



Programm Frühling/Sommersemester 2017

Sehr geehrte Damen und Herren!

Es freut mich Ihnen das neue Kursprogramm des Sommersemesters 2017 präsentieren zu können. Ein breitgefächertes Programm konnte wieder zusammengestellt werden. Die beliebten Sprachkurse konnten erhalten werden. Im Bereich Sport und Fitness können Sie gerne den neuen Trend „Boot Camp“ testen oder neues über Bodybliss lernen. Energie tanken und entspannen, wie Energie- und Meridianturnen oder Tai Chi, ist nach wie vor ein wichtiger Bestandteil. Sei es Pilates, Bauchtanz oder Yoga alle unsere Fit-Kurse tragen sehr zum Wohlbefinden bei! Oder seien Sie kreativ bei unseren Filz-kursen, dem Spinnkurs oder den Kochkursen, wie Indisch oder einfach nur Alltagsrezepte schnell und frisch gekocht!



Aktuelle Infos finden Sie auf der Homepage: www.pottendorf.at/volkshochschule oder auf unserer facebook Seite.

Ich würde mich freuen, wenn ich auch Ihr Interesse geweckt habe, und Sie bei dem einen oder anderen Kurs begrüßen darf! Viel Spaß beim Lesen!

Eva Blümel
Leiterin der Volkshochschule

BUSINESS / EDV - SEMINARE

Kurs **10-Fingerschreiben mit dem bildhaften Lernsystem Emo2Type!**

S101 Mit diesem kreativen System können Sie die Tastatur eines Computers bereits nach zwei Stunden blind bedienen! Inklusive maßgeschneiderter Online-Trainingsprogramme zur Festigung und Geschwindigkeitssteigerung. Inklusive Material! Für alle Altersstufen geeignet!

Kursleiter: Zertifizierte/r Emo2Type – 10-Fingerschreiben TrainerIn Zeit
Ab Freitag, 24. 03. 2017 im Schulzentrum Pottendorf, EDV-Raum 2 x 3 Einheiten **17 - 19.30 Uhr** Kursgebühr
Euro 89,--

Kurs **EDV Grundkurs**


S102 Dieser Kurs richtet sich speziell an ältere Personen, die den einfacheren Umgang mit dem Computer lernen wollen. Hier wird Ihnen in einfachster und interessanter Weise alles erklärt um mit Ihrem PC arbeiten zu können! Richtiger Umgang mit Maus und Tastatur, Speichern und Öffnen von Dokumenten. Auch für Computerneulinge bestens geeignet! Inklusive Unterlagen!

 Kursleiterin: Annette Gleisner Zeit
Ab Montag, 6. 3. 2017 im Schulzentrum Pottendorf, EDV-Raum 8 x 1,5 Stunden **18.30 - 20 Uhr** Kursgebühr
Euro 95,--

Kurs **EDV Workshop**

S103 Möchten Sie Ihren Laptop oder Ihr Notebook besser verstehen? Wissen wie Sie die Texte formatieren oder Bilder vom USB Stick in eine Datei bringen kann? Lernen Sie in diesem Workshop den leichteren Umgang mit Ihrem Gerät.

Voraussetzung: eigener Laptop oder Notebook mit Windows Oberfläche und mobilen Internetzugang!

 Für alle Altersstufen geeignet!

Kursleiterin: Annette Gleisner Zeit
Ab Mittwoch, 8. 3. 2017 im Schulzentrum Pottendorf, EDV Raum 3 x 2 Stunden **18.30 - 20 Uhr** Kursgebühr
Euro 54,--

SPRACHEN

Kurs S202 **Englisch - 2. Semester A/1**
 Haben Sie die Weltsprache, Computersprache und Internationale Sprache noch nie gelernt oder ist es schon zu lange her? Nach diesem Kurs werden Sie einfache Sätze über alltägliche Ereignisse verstehen und sprechen können. Sie werden sich auf einfache Art und Weise verständigen können. Das Tempo des Kurses richtet sich nach den Teilnehmern.
 Lehrbuch: Network Starter – Unit 1 nicht inkludiert!
 Fortsetzung Wintersemester 2016!



Kursleiterin: Mag. Dalma Beke
 Ab Mittwoch, 22. 2. 2017 im Schulzentrum Pottendorf 12 x 1,5 Einheiten **Zeit 18 - 19.15 Uhr** **Kursgebühr Euro 90,--**

Kurs S203 **Speak English - Konversation für Leicht Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger**
 Practice and improve your English in a friendly conversational atmosphere. In this course we will practice talking about jobs, hobbies, culture and other topics of interest.
 Study material will be provided.



Kursleiterin: Irina Blümel, BA
 Ab Dienstag, 21. 2. 2017 im Schulzentrum Pottendorf, 12 x 1,5 Einheiten **Zeit 18 - 19.15 Uhr** **Kursgebühr Euro 90,--**

Kurs S205 **Italienisch – 2. Semester / A1**
 Sie haben bereits Grundkenntnisse in der italienischen Sprache? Lernen Sie in angenehmer Atmosphäre weiter die Kenntnisse der Sprache, einfacher Satzaufbau, leichte Grammatik und Sprachwendungen.
 Lehrbuch nicht inkludiert. Fortsetzung Wintersemester 2016!

Kursleiter: Mag. Norbert Leimgruber
 Ab Dienstag, 21. 2. 2017 im Schulzentrum Pottendorf 12 x 1,5 Einheiten **Zeit 19 - 20.15 Uhr** **Kursgebühr Euro 90,--**

Kurs S207 **Italienisch – Konversation**
 Sie haben bereits gute Kenntnisse in der italienischen Sprache und wollen weitere Konversationen üben und lernen. Mit Hilfe der italienischen Zeitschrift „Adesso“ werden aktuelle Themen und Alltagssituationen besprochen. Ziel: Niveau B1. Auch für Quereinsteiger mit Erfahrungen geeignet!
 Lehrbuch nicht inkludiert!

Kursleiter: Mag. Norbert Leimgruber
 Ab Mittwoch, 22. 2. 2017 im Schulzentrum Pottendorf 12 x 1,5 Einheiten **Zeit 19 - 20.15 Uhr** **Kursgebühr Euro 90,--**


Kurs S209 **Spanisch für Leichtfortgeschrittene 2. Semester / A1**
 Sie können bereits einige Sätze der spanischen Sprache? Sie möchten diese gerne vertiefen und in angenehmer Atmosphäre Ihre Spanischkenntnisse auffrischen? Freuen Sie sich auf einen Kurs mit lebendiger Sprachpraxis! Fortsetzungskurs Wintersemester 2016! Lehrbuch „Ene“ nicht inkludiert!

Kursleiterin: V. Liliana Popowitsch, Native Speaker
 Ab Donnerstag, 23. 2. 2017 im Schulzentrum Pottendorf 12 x 1 Einheit **Zeit 17.30 - 18.45 Uhr** **Kursgebühr Euro 90,--**


Kurs S211 Spanisch für Fortgeschrittene 9. Semester / A1
 Sie möchten Ihre bereits erworbenen Spanischkenntnisse vertiefen. Lernen Sie weiter Konversationen zu führen und Grammatik zu verstehen. Freuen Sie sich auf einen Kurs mit lebendiger Sprachpraxis. Lehrbuch „Ene A2“ nicht inkludiert. Fortsetzung vom Wintersemester 2016!

Kursleiterin: V. Liliana Popowitsch, Native Speaker
 Ab Mittwoch, 22. 2. 2017 im Schulzentrum Pottendorf 12 x 1,5 Einheiten
 Zeit **17.45 - 19.00 Uhr**
 Kursgebühr **Euro 90,--**


Kurs S220 Ungarisch für Anfänger – 1. Semester / A1
 Sie wollen unsere Nachbarn besser verstehen und sich auch unterhalten können? Schritt für Schritt erlernen Sie Grammatik und Verständnis der ungarischen Sprache. Auch für Wiedereinsteiger geeignet! Lehrbuch „Situációk – Agnes Süllő“ nicht inkludiert!

 Kursleiterin: Emese Szó, Native Speaker
 Ab Mittwoch, 22. 2. 2017 im Schulzentrum Pottendorf 12 x 1 Einheit
 Zeit **19 - 20.15 Uhr**
 Kursgebühr **Euro 90,--**

Kurs S221 Ungarisch – 14. Semester / A2
 Sie haben bereits einen großen Grundwortschatz des Ungarischen erworben und können Sachverhalte darstellen? Erlernen Sie weiter die Grammatik und Struktur der ungarischen Sprache! Freuen Sie sich auf einen Kurs mit lebendiger Sprachpraxis! Lehrbuch nicht inkludiert! Fortsetzung vom Wintersemester 2016!

 Kursleiterin: Anna Knoll, Native Speaker
 Ab Montag, 20. 2. 2017 im Schulzentrum Pottendorf 12 x 1 Einheit
 Zeit **19 - 20.15 Uhr**
 Kursgebühr **Euro 90,--**

Kurs S213 Deutsch als Fremdsprache für Fortgeschrittene / A2
 Nix verstehen! Jetzt schon! Ich lerne Deutsch mit viel Spaß an Gesprächen, Texten und Grammatik! Anmeldung für Quereinsteiger mit Vorkenntnissen möglich! Lehrbuch nicht inkludiert!

 Kursleiterin: Dipl. Päd. Angelika Kopfer-Schulz
 Ab Dienstag, 21. 2. 2017 im Schulzentrum Pottendorf 12 x 1 Einheit
 Zeit **17.30 - 19 Uhr**
 Kursgebühr **Euro 84,--**

SPEZIELL FÜR KINDER

Kurs S401 Bewegen - Erleben - Spüren für Kinder von ca. 16 - 28 Monate
 Kinder erschließen sich über Bewegung und Wahrnehmung die Bedeutung unserer Welt. Nach den Grundprinzipien der Psychomotorik und der Sensorischen Integration wollen wir gemeinsam und lustvoll Körper-, Material- u. Sozialerfahrungen sammeln. Im Sinne einer ganzheitlichen Entwicklungsförderung steht die Selbsttätigkeit der Kinder dabei immer im Vordergrund. Mit altersentsprechenden Spiel- und Bewegungsangeboten wecken wir die natürliche Bewegungsfreude und die Entdeckungslust der Kinder. Die ersten sozialen Erfahrungen mit Gleichaltrigen werden gefestigt. Gemeinsam bewegen, spielen, singen, lachen!

Kursleiter: Julia Eder - Niehrig (Kindergarten- und Sonderkindergartenpädagogin, Sensorische Integrationspädagogin, Motopädagogin, Kursleiterin für Baby- und Kindermassage)
 Ab Samstag, 18. 2. 2017 im Kindergarten Pottendorf 1, 5 x 1 Stunde
 Zeit **10 - 11 Uhr**
 Kursgebühr **Euro 45,--**

Kurs S406 Showdance, 3 – 6 Jahre
 Altersgerechte Tanzchoreographien und Bewegungsspiele, Lieder, die leicht ins Ohr gehen und auch mitgesungen werden können. Im Vordergrund stehen Bewegung und Spaß!
 Für Mädchen und Buben geeignet!

Kursleiterin: Gerda Hoffmann-Polz, Tanzlehrerin
 Zeit **15.45 - 16.45 Uhr**
 Kursgebühr **Euro 84,--**

Ab Dienstag, 21. 2. 2017 im kleinen Turnsaal des Schulzentrums Pottendorf 14 x 1 Stunde

Kurs S402 Showdance, 8 – 14 Jahre
 Tanzen wie die Stars zu den größten Hits! Leichte und schwierige Tanzchoreographien, dazwischen bleibt auch Zeit für lustige Spiele, die Koordination, Konzentration und Kondition fördern.
 Für Mädchen und Buben geeignet!!

Kursleiterin: Gerda Hoffmann-Polz, Tanzlehrerin
 Zeit **16.45 - 17.45 Uhr**
 Kursgebühr **Euro 60,--**

Ab Dienstag, 21. 2. 2017 im kleinen Turnsaal des Schulzentrums Pottendorf 10 x 1 Stunde

Kurs S403 Judo, AnfängerInnen und Weiß-Gelb-Gurt, ab 6 Jahre
 Judo - der sanfte Weg - eine ganzheitliche Schulung von Körper und Geist: Sicheres Fallen, Bewegungsschulung (Koordination und Kondition), spielerisches Erlernen von Judotechniken. Mit Selbstvertrauen Energien kontrolliert einsetzen! Zusatzkosten: Judoanzug, Judo-Gürtelprüfung (findet in der letzten Unterrichtsstunde statt!) ACHTUNG: Bei zu wenigen Anmeldungen verschiebt sich der Beginn und wird gemeinsam mit Kurs S404 geführt!

Kursleiter: Alexander Dostal, Judo-Trainer
 Zeit **16.30 - 17.20 Uhr**
 Kursgebühr **Euro 65,--**

Ab Montag, 20. 2. 2017 im kleinen Turnsaal des Schulzentrums Pottendorf 14 x 1 Einheit

Kurs S404 Judo, Fortgeschrittene, Kinder und Jugendliche ab Gelbgurt
 Judo - der sanfte Weg - eine ganzheitliche Schulung von Körper und Geist: Sicheres Fallen, Bewegungsschulung, Judotechniken. Ihr Kind tankt Selbstvertrauen und lernt seine Energien kontrolliert einzusetzen. Zusatzkosten wie bei Kurs Nr. 403. ACHTUNG: Bei zu wenigen Anmeldungen wird der Kurs gemeinsam mit Kurs S403 geführt!

Kursleiter: Alexander Dostal, Judo-Trainer
 Zeit **17.20 - 18.10 Uhr**
 Kursgebühr **Euro 65,--**

Ab Montag, 20. 2. 2017 im kleinen Turnsaal des Schulzentrums Pottendorf 14 x 1 Einheit

Kurs S415 Brain Gym: Fitness für das helle Köpfchen - Für Kinder und Eltern
 In Brain Gym gehen wir davon aus, dass Bewegung des Körpers das Gehirn fit macht. Diese Gehirn Gymnastik beinhaltet eine Reihe von belebenden und lustigen Übungen. Durch gezielte Bewegungen einzelner Körperteile werden einzelne Gehirnareale besser vernetzt. Das heißt übersetzt: bessere Organisation und den Blick auf das Wesentliche, durch ein bewusstes Handeln mit anderen Kindern werden die sozialen Bedürfnisse des Kindes gefördert. Neues wird mit mehr Leichtigkeit gelernt. Gezielte Übungen helfen auch beim Lesen, Schreiben und Rechnen. Wir lernen die einzelnen Übungen kennen und erhalten auch detaillierte Beschreibungen, damit die Übungen auch zu Hause durchführbar sind. Teilnahme Kind (ab 5 Jahre) mit jeweils einem Elternteil! Bitte Wasserflasche und bequeme Kleidung mitnehmen!

Kursleiterin: Judith Eppacher „belly2brain“ Ernährungs- und Mentaltrainerin
 Zeit **16 - 16.50 Uhr**
 Kursgebühr **Euro 30,--**

Ab Donnerstag, 20. 4. 2017 im Schulzentrum Pottendorf 6 x 1 Einheit

KUNST UND KREATIVITÄT

Kurs S504	Akt zeichnen und malen – AnfängerInnen und Fortgeschrittene Der menschliche Körper stellt ein harmonisches Ganzes dar, dessen künstlerische Beherrschung auch für andere Themen (Stillleben, Landschaft) wertvoll ist. Freie Materialwahl. Inklusive Modellkosten.		
	Kursleiter: Fritz Miedler	Zeit	Kursgebühr
Samstag, 18. 3. 2017 in Hornstein, Forsthaus, 1 x 6 Stunden		9 - 16 Uhr	Euro 40,--
Samstag, 17. 6. 2017 in Hornstein, Forsthaus, 1 x 6 Stunden		9 - 16 Uhr	Euro 40,--

Kurs S505	Fotobuchgestaltung Sie haben viele schöne Fotos und würden mit ihnen gerne ein eigenes Fotobuch gestalten? Ich helfe Ihnen in diesem Kurs sehr gerne und erkläre Ihnen Schritt für Schritt wie Sie zukünftig Ihr eigenes Foto buch sehr schnell und leicht selbst gestalten können! Sie werden staunen, wie schnell und einfach Sie Ihre unvergesslichen Erinnerungen kreativ in ein Buch bringen, das Sie sich immer wieder gerne ansehen! Voraussetzung: ein eigener Laptop mit mobilem Internetzugang. Jeder Teilnehmer erhält GRATIS CEWE Gutscheine im Wert von Euro 40,--!		
	Kursleiterin: Mag. (FH) Sandra Radlinger, www.fotobuchgestaltung.at	Zeit	Kursgebühr
Dienstag, 4. 4. 2017 im Schulzentrum Pottendorf		18 - 21 Uhr	Euro 48,--

Kurs S510	Nadelfilzen - Trachtenschmuck Lernen Sie das Trocken- und Nassfilzen. Im Handumdrehen gelingt es Ihnen unter fachkundiger Anleitung ein 3teiliges Set aus Ring, Ohrring und Kette passend zu Ihrer Tracht anzufertigen. Der Kurs ist auch für Kinder ab 10 Jahren geeignet! Mitzubringen: Geduld und gute Laune! Foto der Tracht oder die Tracht für die richtige Farbwahl, Backblech und Handtuch! Materialpreis von Euro 25,-- / Set wird im Kurs beigelegt und extra verrechnet!		
	Kursleiterin: Sonja Lukman	Zeit	Kursgebühr
Freitag, 3. 3. 2017 im Schulzentrum Pottendorf 1 x 3 Stunden		16 - 19 Uhr	Euro 25,--

Kurs S512	Nassfilzen - Trachtentasche Beim Nassfilzen (auch Walkfilzen) verbinden sich die Wollfasern durch warmes Wasser, Seife, Reibung und Druck. Die Wolle schrumpft stark und wird fest. Als Unterlage eignet sich eine Noppenfolie sehr gut. Die fertigen Stücke sind reißfest und unempfindlich gegen Schmutz. Mitzubringen: Geduld und gute Laune! 1 Backblech, 1 großes Handtuch, Foto der Tracht oder Tracht für die richtige Farbwahl! Materialpreis von Euro 35,-- / Set wird im Kurs beigelegt und extra verrechnet! Bitte um unbedingte Anmeldung bis 14 Tage vor Kursbeginn!!		
	Kursleiterin: Sonja Lukman	Zeit	Kursgebühr
Freitag, 5. 5. 2017 im Schulzentrum Pottendorf 1 x 4 Stunden		16 - 20 Uhr	Euro 34,--

Kurs S515	Spinnen für AnfängerInnen Sie sind kreativ und möchten etwas Individuelles gestalten, an dem Sie sich erfreuen und begeistern können? Sie suchen innere Balance, Gedankenruhe und Ausgleich? Sie möchten gleichgesinnte Menschen kennenlernen, und gemeinsam Wertschätzung und Anerkennung erfahren? Ich biete Ihnen einen Tag, an dem ich Ihnen zeige, wie Sie mit Freude und Begeisterung dieses alte Handwerk erlernen können. Kreativität, Koordination, Entspannung, Freude und Spaß...Spinnen ist kreative Meditation – SPINN DICH IN DEINE MITTE! Material und Spinnradgebühr inkludiert. Bitte nehmen Sie ein paar warme Socken und gute Laune mit!		
	Kursleiterin: Barbara Tansil, www.wollwerkstatt-myrahof.com	Zeit	Kursgebühr
Samstag, 1. 4. 2017 im Schulzentrum Pottendorf		9.30 - 18 Uhr	Euro 69,--

TANZ, RHYTHMUS, SPORT UND FITNESS

Pilates ist ein Training für Körper und Geist zur Steigerung der Konzentration, Koordination und Kondition. Ein Ganzkörpertraining, das Muskeln kräftigt und dehnt.

Kurs S701 Pilates, Basic
Mit den Basisübungen erlernen Sie die Grundprinzipien der Pilates-Methode, wie z. B. richtige Atmung und Konzentration! Bitte Matte mitnehmen!

Kursleiterin: Henriette Pavitschitz, Pilates Coach	Zeit	Kursgebühr
Ab Dienstag, 21. 2. 2017 im Kindergarten Pottendorf 1, 14 x 1 Einheit	18 - 19 Uhr	Euro 112,--

Kurs S704 Pilates, Mittelstufe
Das „Powerhouse“ ist bereits kräftig genug für komplexere Übungen. Der Bewegungsfluss wird bei präziser Übungsausführung gesteigert. Bitte Matte mitnehmen!

Kursleiterin: Henriette Pavitschitz, Pilates Coach	Zeit	Kursgebühr
Ab Donnerstag, 23. 2. 2017 Kindergarten Wampersdorf, 14 x 1 Einheit	18 - 19 Uhr	Euro 112,--

Kurs S711 Pilates, Fortgeschrittene
S712
Alle Pilates-Prinzipien sind bereits verinnerlicht. Ziel ist, die Kontrolle über den Körper zu verbessern und den Bewegungsfluss zu perfektionieren.

Kursleiterin: Henriette Pavitschitz, Pilates Coach	Zeit	Kursgebühr
Ab Dienstag, 21. 2. 2017 Kindergarten Pottendorf 1, 14 x 1 Einheit	19.05 - 20.05 Uhr	Euro 112,--
Ab Donnerstag, 23. 2. 2017 Kindergarten Wampersdorf, 14 x 1 Einheit	19.05 - 20.05 Uhr	Euro 112,--

Kurs S706 Bauchtanz und Gesundheit
Energie tanken durch Freude an Bewegung und Tanz! Wir trainieren die Geschmeidigkeit des Körpers, den Beckenboden, die Wirbelsäule und stärken das weibliche Selbstbewusstsein.
Bitte bequeme Kleidung und Tuch für die Hüfte mitbringen!

Kursleiterin: Silvia Grandegger	Zeit	Kursgebühr
Ab Montag, 20. 2. 2017 im kleinen Turnsaal des Schulzentrums Pottendorf, 10 x 1 Einheit	19 - 20.20 Uhr	Euro 120,--

Kurs S707 Gesunde Wirbelsäule
Übungen zur Beweglichkeitsförderung und Stabilität für die gesamte Wirbelsäule. Haltungsaufbau, Dehnung, Mobilisation und effektive Kräftigung der Bauch-, Gesäß- und Rückenmuskulatur. Sie erlernen theoretische Übungen, die Sie auch zu Hause umsetzen können! Nicht zu empfehlen bei Akutbeschwerden! Für Frauen und Männer aller Altersgruppen!
Bitte Matte, Schuhe, Handtuch und Getränk mitbringen.

Kursleiterin: Martina Sobola, Gesundheitstrainerin	Zeit	Kursgebühr
Ab Dienstag, 21. 2. 2017 im Hans Kitzinger Kommunikationszentrum, 14 x 1 Einheit	9 - 10.30 Uhr	Euro 133,--



Besuchen Sie uns auch auf Facebook: Volkshochschule Pottendorf



Infos unter Tel.: 0650/722 78 14 oder www.pottendorf.at/volkshochschule

Kurs S710	Beckenboden - Training für Frauen Ein schwacher Beckenboden kann die Lebensqualität von Betroffenen stark einschränken. Mögliche Folgen wie Inkontinenz, Organsenkungen oder Rückenschmerzen können durch ein gezieltes Training vermieden bzw. gelindert werden. Der Kurs beinhaltet Übungen, die sich auch zu Hause leicht umsetzen lassen. Neben dem Beckenboden werden auch andere wichtige Muskelgruppen gestärkt. Bitte Gymnastikmatte mitnehmen!		
	Kursleiterin: Mag. Gabriele Toth-Sonns, dipl. Beckenbodentrainerin	Zeit	Kursgebühr
Ab Dienstag, 21. 2. 2017	im Hans Kitzinger Kommunikationszentrum, 14 x 1 Stunde	17 - 18 Uhr	Euro 112,--

Kurs S711	Beckenboden - Training für Frauen - Fortgeschrittene Ein effektives Training zur Stärkung des Beckenbodens sowie zur Kräftigung und Straffung der Bauch-, Gesäß- und Rückenmuskulatur. Gedacht für all jene, die bereits einen Beckenbodenkurs absolviert haben oder einfach nur vorbeugend arbeiten und ihren Körper fit halten möchten. Bitte Gymnastikmatte mitnehmen!		
	Kursleiterin: Mag. Gabriele Toth-Sonns, dipl. Beckenbodentrainerin	Zeit	Kursgebühr
Ab Dienstag, 21. 2. 2017	im Hans Kitzinger Kommunikationszentrum, 14 x 1 Stunde	18 - 19 Uhr	Euro 112,--

Kurs S712	Bewegtes Faszientraining Faszien sind Bindegewebe. Bindegewebe will gezielt bewegt werden. Dann ist es elastisch, federnd, fließend. Wir arbeiten im Kontakt zu Boden, Wand, Schaumstoffrolle und Bällen (Material vorhanden). Wir entlassen den Körper in geschmeidige Bewegungen und finden so in die Leichtigkeit. Gelegentlich fordernd, rhythmisch animiert, immer in der eigenen Achtsamkeit. Mit vielen Anregungen für den faszienfreudigen Alltag! Für Frauen und Männer geeignet! Socken oder barfuß, körpernahe Kleidung ist von Vorteil! Bitte Matte mitbringen!		
	Kursleiterin: Petra Resch, Fascial Toning, Bodybliss, CANTIENICA®	Zeit	Kursgebühr
Ab Donnerstag, 16. 2. 2017	im Kindergarten Pottendorf 1, 10 x 1 Stunde	18.30 - 19.30 Uhr	Euro 95,--

Kurs S713	Bodybliss - Das Glück im Körper finden - ein sinnliches Bewegungstraining für Frauen. Im Mittelpunkt stehen die Urbewegungen des Wassers. Du kommst deinem inneren Fließen genüsslich auf die Spur. Mit Elementen aus dem bewegten Faszientraining zur Unterstützung der Eigenwahrnehmung (Vorkenntnisse willkommen, aber nicht verpflichtend). Material vorhanden, bitte Matte mitbringen. Folgende Themen: Die Füße - dein direkter Draht zu Mutter Erde, Das Becken - Hort von Stabilität und Lebenslust, Die Schultern im Zusammenspiel mit Brustkorb und Kopf		
	Kursleiterin: Petra Resch, Fascial Toning, Bodybliss, CANTIENICA®	Zeit	Kursgebühr
Ab Donnerstag, 1. 6. 2017	im Kindergarten Pottendorf 1, 3 x 1,5 Stunden	18.30 - 20 Uhr	Euro 45,--

Kurs S717	Zirkeltraining Haben Sie Spaß an Bewegung und körperlicher Fitness? Starten Sie durch mit einem wöchentlichen Zirkeltraining und kommen Sie so fit in den Frühling! Achtung: geringe Teilnehmerzahl!		
	Kursleiter: Bernhard Haschka	Zeit	Kursgebühr
Ab Dienstag, 14. 2. 2017	im kleinen Turnsaal des Schulzentrums Pottendorf, 14 x 1 Stunde	19.30 - 20.30 Uhr	Euro 80,--

Kurs S718	Bodywork Ziel dieser Trainingseinheit sind Festigung, Straffung und Kräftigung der Problemzonen Bauch, Bein, Po sowie vom gesamten Körper. Keine Muskelgruppe kommt bei diesem Workout zu kurz. Bitte Handtuch und Gymnastikmatte mitnehmen!		
	Kursleiterin: Susanna Obernosterer, Aerobic-Trainerin	Zeit	Kursgebühr
Ab Donnerstag, 23. 2. 2017	im kleinen Turnsaal des Schulzentrums Pottendorf, 14 x 1 Stunde	18.30 - 19.30 Uhr	Euro 98,--

Kurs S721 Power Core - Aufbau einer stabilen Körpermitte und einer besseren Haltung
Dieser Kurs ist besonders für Personen geeignet, welche aufgrund ihres inaktiven Alltags immer wieder mit Verspannungen zu kämpfen haben. Mit abwechslungsreichen Übungen wird sowohl die Stabilität im Rumpfbereich, als auch die Mobilität im gesamten Körper erhöht.
Mitzunehmen sind ein sportliches Outfit, eine Matte und eine Trinkflasche.

Kursleiter: Daniel Wachter, MSc, Sportwissenschaftler

Zeit

16 - 16.50 Uhr

Kursgebühr

Euro 98,--

Ab Mittwoch, 22. 2. 2017, im kleinen Turnsaal des Schulzentrums Pottendorf, 14 x 1 Einheit

Kurs S721 Boot Camp - der neue Trend
Funktionelles Gruppentraining bringt dich an deine Grenzen!
Ein Boot Camp Training ist für Personen geeignet, welche sich gerne richtig auspowern. Es ist eine intensive Trainingsform, welche sich aufgrund verschiedener Übungsvariationen sowohl auf untrainierte, als auch auf gut trainierte Personen abstimmen lässt.
Mitzunehmen ist ein sportliches Outfit, Hallenschuhe, Matte und Trinkflasche.

Kursleiter: Daniel Wachter, MSc, Sportwissenschaftler

Zeit

17 - 17.50 Uhr

Kursgebühr

Euro 98,--

Ab Mittwoch, 22. 2. 2017, im kleinen Turnsaal des Schulzentrums Pottendorf, 14 x 1 Einheit

Kurs S725 Selbstverteidigungskurs für Frauen und Mädchen ab 14 Jahren
Ziel des Kurses ist es den vermeintlich Schwächeren durch Wissen über Vorbeugung, Befreiungsgriffe und Schlagtechniken die Möglichkeit zu geben sich aus Gefahrensituationen zu befreien. Durch oftmaliges Wiederholen der Techniken wird eine Automatisierung und Grundlage für eigene Auswege aus verzwickten bzw. gefährlichen Situationen ermöglicht.
Jede Frau ist froh in verzwickten Situationen nicht ganz unvorbereitet zu sein.

Kursleiter: Wolfgang Grabenhofer, Sportlehrer, Judo Trainer, Nahkampfausbilder

Co Trainerin: Jutta Wohlfahrt, Judo Trainerin

Zeit

18.10 - 19 Uhr

Kursgebühr

Euro 35,--

Ab Dienstag, 21. 3. 2017, im kleinen Turnsaal des Schulzentrums Pottendorf, 4 x 1 Einheit

ENERGIE TANKEN

Kurs S804 YOGA für Anfänger bis Mittelstufe
Yoga fördert die Entwicklung eines spirituellen Bewusstseins, verhindert ein Abheben vom Boden des Alltags. Yoga harmonisiert Körper, Geist und Seele, energetisiert und verbindet dich mit dir selbst! Der Hatha Yoga Übungsstil richtet sich nach der Sivananda Tradition und beinhaltet die Rishikesh Reihe. Alle Asanas werden der Reihe nach vorgestellt und geübt. Es wird Wert auf die anatomisch richtige Ausführung der Übungen gelegt und an die individuellen Bedürfnisse der TeilnehmerInnen angepasst. Angenehme, entspannende Stunden mit Spaß und Konzentration erwarten dich. Bitte Matte und bequeme Kleidung mitnehmen! Der Kurs richtet sich an AnfängerInnen und leicht fortgeschrittene Personen, die gerne wieder ins Yoga einsteigen möchten.

Kursleiterin: Susanne Rahofer, BA, dipl. Yoga-Trainerin

Termin A (S804):

Termin B (S805):

Zeit

9 - 10.30 Uhr**19.15 - 20.45 Uhr**

Kursgebühr

Euro 132,--**Euro 132,--**

Ab Donnerstag, 2. 3. 2017 im Hans Kitzinger Kommunikationszentrum, 12 x 1,5 Stunden

Kurs S806 **Yoga für Fortgeschrittene**
 Mit der konstanten Fortführung, Vertiefung und Erweiterung von Pranayama, Sonnengrüßen, Asanas, und Tiefenentspannung entwickeln wir gleichzeitig mit dem körperlichen Wohlbefinden mehr innere Ruhe und Zufriedenheit und nähern uns so dem Zustand der Meditation. Bitte bequeme Kleidung, Matte und Decke mitnehmen!

Kursleiterin: Susanne Rahofer, BA, dipl. Yoga-Trainerin

Zeit **17.30 - 19 Uhr** Kursgebühr **Euro 132,--**

Ab Donnerstag, 2. 3. 2017 im Hans Kitzinger Kommunikationszentrum, 12 x 1,5 Stunden

Kurs S807 **Tai-Chi Peking Form 24 Figuren**
 Aus Ruhe und Bewegung kombinierte meditative Konzentrationsübungen, welche das Fließen der Lebensenergie Qui im Körper fördern. Durch fließende, weiche Bewegungen Spannungen lösen, Konzentration und Beweglichkeit verbessern.

Kursleiter: Ingo Wicha

Zeit **19 - 20 Uhr** Kursgebühr **Euro 102,--**

Ab Dienstag, 7. 3. 2017 im Landespflegeheim Pottendorf, Seminarraum, 11 x 1 Stunde

Kurs S808 **Qi Gong**
 Qi Gong verbindet Bewegung mit Achtsamkeit. Eine sehr effektive Methode die mit kleinem Aufwand viel bewirkt. Wir lernen vor allem den eigenen Körper besser zu verstehen. Durch Entspannung und bewusste Gedankenführung kommt Qi, die Lebensenergie im Körper ins Fließen. Aktivierung der Selbstheilungskräfte bringt sehr rasche Regeneration und Entspannung (auch die Seele braucht Entspannung). Diese Methode kann von Jung und Alt praktiziert werden, da man weder besondere Kraft oder sportliche Fähigkeiten dazu braucht. Das Wichtigste ist ganz einfach es zu tun.

Kursleiter: Ingo Wicha

12 x 1 Stunde Zeit **15 - 16 Uhr** Kursgebühr **Euro 108,--**
 14 x 1 Stunde Zeit **15 - 16 Uhr** Kursgebühr **Euro 126,--**

Ab Donnerstag, 23. 2. 2017 im Hans Kitzinger Kommunikationszentrum

Kurs S813 **Energie- und Meridianturnen**
 Lass uns DEINE Selbstheilungskräfte aktivieren! Wir werden uns gemeinsam bewegen, lösen Blockaden durch Übungen, stärken unsere Muskulatur und Körperkoordination. Unsere Körperhaltung wird verbessert, Meridiane - die Energielinien des Körpers - werden gestärkt, Verspannungen gelöst. Aktivieren wir gemeinsam den Energiefluss unserer Wirbelsäule und verbinden unsere Gehirnhälften. Wir stärken unser Immunsystem, wir bauen Stress ab, wir lernen leichter, besser und haben mehr Konzentration zur Verfügung! Und das Ganze garantiert mit positiven Nebenwirkungen! Für Frauen und Männer aller Altersgruppen geeignet! Wir brauchen bequeme Kleidung, Socken, Decke oder Turnmatte! Einstieg jederzeit möglich! Der Kurs findet jeden Montag abends während der Schultage statt!

Kursleiterin: Daniela Furlinger, Kinesiologin und Bewusstseinstrainerin

Zeit **19 - 20 Uhr** Kursgebühr **10er Block Euro 90,--**

Ab Montag, 13. 2. 2017 im Kindergarten Pottendorf 1, Bahnstraße 29

Kurs S814 **QiGong aus dem Tao Yoga**
 QiGong ist eine traditionelle asiatische Meditationsform, die mit einfachen Bewegungen, Entspannungsmethoden, Atemtechniken und Wahrnehmungsübungen Körper und Geist in Harmonie bringt und dadurch körperliche Gesundheit erhält. Ziel dieser Therapie ist es, einen freien Fluss des Qi zu ermöglichen, um die Vitalität und Selbstheilungskräfte des Körpers anzuregen. Bis ins hohe Alter gesund und vital sein! Wir brauchen bequeme Kleidung, Socken, eine Decke oder Turnmatte. Anmeldung erforderlich! Einstieg ist jederzeit möglich!

Kursleiterin: Daniela Furlinger, Kinesiologin und Bewusstseinstrainerin

Zeit **8.30 - 10 Uhr** Kursgebühr **Euro 110,--**

ab Mittwoch, 22. 3. 2017 in Praxis Kraft & Energie Sportplatzstr. 12, Landegg, 10 x 1,5 Stunden

Kurs S815	TAO YIN – sanfte Wirbelsäulenbewegung aus dem Tao Yoga Tao Yin ist Meditation in Bewegung, in der sich Körper, Geist und Seele vereinen. Es lehrt uns die Kunst sich mit Achtsamkeit und Energie zu bewegen. Tao Yin begegnet Stress, Hektik und Leistungsdruck. Es hilft uns gesund und entspannt zu bleiben und in die eigene Mitte zurückzukehren. Sanfte jedoch kraftvolle Übungen für eine flexible Wirbelsäule, um die körpereigenen Abwehrkräfte zu mobilisieren. Mit Achtsamkeitsübungen die Wirbelsäule wieder ins Lot bringen, sie wird beweglicher, Sehnen und Lendenmuskeln werden mit elastischer Kraft gefüllt! Wir brauchen bequeme Kleidung, Socken, eine Decke oder Turnmatte. Anmeldung erforderlich! Einstieg ist jederzeit möglich!	Zeit 18 - 19 Uhr	Kursgebühr Euro 90,--
Kursleiterin: Daniela Furlinger, Kinesiologin und Bewusstseinstrainerin			
ab Montag, 27. 2. 2017 im Kindergarten Pottendorf 1, Bahnstraße 29, 10 x 1 Stunde			

KÜCHE UND KELLER

Kurs S902	Die indisch-vegetarische Küche – Kochkurs Gemüse mit wohlriechenden und geschmackvollen Gewürzen zubereitet. Schnell gekocht verführen die Gerichte durch ihren exotischen Duft zum Probieren. Inklusive Material und Rezepten.	Zeit 18 - 20.30 Uhr	Kursgebühr Euro 69,--
Kursleiterin: Bharati Rajpal			
Ab Mittwoch 3. 5. 2017 in der Schulküche Pottendorf, 3 x 2,5 Einheiten			

Kurs S903	Die ayurvedische Küche – Kochkurs Im Handumdrehen aus frischen Zutaten leichte und vitaminreiche Gerichte zaubern! Inklusive Material und Rezepten.	Zeit 18 - 20.30 Uhr	Kursgebühr Euro 69,--
Kursleiterin: Bharati Rajpal			
Ab Mittwoch 31. 5. 2017 in der Schulküche Pottendorf, 3 x 2,5 Einheiten			

Kurs S905	Schnell gekocht und gut gegessen – Fertiggerichte, nein danke! TEIL 1 In diesem Kochkurs kochen wir Gerichte aus der heimischen Küche, die schnell, einfach, schmackhaft und preiswert sind. Von Suppen, Hauptspeisen mit und ohne Fleisch, Salaten, Aufstriche bis zum Dessert ist alles dabei. Die Rezepte sind so berechnet, dass sie auch nur für 1 oder 2 Personen zubereitet werden können. Inklusive Material und Rezepten!	Zeit 18 - 21 Uhr	Kursgebühr Euro 35,--
Kursleiterin: Silke Pirker-Neuwirth, Diätologin			
Montag, 3. 4. 2017 in der Schulküche im Schulzentrum Pottendorf, 1 x 3 Stunden			

Kurs S906	Schnell gekocht und gut gegessen – Fertiggerichte, nein danke! TEIL 2 Für alle, die den 1. Teil bereits besucht haben und noch weitere Rezepte für sich entdecken möchten. Die Rezepte sind so berechnet, dass sie auch nur für 1 oder 2 Personen zubereitet werden können. Inklusive Material und Rezepten!	Zeit 18 - 21 Uhr	Kursgebühr Euro 35,--
Kursleiterin: Silke Pirker-Neuwirth, Diätologin			
Montag, 8. 5. 2017 in der Schulküche im Schulzentrum Pottendorf, 1 x 3 Stunden			

Kurs S907 **„Wenn's stressig wird, erst recht!“**
 Manchmal fällt es uns schwer, alles unter einen Hut zu bringen: Abgabetermine, Kinder versorgen, Haus, Hund und und und... Gut essen bleibt dann gern auf der Strecke. Genau da ist der Haken: Wenn der Körper auf Hochtouren läuft, benötigt er besonders viel Unterstützung durch ausgewogene Ernährung. Wie man im Handumdrehen tolle Anti-Stress-Gerichte zaubern kann, lernen wir in diesem Workshop. Was Ihr von diesem Abend noch mitnehmt: praktische Übungen, die euch jederzeit helfen, schnell Energie zu tanken! Bitte Schreibmaterialien zur Mitschrift mitnehmen! Rezeptblätter inkludiert!

Kursleiterin: Judith Eppacher „belly2brain“ Ernährungs- & Mentaltrainer

	Zeit	Kursgebühr
Mittwoch, 15. 3. 2017 in der Schulküche im Schulzentrum Pottendorf	18.30 - 21 Uhr	Euro 35,--

WORKSHOPS

Gesunde Ernährung – aber wie?

Gesunde Ernährung ist zur Zeit in aller Munde. Es gibt sehr viele Richtungen und Meinungen zu diesem Thema. Es kommt dann schon vor, dass man leicht den Überblick verliert. In diesem Vortrag wird Ihnen ein Weg durch den Ernährungsdschungel gezeigt!

Vortragende: Silke Pirker-Neuwirth, Diätologin

	Zeit	Workshopbeitrag
Montag, 20. 3. 2017 im Hans Kitzinger Kommunikationszentrum, 1 x 1,5 Stunden	18.30 - 20 Uhr	Euro 10,--

„Natürliche Pflege für den ganzen Körper“ - Naturkosmetik selbstgemacht!

In diesem Workshop lernen Sie Basisöle und natürliche Zusatzstoffe kennen, die ein Naturkosmetikprodukt beinhaltet darf. Es werden keine synthetischen Konservierer, Emulgatoren oder paraffinhaltige Produkte verwendet. Folgende Produkte werden im Kurs hergestellt: Tages- und Nachtcreme auf den Hauttyp abgestimmt, Körperbutter oder Bodymousse, Lippenpflegestift, reichhaltige Augenfaltencreme mit Hyaluronsäure und Sanddornfruchtfleischöl, Deo-Spray oder Creme. Materialpreis inkl. Skript und Kulinarik von Euro 25,-- wird im Kurs extra verrechnet und kassiert!

Kursleiter: Silvia Grandegger, zertifizierte Kräuterpädagogin

	Zeit	Workshopbeitrag
Donnerstag, 9. 3. 2017 im Schulzentrum Pottendorf, 1 x 3,5 Stunden	17.30 - 21 Uhr	Euro 35,--

Handgerührte Naturseife selbstgemacht

In diesem Workshop werden Sie Ihre Seife selber herstellen. Wir verwenden nur natürliche, native Öle und 100 % ätherische Öle zum Beduften. Es wird kein Paraffin und Palmöl verwendet. Folgende Seifen stehen zur Auswahl: Pflegende Duschseife, Ringelblumenseife, pflegende Soleseife für Problemhaut, Kräuterseife, erfrischende Sommerseife mit Sanddornfruchtfleischöl, Haarshampooseife, Lavendelseife. Bitte bei Anmeldung die gewünschte Seife bekanntgeben! Materialpreis inkl. Skript und Kulinarik von Euro 25,-- wird im Kurs extra verrechnet und kassiert!

Kursleiter: Silvia Grandegger, zertifizierte Kräuterpädagogin

	Zeit	Workshopbeitrag
Donnerstag, 30. 3. 2017 im Schulzentrum Pottendorf, 1 x 3,5 Stunden	17.30 - 21 Uhr	Euro 35,--

„Frühlings- Kräuterwanderung“ und anschließendem kleinen Kochen!

Vorstellung der Frühlingskräuter während einer Wiesenwanderung! Zur Entschlackung, Entgiftung und Stärkung!

Ihre Erkennungsmerkmale, ihre Inhaltsstoffe, ihre Verarbeitung, ihre Wirkung

Nach der Wanderung werden wir die Kräuter verkochen und gleich essen!

Materialpreis inkl. Skript von € 15,-- wird im Kurs extra verrechnet und kassiert!

Kursleiter: Silvia Grandegger, zertifizierte Kräuterpädagogin

	Zeit	Workshopbeitrag
Freitag, 21. 4. 2017 in der Schulküche im Schulzentrum Pottendorf, 1 x 6 Stunden	15 - 21 Uhr	Euro 45,--

Sonnenschutz, Insektenschutz, Naturdeo - Aus natürlichen Inhaltsstoffen und „Ätherischen Ölen“

In diesem Workshop lernen wir wertvolle Basisöle und ätherische Öle kennen, die uns einen natürlichen Sonnen- und Insektenschutz gewährleisten. Auch für Babys und Kinder geeignet! Folgende Produkte werden im Kurs hergestellt: Sonnenschutzöl, Apres Sun Balsam, Insektenschutzspray, Lavendelcreme, Flüssigdeo als Spray
Materialpreis inkl. Skript und kleinen Snack von € 30,-- wird im Kurs extra verrechnet!

Kursleiter: Silvia Grandegger, zertifizierte Kräuterpädagogin

Zeit

Workshopbeitrag

Donnerstag, 4. 5. 2017 in der Schulküche im Schulzentrum Pottendorf, 1 x 3,5 Stunden **17.30 - 21 Uhr**

Euro 35,--

Auf der Suche nach der zweiten Erde – Sind wir allein?

Fast im Wochentakt überraschen uns die Medien mit aufregenden Schlagzeilen über neu entdeckte Planeten und Supererden. Wie viele erdähnliche Planeten könnte es da draußen im Weltraum geben? Neben der Suche nach einer zweiten Erde bleibt die spannendste Herausforderung die Frage nach außerirdischem Leben. Könnte es auf anderen Planeten Leben geben? Bakterien, oder vielleicht sogar höheres Leben?

Vortragender: Mag. Dr. Johannes Leitner, CMC

Zeit

Workshopbeitrag

Mittwoch, 22. 3. 2017 im Hans Kitzinger Kommunikationszentrum, 1 x 1,5 Stunden **19 - 20.30 Uhr**

Euro 10,--

Impressum: Offenlegung lt. § 25 des Mediengesetzes: Name des Medieninhabers: Marktgemeinde Pottendorf. Volkshochschulprogramm der Marktgemeinde Pottendorf. Der Medieninhaber ist zu 100 % Eigentümer des Unternehmens. Redaktion und für den Inhalt verantwortlich: Leitein der VHS Pottendorf, Eva Blümel, 2486 Pottendorf. Druck: offSet3000, 7035 Steinbrunn.

Volkshochschule Pottendorf



Jetzt die
neuen Kurse
buchen!

Gemeindeamt Pottendorf | 2486 Pottendorf, Alte Spinnerei 1
volkshochschule@pottendorf.at | Tel.: +43 650 722 78 14

www.vhs-noe.at

Förderung für AK-Mitglieder:

AK Plus gekennzeichnete Kurse werden von der niederösterreichischen Arbeiterkammer mit **50 %** der Kurskosten (Wiener Arbeiterkammer mit **Euro 100,-**) bis zu einem Maximalbetrag von **Euro 120,-** gefördert. Dieser Maximalbetrag erhöht sich für Mitglieder, die Kinderbetreuungsgeld beziehen auf bis zu **Euro 170,-** und für Mitglieder, die Arbeitslosengeld oder Notstandshilfe beziehen sogar auf bis zu **Euro 220,-** pro Kalenderjahr.

Nähere Informationen dazu erhalten Sie telefonisch unter:

AK Niederösterreich: 05/7171-29000

oder online unter:

www.aknoe.at

AK Wien: 0800-311 311

oder online unter:

www.arbeiterkammer.at



ACHTUNG! Die Verrechnung Ihres


AK-Bonus für Niederösterreich erfolgt direkt mit der Arbeiterkammer NÖ. Die Kursgebühr ist in vollem Umfang bei der VHS zu entrichten!

Arbeiterkammer Wien: Bildungsboni kann wie gewohnt in Ihrer VHS eingelöst werden.



MEHR GELD

FÜR MEINE WEITERBILDUNG!

Die AK Niederösterreich fördert Kurse, die in diesem Kursprogramm das -Logo tragen, mit 50% der Kurskosten bis zu 120 Euro pro Kalenderjahr. Mitglieder mit Kinderbetreuungsgeldbezug bekommen bis zu 170 Euro und Arbeitslose sogar 100% der Kurskosten bis maximal 220 Euro pro Jahr.

Einfach anrufen und informieren
05 7171-29000

AK NIEDER
ÖSTERREICH

BILDUNG

noe.arbeiterkammer.at/bildungsbonus

Allgemeine Informationen

Eine Anmeldung bei VHS Leiterin Eva Blümel ist zu allen Kursen erforderlich!

VHS-Leitung:

Eva Blümel, Gemeindeamt Pottendorf, Alte Spinnerei 1 - 2486 Pottendorf
Tel. 0650/7227814; Fax: 02623/72278-24;
Telefonisch erreichbar: Montag bis Donnerstag jeweils von 9 - 19 Uhr

Sprechstunden am Gemeindeamt:

Jeden 1. Mittwoch von 16 bis 18 Uhr
zusätzlich: Dienstag, 7. und 14. Februar 2017 von 9 bis 11 Uhr und
Mittwoch, 15. Februar 2017 von 16 bis 18 Uhr.
Weitere Termine auch gerne nach telefonischer Vereinbarung!

Kein Volkshochschulbetrieb und keine Sprechstunden an schulfreien Tagen!

Anmeldung per E-Mail:

Mit Angabe des gewünschten Kurses sowie Name, Adresse und Telefonnummer an: volkshochschule@pottendorf.at

Bezahlung:

Bar im Rahmen der Sprechstunden oder per Überweisung auf das Konto der Volkshochschule Pottendorf bei Raiffeisenbank Region Baden, IBAN: AT37 3204 5000 0551 1605, BIC: RLNWATWWBAD

Nur eine zeitgerechte Bezahlung sichert den gewünschten Kursplatz!

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Anmeldung

Eine Anmeldung ist für alle Kurse erforderlich, soweit nicht bei der Kursbeschreibung etwas anderes angegeben ist. Die Vergabe der Kursplätze erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen. Die Anmeldung erfolgt entweder zu den Sprechzeiten der VHS am Gemeindeamt der Marktgemeinde Pottendorf, Alte Spinnerei 1, 2486 Pottendorf, per Email an volkshochschule@pottendorf.at oder telefonisch unter 0650/7227814. Eine direkte Anmeldung bei der Kursleiterin/ dem Kursleiter ist nicht möglich. Der Platz im Kurs ist erst mit der Bezahlung des Kursbeitrages gesichert! Sie können Ihre Anmeldung bis 14 Tage vor Kursbeginn ohne Angabe von Gründen schriftlich widerrufen. Ersatzteilnehmer werden akzeptiert. Die Anmeldefrist endet eine Woche vor Kursbeginn.

Kursbeitrag

Die Kursgebühr ist im Programm bei jeder Veranstaltung angegeben und während der Anmeldezeiten bar oder per Erlagscheinüberweisungen bzw. Internet-Banking auf das Konto der Volkshochschule Kontonummer: IBAN AT37 3204 5000 0551 1605 bei Raiffeisenbank Region Baden, RLNWATWWBAD vor Beginn des Kurses zu bezahlen.

Verspätete Anmeldungen ziehen keinen Anspruch auf Reduzierung der Kursgebühr nach sich. Eine Refundierung der Kursgebühr findet ausschließlich bei Kursentfall statt.

Eine teilweise Rückerstattung von Kursbeiträgen im Fall einer Verhinderung am Kurs ist nicht vorgesehen.

Teilnehmerzahl

Veranstaltungen können nur bei Erreichen der jeweiligen Mindestteilnehmerinnen oder -teilnehmerzahl abgehalten werden. Wird diese nicht erreicht, kann der Kurs mit Einverständnis der Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer, der Kursleiterin bzw. des Kursleiters und der VHS-Leitung gekürzt oder gegen Aufzahlung ungekürzt stattfinden.

Datenschutz

Die Volkshochschule Pottendorf speichert die Kundendaten aus organisatorischen Gründen ausschließlich zur eigenen Verwendung (Zusendung von Informationen über Kurse, Erreichbarkeit der Teilnehmer bei Kursabsage, Statistik). Eine Weitergabe dieser Daten an Dritte erfolgt nicht.

Haftung

Die Volkshochschule Pottendorf übernimmt keine wie auch immer geartete Haftung für Schäden, die sich durch die Teilnahme an Veranstaltungen der VHS oder auf dem Weg dorthin ergeben könnten. In diesen Haftungsausschluss sind auch die KursleiterIn eingeschlossen. Kinder werden nur während der Dauer der jeweiligen Kurse beaufsichtigt und nur in dem dafür vorgesehenen Raum. Davor und danach haften die Eltern für ihre Kinder und evt. auftretende Schäden. Es besteht bei den Kursen ein Fotografier- und Filmverbot.

In den Turnsälen ist das Essen untersagt. Matten, Turngeräte oder ähnliches dürfen nur nach Absprache mit dem/der KursleiterIn bzw. dem Lehrpersonal in den Turnsaal geräumt werden und sind auch wieder nach Gebrauch wegzuräumen. Ein Beisein der Eltern in den Kinderkursen ist nur nach Absprache möglich.

Änderungen

Die VHS behält sich das Recht vor, in Ausnahmefällen die Stelle der Kursleiterin/ des Kursleiters neu zu besetzen.

Bestätigung

Mit der Teilnahme an den Kursen gelten die AGB's für angenommen.



VOLKSHOCHSCHULE POTTENDORF

Eva Blümel

Telefon: 0650-7227814

Montag - Donnerstag 9 - 19 Uhr

E-Mail: volkshochschule@pottendorf.at