbuchungsermächtigung oder führt die beauftragte Bank den Lastschrifteinzug nicht aus, so sind die anfallenden Bankspesen von Ihnen zu tragen.

1.4. Bei der persönlichen Anmeldung wird die Anmeldekarte sofort nach Zahlung ausgehändigt. Bei allen anderen Anmeldearten erfolgt die Zusendung der Anmeldekarte in der Regel per E-Mail. Bitte stellen Sie sicher, dass die von Ihnen angegebene E-Mail-Adresse aktiv ist und prüfen Sie die eingesetzten Spam-Filter. Liegt uns von Ihnen keine E-Mail-Adresse für den elektronischen Versand der Anmeldekarte vor, wird die Anmeldekarte postalisch versendet. Bitte beachten Sie, dass der Besuch einer Veranstaltung nur mit einer gültigen Anmeldekarte möglich ist. Die Anmeldekarte ist nicht übertragbar (mit Ausnahme von Anmeldungen zu Einzelkartenveranstaltungen).

1.5. Eine nachträgliche Rechnungsstellung auf den Namen Dritter ist nicht möglich. Eine Rechnungsstellung für den Besuch von Einzelkartenveranstaltungen ist nicht möglich.

1.6. Für Anmeldungen in der Abteilung Grundbildung und Schulabschlüsse, für Sprachprüfungen sowie für die Lehrgänge Celta und Delta beachten Sie bitte die gesonderten Hinweise zu den jeweiligen Kursangeboten und Rücktrittsbedingungen.

2. Leistungsumfang

2.1. Was Sie von den Veranstaltungen der Münchner Volkshochschule inhaltlich erwarten dürfen, ergibt sich ausschließlich aus der Veranstaltungsbeschreibung des Programms. Mündliche Zusagen oder Beschreibungen sind nicht verbindlich. Die Dozenten sind zu individuellen Absprachen nicht berechtigt.

2.2. Die Münchner Volkshochschule behält sich vor, Veranstaltungen durch einen anderen Dozenten durchführen zu lassen. Aus sachlichem Grund und in einem den Teilnehmerinnen und Teilnehmern zumutbaren Umfang kann die Münchner Volkshochschule Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.

3. Reiseveranstaltungen

Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der Münchner Volkshochschule. Es gelten die jeweiligen AGB des Reiseveranstalters.

4. Gutscheine: Übertragbarkeit, Einlösungsfrist

Gutscheine der Münchner Volkshochschule sind nicht personen-gebunden, sind ab Kaufdatum auf drei Jahre befristet gültig, sind nicht bar auszahlbar und nicht an der Tages- bzw. Abendkasse oder im „Offenen Programm“ einlösbar.

II. Vertragsänderungen

5. Rücktritt der MVHS, Kürzung der Veranstaltungsdauer, Veranstaltungsabsage

5.1. Veranstaltungen kommen nicht zustande und können von der Münchner Volkshochschule abgesagt werden,

- a) wenn der Dozent ausfällt, oder
- b) wenn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird.

Kommt eine Veranstaltung nicht zustande, wird die Münchner Volkshochschule Sie unverzüglich informieren. Sollten Sie eine längere Anreise haben, erkundigen Sie sich bitte vor Reiseantritt bei unseren Anmeldestellen, ob die Veranstaltung stattfindet.

5.2. Bei Veranstaltungsausfall erhalten Sie selbstverständlich die entrichtete Gebühr zurück. Eine Barrückzahlung ist nur möglich, wenn die Gebühr bar bezahlt wurde.

5.3. Veranstaltungen, die vor dem dritten Termin nicht die geforderte Mindestteilnehmerzahl erreicht haben, werden gekürzt durchgeführt. Die Kürzung erfolgt unter Beachtung und Beibehaltung der geplanten Inhalte und Gesamtkonzeption.

Teilnehmende, die mit dieser Kürzung nicht einverstanden sind, können bis spätestens einen Werktag vor dem vierten Veranstaltungstermin schriftlich oder in Textform erklären, dass sie von der Veranstaltung zurücktreten. Sie erhalten dann die Veranstaltungsgebühr, abzüglich der anteiligen Gebühren für bereits stattgefundene Unterrichtseinheiten, zurück.

5.4. Im Falle einer Teilnehmerbegrenzung behält sich die Münchner Volkshochschule Überbelegungen vor, soweit dies unter Berücksichtigung von Inhalt und Konzept der Veranstaltung den Teilnehmerinnen und Teilnehmern zumutbar ist.

6. Rücktritt des Teilnehmenden, Umbuchung

6.1. Sollten Sie an der gebuchten Veranstaltung nicht teilnehmen können, ist ein Rücktritt nur möglich, wenn Sie

- a) bei Veranstaltungen mit mehr als sieben Terminen spätestens einen Werktag vor dem zweiten Termin schriftlich oder in Textform erklären, dass Sie von der Veranstaltung zurücktreten;
- b) bei Veranstaltungen mit bis zu sieben Terminen spätestens sieben Werktage vor dem ersten Termin schriftlich oder in Textform erklären, dass Sie von der Veranstaltung zurücktreten.

6.2. Bei vorab gebuchten Einzelkarten (Veranstaltung ist im Programm mit dem Zusatz „Restkarten vor Ort“ gekennzeichnet) und Karten für das Offene Programm ist ein Rücktritt ausgeschlossen.

6.3. Im Falle des Rücktritts erhalten Sie die entrichtete Gebühr, abzüglich der in Ziffer 6.4. genannten Beträge, zurück. Eine Barrückzahlung ist nur möglich, wenn die Gebühr bar bezahlt wurde.

6.4. Bei allen Rückritten werden € 10.– pro gebuchtem Veranstaltungsplatz, höchstens jedoch die volle Veranstaltungsgebühr, als Bearbeitungsgebühr und zusätzlich die anteiligen Gebühren für bereits stattgefundene Unterrichtseinheiten einbehalten. Bereits entstandene Auslagen (z. B. Materialgeld oder bestellte Tickets) werden nicht erstattet. Ihnen bleibt der Nachweis vorbehalten, dass der Münchner Volkshochschule kein oder ein geringerer Schaden entstanden ist.

6.5. Bitte beachten Sie, dass für die Einhaltung der Fristen und die Berechnung der anteiligen Gebühr der Zugang der Erklärung bei der Münchner Volkshochschule maßgeblich ist. Der jeweilige Dozent ist nicht zur Entgegennahme der Erklärung bevollmächtigt.

6.6. Ein Rücktritt aus anderen Gründen, z. B. eigene Erkrankung oder Wechsel des Dozenten, ist nicht möglich.

6.7. Eine telefonische Mitteilung oder die Abmeldung beim Dozenten bzw. das Fernbleiben vom Kurs gelten nicht als Rücktritt.

6.8. Die Umbuchung von einer Veranstaltung in eine andere Veranstaltung im laufenden Programm ist nur möglich, wenn die Rücktrittsbedingungen eingehalten werden und nur, soweit in der gewünschten Veranstaltung ein Platz zur Verfügung steht. Im Falle der Umbuchung wird die für die alte Veranstaltung gezahlte Gebühr unter Abzug der in Ziffer 6.4. genannten Beträge auf die für die neue Veranstaltung zu zahlende Gebühr angerechnet.

6.9. Unberührt bleibt das außerordentliche Kündigungsrecht aus wichtigem Grund.

III. Weitere Vertragsbedingungen

7. Urheberrechtsschutz

Aus urheberrechtlichen Gründen müssen wir Sie darauf hinweisen, dass Fotografieren, Filmen und Mitschneiden auf Band in den Veranstaltungen nicht gestattet sind. Lehrmaterial darf ohne schriftliche Zustimmung der Volkshochschule auf keine Weise verwertet, insbesondere nicht vervielfältigt, verbreitet oder öffentlich wiedergegeben werden.

8. Haftung; Hinweispflicht

Die Haftung der Münchner Volkshochschule beschränkt sich auf Fälle, bei denen grobe Fahrlässigkeit oder Vorsatz seitens der Münchner Volkshochschule oder ihrer Erfüllungsgehilfen vorliegt.

Abweichend hiervon haftet die Münchner Volkshochschule im Falle der Verletzung von Leben, Gesundheit oder Körper, sowie bei Verletzung wesentlicher Vertragspflichten, auch bei einfacher Fahrlässigkeit.

Soweit im Zusammenhang mit der Veranstaltungsteilnahme persönliche gesundheitliche Risiken (z.B. bestehende Allergien, Gesundheitsgefährdung bei Schwangerschaft etc.) bestehen, sind Sie verpflichtet, die Münchner Volkshochschule vor Veranstaltungsbeginn ausdrücklich auf diese Risiken hinzuweisen.

9. Erklärungen gegenüber der Münchner Volkshochschule

9.1. Alle Erklärungen gegenüber der Münchner Volkshochschule können Sie persönlich oder schriftlich an die im Programm genannten Anmeldestellen richten.

9.2. E-Mails richten Sie bitte an folgende E-Mail-Adresse: buchungsnachfrage@mvhs.de

IV. Wichtige Hinweise

10. Beratung und Einstufung

Vor der Anmeldung haben Sie Gelegenheit, sich in unseren Fachabteilungen beraten zu lassen. Bei besonders gekennzeichneten Veranstaltungen ist eine vorherige Beratung und Einstufung vorgeschrieben. Beachten Sie bitte, dass Probehören nicht möglich ist.

11. Gebührenermäßigung

11.1. Voraussetzungen einer Ermäßigung

Es ist nur eine Ermäßigung möglich. Die Ermäßigungsregeln gelten für Gebühren über € 20.–, sofern bei der Veranstaltung nichts anderes angegeben ist.

Für Einzelunterricht, Fahrten, Reisen, Materialkosten, Prüfungsgebühren, Verpflegung, Übernachtung und die MVHS-Card ist keine Ermäßigung möglich.

Voraussetzung für eine Ermäßigung ist, dass Sie die Anmeldekarte und die Unterlagen, mit denen die Berechtigung der Ermäßigung nachgewiesen wird, bei der Buchung, oder nachträglich spätestens bis zum Ende der Veranstaltung persönlich bei den Anmeldestellen, vorlegen oder uns per E-Mail zukommen lassen (vgl. 9.2.).

11.2. Höhe der Ermäßigung im Regelfall

Soweit kein Sonderfall (vgl. 11.3.) vorliegt, wird derzeit folgende Ermäßigung auf die Veranstaltungsgebühren gewährt:

- 50% Ermäßigung: Bei Vorlage des München-Passes oder Landkreis-Passes (Landkreis München)
- 20% Ermäßigung für:
Schülerinnen und Schüler, Studierende, Auszubildende, Praktikanten und Praktikantinnen,
Schwerbehinderte ab einem Grad der Behinderung von 50% (Begleitperson frei bei Kennzeichen B; bei Veranstaltungen in Haus Buchenried zahlt die Begleitperson nur Unterkunft und Verpflegung),
Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen der Landeshauptstadt München (Dienstausweis), Bundesfreiwilligendienstleistende, Freiwilliges Soziales Jahr und Freiwilliges Ökologisches Jahr Leistende;
Darüber hinaus besteht bei sozialen Härtefällen die Möglichkeit einer Ermäßigung nach Prüfung im Einzelfall.

11.3. Höhe der Ermäßigung in Sonderfällen, Ausnahmen

- Ein rabattierter Sonderpreis ist für Einzelkarten (Veranstaltung ist im Programm mit dem Zusatz „Restkarten vor Ort“ gekennzeichnet), nur für Schülerinnen und Schüler, Studentinnen und Studenten, Auszubildende sowie Bundesfreiwilligendienstleistende und Leistende im Freiwilligen Sozialen oder Ökologischen Jahr und nur an der Tages- bzw. Abendkasse, nicht im Vorverkauf möglich.
- Bei der Jungen Volkshochschule sind die Gebühren bereits ermäßigt, eine weitere Ermäßigung ist nicht möglich.
- Für die Schulabschlusslehrgänge ist eine Ermäßigung auf die Lehrgangsgebühr auf Antrag möglich. Bitte wenden Sie sich an den Programmbereich.

12. Materialgeld

Unsere Dozenten besorgen das für die jeweilige Veranstaltung erforderliche Material (keine Lehrbücher) in eigenem Namen und auf eigene Rechnung. Das Materialgeld hierfür wird in der Veranstaltung eingesammelt. Bei den Veranstaltungen des Fachgebiets Kochkultur und Ernährungswissen werden die Materialkosten sofort bei der Anmeldung fällig, damit die erforderlichen Lebensmittel besorgt werden können. Bitte richten Sie Ihre Reklamationen bezüglich des Materials an die Dozenten.

Es ist empfehlenswert, mit der Beschaffung von Unterrichtsmaterial und Lehrbüchern so lange zu warten, bis feststeht, dass Ihre Veranstaltung tatsächlich stattfindet. Es kann keine Ermäßigung auf die Materialkosten gewährt werden (siehe Punkt 11.1.).

13. Werbung und Verkauf

Wir weisen Sie darauf hin, dass es in den Veranstaltungen der Münchner Volkshochschule grundsätzlich untersagt ist, Werbung für Produkte und Dienstleistungen Dritter zu betreiben und Waren jeglicher Art gewerblich und gegen Bezahlung anzubieten. Sie als Teilnehmende sind in keiner Weise verpflichtet, irgendwelche Waren zu erwerben. Wir möchten Sie vielmehr bitten, bei Missachtung dieser Regelung umgehend die Münchner Volkshochschule zu informieren.

14. Ein Angebot für Erwachsene

Die Münchner Volkshochschule ist eine Institution, die grundsätzlich dem Auftrag der Erwachsenenbildung verpflichtet ist. Wir bitten Sie daher um Verständnis, dass Kinder und Jugendliche an Veranstaltungen nur dann teilnehmen können, wenn dies aus der Veranstaltungsankündigung ausdrücklich hervorgeht.

15. Kinderbetreuung

15.1. Für Veranstaltungen, bei denen Sie das Zeichen ♀ finden, bietet die Münchner Volkshochschule Kinderbetreuung an. Ihre Kinder im Alter von 18 Monaten bis sechs Jahren werden von erfahrenem und qualifiziertem Personal betreut.

15.2. Sollten Sie eine Kinderbetreuung benötigen, melden Sie sich bitte so frühzeitig wie möglich an (Telefon 089/48006-6550). Gern klären wir in einem Gespräch, ob vor Veranstaltungsbeginn ein Schnupperbesuch mit dem Kind bei uns sinnvoll ist.

15.3. Ein Anspruch auf Kinderbetreuung besteht nicht. Die Münchner Volkshochschule behält sich vor, im Einzelfall die Betreuung eines Kindes abzulehnen.

16. Rollstuhlgerechte Volkshochschule

Für Rollstuhl räumlich geeignete Veranstaltungen sind im Programm mit dem Zeichen ♿ versehen. Wir sind jedoch bemüht, auch bei den übrigen Angeboten die Voraussetzungen für die Teilnahme mit Rollstuhl zu schaffen.

17. Rauchverbot

Bitte beachten Sie, dass in unseren Räumlichkeiten generell ein Rauchverbot besteht.

18. Mitnahme von Tieren

Es ist untersagt, Tiere in den Unterricht mitzubringen.

Dies gilt für alle Veranstaltungen. Ausnahmen bestehen für Führhunde.

19. Als Gast in den Schulen

Die Münchner Volkshochschule ist mit ihren Dozenten und Teilnehmenden Gast in den Schulen. Die gute Zusammenarbeit mit den Offizianten und Offiziantinnen der Schulen, denen wir für ihre Arbeit sehr dankbar sind, möchten wir uns auch in Zukunft erhalten. Wir bringen deshalb an dieser Stelle die wichtigsten Punkte der Schulhausordnung zur Kenntnis mit der dringenden Bitte, sie sorgfältig zu beachten:

- Behandeln Sie die Räume und Einrichtungen pfleglich.
- Achten Sie auf Sauberkeit im Schulgebäude, besonders in den überlassenen Räumen.
- Rauchen in den Schulen ist verboten.
- Benutzen Sie nur die zugewiesenen sanitären Anlagen.
- Tiere müssen leider draußen bleiben.
- Bitte hinterlassen Sie die benutzten Räume in ordnungsgemäßem Zustand, schließen Sie die Fenster und schalten Sie die Beleuchtung aus.
- Abendveranstaltungen müssen um 21.00 Uhr beendet sein.
- Beschriftungen an Tafeln dürfen nicht gelöscht werden. Der Münchner Volkshochschule steht in der Regel eine eigene Tafel zur Verfügung, deren Beschriftung nach Veranstaltungsende gelöscht werden muss.
- Haben Sie die Sitzordnung eines Klassenraumes verändert, stellen Sie bitte nach Veranstaltungsende die ursprüngliche Ordnung wieder her. Die Schüler/innen werden es Ihnen danken. Anspruch auf andere, größere Räume besteht nicht.
- Benutzen Sie nur die schulischen Einrichtungen (Möbel, Geräte usw.), die Ihrer Veranstaltung zugewiesen wurden, und belassen Sie solche Gegenstände in den jeweiligen Räumen.
- Ihren Wagen können Sie leider nicht auf dem Schulhof parken. Zudem weisen wir Sie darauf hin, dass die Stadt München für Personen und Sachschäden irgendwelcher Art, die in den Schulräumen oder im Schulhaus eintreten, keinerlei Haftung übernimmt. Helfen Sie uns, dass wir auch weiterhin gern gesehene Gäste in den Schulgebäuden bleiben.

20. Datenschutz

Die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt ausschließlich für eigene Geschäftszwecke und gemäß des Datenschutzrechts. Unsere Datenschutzerklärung finden Sie unter www.mvhs.de/datenschutzerklaerung.

V. Besondere Bedingungen für die Computernutzung

21. Computernutzung

Bei allen Veranstaltungen, in denen Computer zum Einsatz kommen, gelten zusätzliche Bedingungen, die in einer gesonderten Vereinbarung geregelt werden. Diese Vereinbarung wird zu Beginn der Veranstaltung zwischen Münchner Volkshochschule und Teilnehmendem abgeschlossen. Mündliche Nebenabreden und Zusagen haben keine Gültigkeit. Unsere Dozenten sind nicht zur Änderung der Vertragsbedingungen berechtigt.

22. Verwendung von Software

22.1. Die im Rahmen der Veranstaltung zugänglich gemachten Programme dürfen auf keine Weise verändert, vervielfältigt, verbreitet oder öffentlich zugänglich gemacht werden. Die Nutzung ist nur zum Zweck der Veranstaltungsteilnahme zulässig.

22.2. Bei Zuwiderhandlung haftet der Teilnehmende für entstandene Schäden.

23. Internetzugang

23.1. Soweit die Münchner Volkshochschule einen Internetzugang zur Verfügung stellt, ist dessen Nutzung nur zum Zweck der Veranstaltungsteilnahme zulässig. Internetseiten mit pornografischem, rassistischem oder diskriminierendem Inhalt dürfen nicht aufgerufen werden.

23.2. Bei Zuwiderhandlung haftet der Teilnehmende für entstandene Schäden.

24. Datenverlust, Computerviren

24.1. Jeder Teilnehmende ist für die Sicherung seiner Daten selbst verantwortlich. Die Münchner Volkshochschule übernimmt keine Haftung für Datenverlust.

24.2. Die Münchner Volkshochschule übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch die Anwendung erworbener Kenntnisse, oder durch die Nutzung erstellter oder veränderter Programme, durch Computerviren oder andere destruktive Programme verursacht werden.

24.3. Ziffern 24.1. und 24.2. gelten nicht, soweit grobe Fahrlässigkeit oder Vorsatz seitens der Münchner Volkshochschule oder ihrer Erfüllungsgehilfen vorliegt.

VI. Schlussbestimmungen

25. Schlussbestimmungen

25.1. Sollten einzelne Bestimmungen des Vertrags oder dieser Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise unwirksam sein, wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Vertragsteile nicht berührt.

25.2. Die MVHS behält sich vor, diese Geschäftsbedingungen mit Wirkung für die Zukunft zu ändern.

25.3. Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren Fassungen ihre Gültigkeit.

**Widerrufsbelehrung nach dem Fernabsatzgesetz
(betrifft außerhalb unserer Geschäftsräume geschlossene
Verträge und Fernabsatzverträge, bei denen der Vertragsabschluss
mittels Telefon, Telefax, Briefwechsel, E-Mail oder
Internet zu Stande kam)**

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns (Münchner Volkshochschule GmbH, Kellerstr. 6, 81667 München, Telefon: 089/48006-0, Fax: 089/48006-6206, E-Mail: buchungsnachfrage@mvhs.de) mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür ein Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Sie können das Muster-Widerrufsformular bei uns anfordern oder unter www.mvhs.de/widerruf abrufen.

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Hat der von Ihnen gebuchte Kurs oder die gebuchte Veranstaltung (= Dienstleistung) bereits während des Laufs der Widerrufsfrist begonnen, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich des Vertrages unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

Stand Dezember 2017

VEREINIGUNG DER FREUNDE GRÜNWALDS E.V.



**Unser Verein ist seit über 60 Jahren
im Dorf eine feste Institution.**

Unsere wichtigsten Aktivitäten:

- Wir verschönern das Ortsbild und die Umgebung des Ortes.
- Wir fördern die bayerische Sprache, Musik und Literatur.
- Wir veranstalten Konzerte, Literaturlesungen und Theateraufführungen.
- Wir organisieren fröhliche Feste für alle, z.B. Burgfest, Faschingstanz mit Theater, Josefi-Anstich und Adventmarkt.
- Unsere Jugendblaskapelle, das Symphonische Blasorchester und die Sängerrunde ermöglichen aktives Musizieren in jedem Alter.

**Wir freuen uns, wenn wir Sie demnächst
bei einer unserer Aktivitäten begrüßen
können!**



Unterstützen Sie uns, werden Sie Mitglied!

Geschäftsadresse:
Thomas Lindbüchl, Vorsitzender
Wörnbrunnerstraße 16
82031 Grünwald
Tel.: 0151 44168888
info@freunde-gruenwalds.de
www.freunde-gruenwalds.de