



**zusammenleben.
zusammenhalten.**

Programm März bis Juli 2020

Garmisch-Partenkirchen | Mittenwald | Oberammergau



FACHKLINIK AM KOFEL · HOTEL AM KOFEL



KARDIOLOGIE · PNEUMOLOGIE · ORTHOPÄDIE

Anschlussheilbehandlung (AHB/AR) · Prävention und Rehabilitation – stationär und ambulant

IN DER REGION – FÜR DIE REGION

Modernste Medizin in einem Haus mit Wohlgefühlcharakter



FITNESS · WELLNESS · GESUNDHEIT



MEHRFACH AUSGEZEICHNET VON FOCUS



Hubertusstraße 2
82487 Oberammergau
Tel. 08822/78 - 0

www.gesundheitszentrum-oberammergau.com



www.facebook.com/HotelamKofel

www.facebook.com/KlinikamKofel

reservierung@gesundheitszentrum-oberammergau.com



Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

ich freue mich, Ihnen das aktuelle vhs-Programmheft in bewährter und handlicher Form vorstellen zu dürfen. Sie finden hier alle Angebote des neuen Semesters nach Themenbereichen geordnet.

Ob gesellschaftliche Themen, Kunst und Kultur, Fremdsprachen und Länderkunde, Gesundheit und Bewegung, Kochen und Genießen, berufliche Bildung oder die digitale Welt – wir hoffen, dass Sie fündig werden. Auch an Kinder und Jugendliche ist gedacht: unser kleines, aber feines Angebot finden Sie in der Rubrik „Junge vhs“. Dort lädt auch die beliebte KinderUni wieder zu spannenden Vorlesungen ein.

Erneut haben wir versucht, Ihnen ein möglichst vielseitiges und ansprechendes Angebot zu präsentieren, so wie es unserem gesetzlichen Bildungsauftrag entspricht. Der Bereich der Erwachsenenbildung umfasst die längste Phase im Lebenslauf und ist damit ein entscheidender Baustein im Prozess des lebenslangen Lernens.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen, dass Sie immer wieder Neues für sich entdecken und das Angebot rege in Anspruch nehmen.

Anton Speer, Landrat

1. Vorsitzender

Volkshochschule Garmisch-Partenkirchen e.V.

**Volkshochschule
Garmisch-Partenkirchen e.V.**

Vorstand:

Anton Speer – 1. Vorsitzender
Landrat Garmisch-Partenkirchen

Wolfgang Bauer – 2. Vorsitzender
2. Bürgermeister Garmisch-Partenkirchen

Grit Fugmann – Schatzmeisterin

Arno Nunn – Schriftführer
1. Bürgermeister Oberammergau

Gisela Kieweg
Bürgermeisterin Bad Bayersoien

Thomas Schwarzenberger
Bürgermeister Krün

Martin Wohlketzetter
Bürgermeister Farchant

Rechnungsprüfer:

Andreas Nebel, Claudia Krüger-Werner
Päd. Leitung und Geschäftsführung:
Stephanie Berger

Vereinsregister:

VR 50005 Registergericht München

Steuernummer: 119/111/50575

Bankverbindung:

Kreissparkasse Garmisch-Partenkirchen

IBAN: DE26 7035 0000 0000 3215 54

BIC: BYLADEM1GAP

Geschäftsstelle:

Burgstraße 21
82467 Garmisch-Partenkirchen

Tel.: 08821 9590-0

Fax: 08821 9590-55

E-Mail: info@vhs-gap.de

Internet: www.vhs-gap.de

 facebook.com/vhsGarmischPartenkirchen

Öffnungszeiten:


Mo: 9:00 – 12:00 Uhr

Di: 9:00 – 13:00 Uhr + 15:00 – 18:00 Uhr

Mi: 9:00 – 12:00 Uhr

Do: 9:00 – 13:00 Uhr + 15:00 – 18:00 Uhr

Fr: 9:00 – 12:00 Uhr

 ec-Kartenzahlung möglich!

Frühling- / Sommersemester

2. März 2020 bis Juli 2020

Während der bayerischen Schulferien sowie an gesetzlichen Sonn- und Feiertagen findet in der Regel kein Kursbetrieb statt.

Ausnahmen sind in den Kursausschreibungen vermerkt.

Bitte beachten Sie, dass unsere Geschäftsstelle während der Schulferien eingeschränkt besetzt ist.

Das nächste Programmheft erscheint im September 2020.

Die Volkshochschule ist Mitglied der „European Foundation of Quality Management“

Zertifiziertes Qualitätsmanagementsystem

Wir achten auf Qualität

EFQM Shares what works.

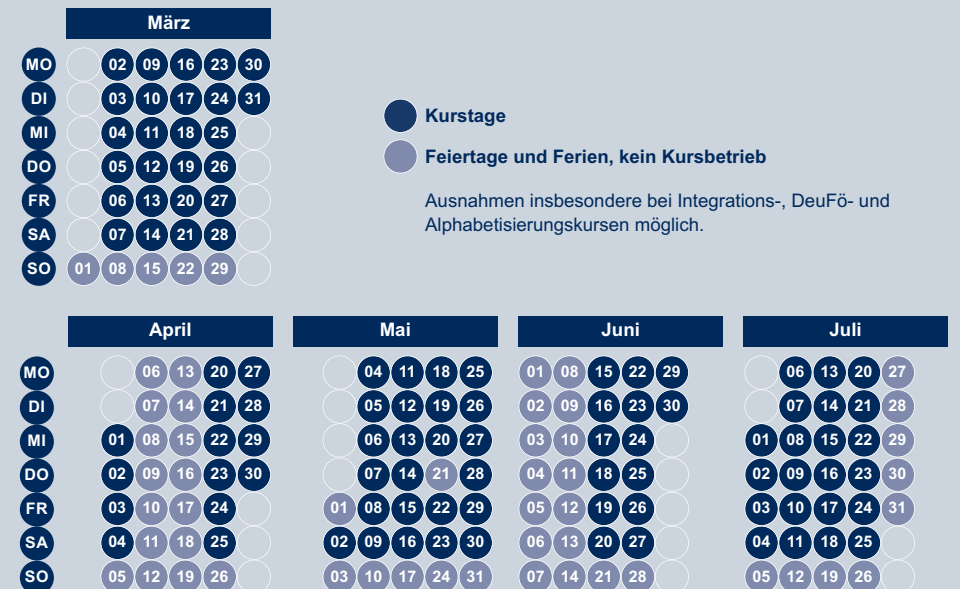


Wir danken allen unseren Partnern, die unsere Bildungsarbeit finanziell und ideell unterstützen.

Geschäftsstelle mit Kurszentrum



Semesterkalender



IMPRESSUM

Layout-Konzeption vhs-Logo: Alle Rechte beim Bayerischen Volkshochschulverband (bvV)

Gesamtlayout: NAGEL Werbeagentur
Satz: Pfuhrer, Mittenwald
Druck: Mayr Miesbach GmbH

Anzeigen: Katrin Schweiger

Auflage: 7500

V.i.S.d.P.: Volkshochschule Garmisch-Partenkirchen e.V.



Stephanie Berger
Pädagogische Leitung
und Geschäftsführung
Tel: 08821 9590-70
E-Mail: berger@vhs-gap.de



Katrin Schweiger
Kurs- und Kundenservice
Zahlungsverkehr
Tel: 08821 9590-10
E-Mail: schweiger@vhs-gap.de



Ines Schlegel
Kurs- und Kundenservice,
Theaterfahrt
Tel: 08821 9590-50
E-Mail: schlegel@vhs-gap.de



Eva Holzer
Pädagogische Mitarbeiterin
Sprachen und Grundbildung
Tel: 08821 9590-60
E-Mail: holzer@vhs-gap.de



Ines Jäschke
Kurs- und Kundenservice,
Integrations-/Alphabetisierungskurse
Tel: 08821 9590-40
E-Mail: jaeschke@vhs-gap.de



Noeli Haack
Kurs- und Kundenservice,
Integrations-/Alphabetisierungskurse
Tel: 08821 9590-30
E-Mail: haack@vhs-gap.de



Anja Lechner
Pädagogische Mitarbeiterin
EDV und Beruf, Kultur
Tel: 08821 9590-20
E-Mail: lechner@vhs-gap.de



Walter Fiorio
Hausservice



Inge Schäfer
Hausservice

Grußwort	3
vhs Garmisch-Partenkirchen, Impressum	4
Team, Inhalt	6



Gesellschaft

9

Erdgeschichte – Wasserkraft & Energie – Garten – Umwelt & Natur – Klima –
Heimatkunde & -geschichte – Länderkunde & Reisen – Politik – Recht – Religion –
Denksport & Gedächtnis – Medienwelt – FrauenInteressen – Verbraucher-
bildung online



Kultur

23

Literatur & Lesungen – Theaterfahrt – Kultur vor Ort – Tanzen – Singen –
Fotografieren – Malen & Zeichnen – (Kunst-) Handwerkliches Gestalten –
Schneidern & Nähen – Kochen & Genießen



Gesundheit

43

Psyche im Fokus – Stressbewältigung & Entspannung – Yoga – Pilates –
Körperpflege & Kosmetik – Outdoor – Gymnastik – Fitness- & Konditionstraining –
Hapkido – Erste Hilfe – Treffpunkt Gesundheit – Gesundheit im Dialog



Sprachen

64

Gemeinsamer europäischer Referenzrahmen (GER) – Deutsch –
Integrations-/DeuFö-/ Alphabetisierungskurse – Prüfungen – Englisch – Französisch –
Italienisch – Spanisch – Arabisch – vhs-Lernportal



EDV und Beruf

85

EDV-Kurse – Tastschreiben – EDV für Senior/innen – Internet & Datenschutz –
CyberMonday – Bildbearbeitung & Fotografie – Beruflicher Wiedereinstieg –
Xpert Business Webinare – Prüfungen



Junge vhs

95

Computer & Co – Lernmethoden – KinderUni – Kreatives Gestalten – Spiel & Spaß –
Bewegung

Ehrenamtskarte / Freizeit-Pass, Dank	103
Unsere Unterrichtsorte	104
Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB) dt. / engl.	106
Stichwortverzeichnis	110
Datenschutzerklärung	112
Kursanmeldung, SEPA-Dauerlastschriftmandat	113

16. März – 05. April 2020
EIN LITERATURPROGRAMM

Der Tod ist groß

Rilke



Burghausen | Coburg | Friedberg
Garmisch-Partenkirchen | Ingolstadt
Landshut | Lauf | Roth

www.dertodistgross.de

STADTKULTUR Netzwerk Bayerischer Städte e.V. in Zusammenarbeit mit den beteiligten Städten und Gemeinden, deren Einrichtungen und weiteren Partnern vor Ort. Gefördert von

Kulturfonds Bayern
Kunst

STADT
KULTUR
Netzwerk Bayerischer Städte e.V.



GESELLSCHAFT

Erdgeschichte

Schrazelloch und Arme Seelen - Das Geheimnis der Erdställe

Erdställe sind geheimnisvolle unterirdische Gangsysteme, deren Alter und Erbauer unbekannt sind. In Bayern allein gibt es hunderte, laufend werden neue entdeckt. Ihre Befahrung stellt auch für geübte Höhlenforscher eine Herausforderung dar. Die wissenschaftliche Archäologie beschäftigt sich nur am Rande mit dem Phänomen. Laienforscher versuchen, durch Aufspüren neuer und Dokumentation bekannter Erdställe sowie durch die Erarbeitung überprüfbarer Theorien, diesem faszinierenden Geheimnis des Untergrundes auf die Spur zu kommen. Der Referent stellt die Erscheinungsformen, die geographische Verbreitung, die vorliegenden Theorien zur Zweckbestimmung und den neuesten Stand der Forschung in Wort und Bild dar.

10009

Do, 19.00 - 20.30 Uhr

vhs, Burgstr. 21, Karl L. Wilhelm, OStR i.R.
ab 7 Pers. 7,50 €

23.04.20

Geologie der Alpen

Reise durch die Erdgeschichte

Auf einem ruhigen Wanderweg im Tal der Ammer von Oberammergau Richtung Graswang präsentiert sich eine außergewöhnliche Gesteinsvielfalt, die in Hunderten von Millionen Jahren entstanden ist. Die Gesteine geben uns einen Einblick in das Leben und in die Katastrophen vergangener Epochen. Wir finden Fossilien und durch Erdbeben ausgelöste Felsabbrüche, die längst versteinert sind. Aber auch jüngere Landschaftsformen und Ablagerungen aus der letzten Eiszeit fallen ins Auge - Kare, Moränen und zu Mooren verlandete Seen.

Themen: Gesteinsvielfalt und Architektur der bayerischen Alpen, Erdgeschichte, Eiszeit.

11000

Fr, 14.00 - 17.00 Uhr

Treffpunkt: Oberammergau, Ammergauer Haus, vor der Tourist-Info, Maria Hermann, Dipl.-Geologin

17.07.20

9,00 €



**Erdgeschichte****Quellgebiet der Ammer**

Von Quelltöpfen und Eiszeitrelikten

Im Stammbecken des ehemaligen Ammergletschers liegt das Ettaler Weidmoos. Es wird von Regen und Grundwasser gespeist, das in faszinierenden Quelltöpfen mit verspielt aufsteigenden Luftperlen an die Oberfläche tritt. Hier vereinigt sich die Linder mit diesen starken Quellen, und trägt von nun an den keltischen Namen "Ammer". 100 Millionen Jahre alte Felsblöcke, fleischfressende Pflanzen, Romantik einer scheinbar unberührten Landschaft - das ist Vielfalt, wie sie nur im Quellgebiet der Ammer anzutreffen ist.

Themen: Landschaftsgeschichte, Ökologie und landwirtschaftliche Nutzung von Streuwiesen, botanische Raritäten und Eiszeitrelikte.

10405 **01.07.20**

Mi, 14.00 - 16.30 Uhr

Treffpunkt: Gasthaus "Ettaler Mühle" -
Parkplatz, Dr. Helmut Hermann, Biologe

9,00 €

Wasserkraft & Energie**Heilige Quellorte**

Manche unserer heiligen Quellen sind versiegt oder in Vergessenheit geraten. Was macht diese Quellen heilig und unterscheidet sie von anderen Quellen? Wir besuchen stellvertretend zwei aktive Quellorte, die mit schönen Erweckungslegenden verbunden sind: die Hl. Drei Quellen Wessobrunn und die Ulrichsquelle am Eibenwald in Paterzell und erfahren dort Interessantes über die mythologische Bedeutung der Quellen und alte Wasserkulte unserer Ahnen.

Ersatztermin bei schlechtem Wetter (Information durch Dozent): Samstag, 09.05.2020

Treffpunkt: Klosterhof Wessobrunn, vor dem Römerturm, von dort Fahrt in Fahrgemeinschaften nach Paterzell (auf eigene Gefahr)

In Kooperation mit der vhs Weilheim

10100 **03.05.20**

So, 13.00 - 16.15 Uhr

Treffpunkt: Klosterhof Wessobrunn,
Albin Völk, AK Heimatforscher
Ammerseegebiet

15,00 €

Lechwasser - woher kommt es und wohin fließt es?

In Hohenfurch geht es los. Erster Zwischenstopp ist die Mündung der Schönach in den Lech. Danach geht es auf einem Pfad über den Hangleiten mit wundervollen Aussichtspunkten zur Staustufe Kinsau. Dort schauen wir uns auch das Umgehungsgerinne an. Anschließend beenden wir unsere Tour auf dem Parkplatz an der Staustufe. Zwischendurch erfahren Sie, woher das Wasser im Lech stammt, was für eine enorme Kraft dieses Wasser hat, wie die Farbe des Lechs entsteht, wohin es fließt und einiges mehr. In Kooperation mit dem Lebensraum Lechtal e.V. im Rahmen des Hotspotprojektes "Alpenflusslandschaften".

In Kooperation mit der vhs Weilheim

10409 **20.06.20**

Sa, 16.00 - 19.00 Uhr

Treffpunkt: Pfarrkirche, Kirchberg 1,
86978 Hohenfurch, Patrizia Majowski,
Lechtal-Rangerin

5,00 €

Führung durch das Wasserkraftwerk Walchensee

Für Teilnehmende ab 12 Jahren

Das Speicherkraftwerk Walchensee gilt als Wiege der industriellen Stromerzeugung. 1924 fertiggestellt, war es eines der größten Wasserkraftwerke der Welt. Auch heute noch gilt es mit der Jahresezeugung von rund 300 Millionen Kilowattstunden als eines der größten Hochdruckspeicherkraftwerke in Deutschland. Die Anlagen am Walchensee nutzen den Höhenunterschied zwischen einem hoch gelegenen Speichersee, hier dem Walchensee, und dem Walchenseekraftwerk am tiefer gelegenen Kochelsee. Während der Führung erfahren Sie, wie der Strom aus dem See in die Steckdose kommt. Mit Turbinenmodellen, interaktiven Darstellungen und Kommunikationstafeln wird alles Wissenswerte rund um die Wasserkraft, das Walchenseekraftwerk und Uniper vermittelt.

Treffpunkt: Informationszentrum
Walchenseekraftwerk

In Kooperation mit der vhs Penzberg
Anmeldeschluss: 21.04.2020

10904 **25.04.20**

Sa, 14.30 - 16.00 Uhr

Treffpunkt: Walchenseekraftwerk, Altjoch 21,
Kochel am See

5,00 €



Blumen Türpitz
Floristik und Blumen
für alle Anlässe
Friedhofstr. 3, 82467 Garmisch-Partenkirchen
Tel. 08821 / 2863 Fax 08821 / 942122
www.blumen-tuerpitz.de

**Wasserkraft & Energie****Besichtigung der Bioabfallverwertungsanlage Loisachauen**

Was passiert eigentlich mit unserem Biomüll aus der braunen Tonne? Die Abfälle aus dem Kreisort, dem Landkreis Garmisch-Partenkirchen und dem benachbarten Tiroler Talkessel Ehrwald/Lermoos/Biberwier belaufen sich pro Jahr auf knapp 6.000 Tonnen. Daraus gewinnen die Gemeindewerke Garmisch-Partenkirchen seit 2013 Biogas zur Energieerzeugung. Wie das vor sich geht, wird vom Technischen Leiter Günther Rösch und Mitarbeitern erläutert.

Die Teilnehmerzahl ist aus Sicherheitsgründen auf 10 Personen begrenzt.

Achtung: Geruchsbelästigung garantiert!

10411 **22.04.20**

Mi, 15.30 - 17.00 Uhr

Anmeldeschluss: 20.04.2020

Treffpunkt: GAP, Einfahrt Klärwerk, Loisachauen
ab 7 Pers. Eintritt frei

10412 **14.05.20**

Do, 19.30 - 21.00 Uhr

Anmeldeschluss: 11.05.2020

Treffpunkt: GAP, Einfahrt Klärwerk, Loisachauen
ab 7 Pers. Eintritt frei

Garten**Grünes Glück - Das Hochbeet**

Gemüse und Kräuter aus dem eigenen Garten schmeckt gleich doppelt gut. Wie Sie ein Hochbeet bauen, es richtig befüllen und wann Sie was am besten pflanzen, lernen Sie an diesem Samstag. Damit steht der eigenen Ernte nichts entgegen. Damit es auch sonst in Ihrer Umgebung blüht, fertigen Sie mit der Kursleiterin noch "Samenkugeln" an.

Bitte mitbringen: Bitte Kleidung tragen, die dreckig werden darf, evtl. Gartenhandschuhe

10408 **25.04.20**

Sa, 10.00 - 12.00 Uhr

vhs, Burgstr. 21, Ulrike Lorenz
ab 5 Pers. 9,00 €

**Umwelt & Natur****Wiesmahdhänge Oberammergau - Eldorado für Blumen und Insekten**

Seit Jahrhunderten dienten die steilen Hänge am Aufacker wegen ihrer Ortsnähe der Heugewinnung. Eine Befahrung mit schweren Mistkarren schied aus, weswegen sich auf den ungedüngten Wiesen die Vielfalt der Magerrasen erhalten konnte. Die Wiederaufnahme der Mahd Mitte der 1980er Jahre auf 145 ha bietet einen Einblick in eine großflächige traditionelle Kulturlandschaft mit einer grandiosen Artenvielfalt, die in weiten Teilen Deutschlands bereits Geschichte ist. Die Tour endet an der 150 m über dem Tal gelegenen "Berggaststätte Romanshöhe" mit herrlichem Ausblick und Einkehrmöglichkeit.

Themen: Landschaftsgeschichte, Botanik, landwirtschaftliche Pflege, Naturschutzaspekte.

10406 **03.07.20**

Fr, 14.00 - 17.00 Uhr

Treffpunkt: vor Tourist-Info in Oberammergau,
Dr. Helmut Hermann, Biologe 9,00 €

Veranstaltungen der Regionalgruppe Garmisch-Partenkirchen/Weilheim-Schongau des Landesbundes für Vogelschutz in Bayern e.V. (LBV)

in Kooperation mit der vhs Garmisch-Partenkirchen.

Exkursion: Vogelstimmenwanderung an der Isar nach Wallgau
mit Joachim Zander

10402 **09.05.20**

Sa, 7.00 - 9.30 Uhr

Treffpunkt: Krün, Griesweg, Parkplatz am Wertstoffhof
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

Exkursion: Botanisch-naturkundlicher Abendspaziergang durch den Riedboden
mit Dr. Heiko Liebel

10403 **16.07.20**

Do, 18.00 - 20.30 Uhr

Treffpunkt: Mittenwald, Parkplatz Riedboden
am südl. Ortsende
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

Exkursion: Trockenlebensraum Rißbach
mit Dipl.-Biologe Michael Schödl, Gebietsbetreuer Obere Isar & Karwendel

10404 **24.07.20**

Fr, 15.00 - 17.30 Uhr

Treffpunkt: Vorderriß, Parkplatz Ortsende
Richtung Landesgrenze
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

**Klima****Unser Klima ändert sich - Theorien, Thesen und Fakten**

Dipl. Meteorologe und Klimawissenschaftler Dr. Richard Knoche beschäftigt sich in seinem Vortrag u.a. mit folgenden Fragen:

Ändert sich das Klima oder erleben wir nur extremes Wetter wie es immer mal wieder vorkommt?

Was sind die Ursachen, wer sind die Verursacher?

Womit müssen wir rechnen und was können wir noch tun?

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

In Zusammenarbeit mit der Lokalen Agenda 21 Garmisch-Partenkirchen e.V.

10407 **12.03.20**

Do, 19.00 - 20.15 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Dr. Richard Knoche,
Dipl. Meteorologe und Klimawissenschaftler
Eintritt frei, ohne Anmeldung

Vortrag: Wald der Zukunft - unser Wald im Klimawandel

Referent: Olaf Schmidt

Eine Kooperationsveranstaltung der Regionalgruppe des LBV, des Klimaschutzmanagers des Landratsamtes und der vhs Garmisch-Partenkirchen.

10410 **20.04.20**

Mo, 20.00 Uhr
Landratsamt, Olympiastr. 10,
Großer Sitzungssaal
Eintritt frei, ohne Anmeldung

Das Schneefernerhaus auf der Zugspitze

Zentrum für Höhen- und Klimaforschung in Bayern



© Stephanie Berger

Die Zugspitze als höchster Berg Deutschlands ist vielen Menschen bekannt. Die besondere Geschichte des Schneefernerhauses, unterhalb des Gipfels gelegen, schon weniger. Wir bieten Ihnen die Gelegen-

heit, die Umweltforschungsstation Schneefernerhaus bei einer Führung zu besuchen und kennen zu lernen. Diese internationale Forschungs- und Experimentierplattform steht ansonsten Forschergruppen und Studenten oder für Tagungen zur Verfügung. Hören Sie von der beeindruckenden Historie, lassen Sie sich über die vielfältigen Forschungsgebiete informieren und genießen Sie den herrlichen Ausblick über das Alpenpanorama. Ende der Veranstaltung gegen 12:00 Uhr auf dem Zugspitzplatt.

Die Kursgebühr beinhaltet Berg- und Talfahrt.
Bitte mitbringen: Sonnenbrille (UV-Schutz)

10400 **15.05.20**

Fr, 8.30 - 12.00 Uhr
Anmeldeschluss: 07.05.2020
Treffpunkt: Eibsee Zugspitzbahnhof
Zahnradbahn, Seefeldweg 1, Dr. Till Rehm
Schneefernerhaus
ab 15 Pers. 70,00 €

10401 **26.06.20**

Fr, 8.30 - 12.00 Uhr
Anmeldeschluss: 18.06.2020
Treffpunkt: Eibsee Zugspitzbahnhof
Zahnradbahn, Seefeldweg 1, Dr. Till Rehm
Schneefernerhaus
ab 15 Pers. 70,00 €

Heimatkunde & -geschichte**Römerstraßen in Südbayern**

Vortrag über die frühere Nutzung und den heutigen Zustand der römischen Straßen als Bodendenkmäler.

10104 **26.03.20**

Do, 19.00 - 20.30 Uhr
Oberammergau, Ettalerstr. 57e - Gemeinschaftshaus, Karl L. Wilhelm OstR i.R.
ab 7 Pers. 7,50 €



© Karl L. Wilhelm

Via Claudia Augusta

Wanderung zur Porta-Claudia in Scharnitz

Ist Ihnen auf der Fahrt nach Scharnitz der Mauerrest der Festungsanlage aus dem 18. Jahrhundert aufgefallen? Interessiert Sie, was dort damals geschah? Dann machen Sie sich mit mir auf Spurensuche.

Wir wandern von der Isarbrücke Scharnitz zur Porta-Claudia. Die Wanderung führt uns durch die "Teufelsküche" zum "Vorwerk" und von dort zu den höher gelegenen Teilen der Anlage.

Je höher wir hinaufkommen, desto besser ist die Anlage erhalten. Sie erfahren Wissenswertes über diese Festungsanlage und die geschichtlichen Hintergründe und Zusammenhänge der damaligen Zeit. Insgesamt ist es eine leichte Bergwanderung durch bewaldetes Gebiet, bei der eine kleine Brotzeit nicht fehlen darf.

Ein gültiger Personalausweis ist erforderlich, denn wir sind in Österreich!

Dauer: ca. 4,5 Std.

Bitte mitbringen: Passende Kleidung (Regenschutz, Schuhwerk), Brotzeit und Getränk

10103 **09.05.20**

Sa, 10.00 - 14.30 Uhr
Treffpunkt: Porta Claudia (Isarbrücke) vor Scharnitz, Christian Scheffler
ab 10 Pers. 10,00 €

elektro **G**
DRECHSLER **m**
H

Planung und Ausführung
aller Elektroinstallationsarbeiten

Olympiastrasse 3
82467 Garmisch-Partenkirchen



elektro-drechsler-gap@t-online.de
Tel. 0 88 21 / 55 0 73
Fax 0 88 21 / 57 5 98

**Heimatkunde & -geschichte****Stollenwanderung am Hohen Peißenberg**

Mit einem Kleinbus geht's nach Hohenpeißenberg. Bei einer Besichtigung des Hauptstollens erhalten Sie erste Einblicke ins Bergwerk. Dann wandern wir auf dem Stollenweg (Wegstrecke ca. 4 - 5 km) und erfahren Wissenswertes über den ehemaligen Bergbau am Hohen Peißenberg. Am Ende der Führung wird im Tiefstollen eine bergmännische Sprengung vorgeführt, anschließend stärken wir uns mit einem kleinen Imbiss.

In Kooperation mit der vhs Peißenberg.

Ermäßigte Gebühr für Kinder von 6 bis 14 Jahre: 9,00 €.

Bitte mitbringen: gutes Schuhwerk, warme Jacke, Stirn- oder Taschenlampe, falls vorhanden.

10901 **11.07.20**
Sa, 15.00 - 19.00 Uhr
Treffpunkt: Peißenberg, Tiefstollen 5,
Parkplatz, Thomas Weinfurter
ab 1 Pers. **19,00 €**

Führung auf die Skisprungschanze

Sie wollten immer schon mal "ganz oben" sein?

Mit uns haben Sie die Gelegenheit, exklusiv die Skisprungschanze zu besichtigen. Es erwartet Sie eine ca. 2-stündige Rundtour mit grandiosen Ausblicken auf Garmisch-Partenkirchen und die umliegende Bergwelt.

Nach einer Einführung in das Skispringen und dessen Geschichte im Stadion geht es am Aufsprunghügel entlang, vorbei am Weltcup-Slalomhang, in den Sprungrichterturm. Dort dürfen Sie einen Blick hinter die Kulissen werfen, welcher sonst nur den Sprungrichtern und Jurymitgliedern vorbehalten ist. Vom Fuße des Schanzenstisches aus erobern Sie den Sprungturm, hoch bis zum Schanzenkopf. Der Rückweg erfolgt im Inneren des Turms über die sog. "Himmelsleiter".

Da die Schanze zu Fuß erklommen wird (333 Stufen ab Schanzenstisch), werden feste Schuhe mit gutem Profil dringend empfohlen. Bei Unwetter (Gewitter oder starkem Wind) kann die Führung aus Sicherheitsgründen kurzfristig abgebrochen oder abgesagt werden.

Tipp:

Wer möchte, kann ab 10 Uhr auf eigene Faust die Dauerausstellung "Die Kehrseite der Medaille" zu den olympischen Winterspielen 1936 im Olympia Skistadion besichtigen.

Anmeldeschluss: 11.06.2020

10903 **19.06.20**
Fr, 14.30 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: GAP, Olympiaskistadion,
Eingang Ost (Tourist Info), Monika Maier
ab 8 Pers. **9,00 €**

Schwere Jungs in schnellen Bobs

Ein Besuch im Bob-Museum

Der ehemalige Bobsportler und Museumsleiter Wolfi Hostmann nimmt Sie mit auf eine Zeitreise in die Vergangenheit bis hin zu den Olympischen Winterspielen 1936.

Anhand anschaulicher und vielfältiger Zeitdokumente und Ausstellungsstücke erhalten Sie faszinierende Einblicke in einen Teil Sportgeschichte an der historischen Bobbahn in Garmisch-Partenkirchen.

In Kooperation mit der Bobabteilung des SC Riessersee

Anmeldeschluss: 10.07.2020

10105 **17.07.20**
Fr, 14.00 - 16.00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz am Riessersee, Rieß 5
(gebührenpflichtig), Wolf-Dieter Hostmann
ab 10 Pers. **3,50 €**

**Länderkunde & Reisen**

Sabine und Harald Wiltschek aus Mittenwald berichten von ihren persönlichen Erfahrungen und nehmen Sie mit ihrem Multimediavortrag mit auf die Reise nach:

São Tomé und Príncipe - ein vergessener Inseltraum

Diese kleinen Inseln bilden den zweitkleinsten Staat Afrikas im Golf von Guinea direkt am Äquator. Weltbesten Kakao, prachtvolle Herrenhäuser aus der Kolonialzeit, einsame Traumstrände und bizarre Berge, umrahmt von dichtem Dschungel im OBO-Nationalpark, der zu spannenden Wanderungen einlädt. Mit den Rädern unterwegs, können wir das entspannte Lebensgefühl der Inselbewohner, die meist vom Fischfang leben, besonders intensiv erfahren. Ein Miteinander von Arm und Reich in einem unbekanntem, exotischen Inselparadies.

10950 **30.04.20**
Do, 19.00 - 20.45 Uhr
ca. 15 Min. Pause
Oberammergau, Ettalerstr. 57e
Gemeinschaftshaus,
Harald und Sabine Wiltschek
ab 5 Pers. **7,50 €**
an der Abendkasse



© Sabine Wiltschek

**Länderkunde & Reisen****Auf Expedition mit einem Großsegler durch das Südpolarmeer**

Das Südpolarmeer zählt zu den rauesten Gewässern der Erde. Andreas Kreuz hat ein weiteres Mal auf einer Expeditionsreise das Südpolarmeer bereist, dieses Mal auf einem Großsegler, der 100 Jahre alten Dreimastbark "Europa".



Knapp 5500 Seemeilen und 53 Tage liegen vor den 50 Crewmitgliedern, um vom Kap Hoorn an der Südspitze Südamerikas bis zum Kap der guten Hoffnung an der Südspitze Afrikas zu segeln. Die Expedition führt nicht nur durch das ewige Eis der Antarktis, sondern auch vorbei am Tierparadies von Südgeorgien und der abgelegenen Inselgruppe Tristan da Cunha, die jedes Jahr nur von einer Handvoll Schiffe angesteuert wird.

Ein spannender Multimediavortrag mit Geschichten und Musik aus der Natur.

10902 **18.06.20**
Do, 19.00 - 20.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Andreas Kreuz
ab 7 Pers. **7,50 €**

Politik**Das George C. Marshall Center - Europäisches Zentrum für Sicherheitsstudien**

The George C. Marshall European Center for Security Studies

Diese deutsch-amerikanische Bildungseinrichtung in Garmisch-Partenkirchen, die unter der Trägerschaft der Vereinigten Staaten von Amerika und der Bundesrepublik Deutschland steht, ist seit seiner Gründung 1993 weltweit einzigartig und hat Modellcharakter.

Nach einer Einführung in die Arbeitsfelder und Arbeitsweise des Marshall Centers werden die einzelnen Ausbildungsprogramme erläutert. Eine Diskussion über die Herausforderungen heutiger Sicherheitspolitik kann sich anschließen. Die Führung ist nicht barrierefrei, es wird viel gelaufen.

Bitte melden Sie sich bei der vhs unter Nennung Ihrer Ausweisnummer, Ihrer Staatsangehörigkeit und Ihres Geburtsdatums an (diese Daten leiten wir vorab an das Marshall-Center weiter) und halten Sie Ihren Personalausweis zu Beginn der Führung bereit (Einlasskontrolle).

Bitte beachten Sie, dass das G.-C.-Marshall-Center von seinem Hausrecht Gebrauch machen und einzelnen Personen den Zutritt ohne Angaben von Gründen verweigern kann. Wir als Volkshochschule haben darauf leider keinen Einfluss.

Bitte mitbringen: Gültigen Personalausweis
Anmeldeschluss: 18.03.2020

10200 **27.03.20**
Fr, 15.0 - 17.00 Uhr
Marshall-Center, Gernackerstr. 2,
Mark Winkler Stabsfeldwebel
ab 10 Pers. **3,50 €**

Die NATO School in Oberammergau

Die NATO Schule Oberammergau wurde 1953 gegründet und liegt auf dem Gelände der ehemaligen Conrad-von Hötzendorf-Kaserne am Fuße des Laber. Bei einem Vortrag mit Führung erhalten Sie interessante Einblicke in dieses internationale Schulungs- und Ausbildungszentrum.

Anmeldung bei der vhs unter Nennung Ihrer Ausweisnummer und Staatsangehörigkeit. (Diese Daten leiten wir vorab an die NATO School weiter.) Bitte halten Sie am Tag der Führung Ihren Personalausweis bereit (Einlasskontrolle!).

Treffpunkt: Am Rainenbichl 54,
82487 Oberammergau, Eingang NATO Schule
Anmeldeschluss: 20.04.2020

10250 **28.04.20**
Di, 16.00 - 19.00 Uhr
Oberammergau, Nato-Schule,
Am Rainenbichl 54, Hauptmann R. Hoffmann,
Deutscher Leiter und Personaloffizier
ab 10 Pers. **3,50 €**

Recht**Haften Kinder für Ihre Eltern?**

Das Thema Elternunterhalt wird meist dann ein Thema, wenn die Eltern durch einen Pflegefall die Pflegekosten bzw. Teile hiervon nicht mehr aus dem eigenen Vermögen oder Einkommen bestreiten können. Zumeist tritt dann der Sozialhilfeträger an die Kinder heran und macht die Deckungslücke geltend. Der Referent stellt die Voraussetzungen dar, unter denen Unterhalt von den Kindern gefordert werden kann und erläutert die den Kindern zustehenden Freibeträge.

10301 **07.05.20**
Do, 19.00 - 21.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, John-P. Teifel, Rechtsanwalt
ab 7 Pers. **10,00 €**

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Niemand ist davor sicher, dass er nicht plötzlich oder im Verlaufe einer Erkrankung längere Zeit oder für immer seine Angelegenheiten nicht mehr selbst erledigen und Entscheidungen nicht oder nur noch eingeschränkt treffen kann. Diesem Problem stehen nicht nur ältere Menschen, die wegen Demenz oder anderen altersbedingten Krankheiten pflegebedürftig sind, gegenüber, sondern auch junge Menschen, beispielsweise wegen eines Unfalls oder einer schweren Krankheit. Wie für derartige Fälle richtig vorgesorgt werden sollte und die dafür zur Verfügung stehenden Möglichkeiten, wie Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung, werden im Vortrag erklärt.

10302 **28.05.20**
Do, 19.00 - 21.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Florian Enzensberger,
Rechtsanwalt
ab 7 Pers. **10,00 €**



Recht

Immobilien vererben oder verschenken

Immer mehr Personen befassen sich mit dem Thema Vermögensnachfolge. Oft stellt sich dann die Frage, ob Immobilien und andere Wertgegenstände erst beim Tod des jeweiligen Eigentümers durch Erbschaft oder bereits lebzeitig übertragen werden sollten. Viele wollen zudem mit "warmer Hand" übergeben. Der Dozent erläutert, welche Vor- und Nachteile bei einer lebzeitigen Übergabe von Immobilienvermögen bestehen und welches Steuersparpotential in solchen Gestaltungen stecken kann. Dabei geht der Dozent auch auf Themen wie Nießbrauch, Leibrente und Rückforderungsklauseln ein.

10350 **17.03.20**
Di, 19.00 - 21.00 Uhr
Oberammergau, Ettalerstr. 57e - Gemeinschaftshaus, Maximilian Maar, Rechtsanwalt ab 7 Pers. 10,00 €

Religion

Führung durch die Ohel-Jakob-Synagoge in München

Israelitische Kulturgemeinde

Am 9.11.2006 wurde in München die neue Hauptsynagoge feierlich eröffnet. Dieser Tag wurde ganz bewusst gewählt, der für die "Verbindung von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft stehen solle." Die Synagoge ist mit dem angegliederten jüdischen Kulturzentrum, einer Schule und einem Kindergarten sowie dem jüdischen Museum der größte jüdische Neubau in Europa nach dem Zweiten Weltkrieg. Sie werden auch den "Gang der Erinnerung" sehen.

Eigene Anreise. Die Kursgebühr beinhaltet den Eintritt; die Kosten für die Anfahrt nach München (evtl. Bayern-Ticket) kommen noch hinzu.

In Kooperation mit der vhs Penzberg
Anmeldeschluss: 17.03.2020

10803 **29.03.20**
So, 15.30 - 17.15 Uhr
Treffpunkt um 15:30 Uhr,
Beginn der Führung um 16:00 Uhr
München: Eingang Jüdisches Gemeindezentrum, St.-Jakobs-Platz 18
ab 1 Pers. 15,00 €

Denksport & Gedächtnis

Schach für (Wieder-)Einsteiger

Sie möchten sich gerne mit dem "königlichen Spiel" vertraut machen, hatten aber bisher nie Zeit oder Gelegenheit dazu? Sie kennen eventuell bereits alle Figuren mit ihren Gangarten, aber für eine Partie Schach hat es nie gereicht? Oder Sie wissen noch gar nicht, wie Schach funktioniert, haben aber gehört, dass es ein tolles Spiel ist?

An diesem Abend können Sie ganz unverbindlich in die Welt des Schachs hineinschnuppern. Die Gangarten der Figuren und die Spielregeln werden erklärt. Wiedereinsteiger können sich mit ersten taktischen und strategischen Zügen vertraut machen.

Schach ist nicht nur ein faszinierendes Spiel, sondern auch ein hervorragendes Gedächtnistraining. Konzentrationsvermögen, logisches Denken und mentale Ausdauer werden besonders gefördert.

In Zusammenarbeit mit dem Schachclub Mittenwald

10060 **19.03.20**
Do, 19.00 - 21.30 Uhr
Mittenwald Bürgerhaus, Am Anger 2,
Seniorenraum EG links,
Dr. Siegfried Kittmann
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

OBERAMMERGAU

Schneller lernen, besser behalten!

Lernen gehört einfach zum Leben dazu. In der Schule müssen sich Kinder und Jugendliche sehr viel Neues merken, doch auch Erwachsene jeden Alters sind im Beruf und im Privatleben auf ein gutes Gedächtnis angewiesen. Ich erkläre in diesem Vortrag, wie Sie (und Ihre Kinder!) sich neue Informationen und trockenen Lernstoff mit ein paar Tricks spielend leicht merken können, wie sie Zahlen wie z. B. PIN-Nummern bestimmt nicht mehr vergessen und wie Sie Ihrem Namensgedächtnis auf die Sprünge helfen können. Dabei haben wir genug Zeit, das Gelernte an ein paar Beispielen zu üben. Es lohnt sich, effizient zu lernen, denn effizientes Lernen bedeutet mehr Freizeit für Sie bzw. Ihr Kind!

10650 **10.03.20**
Di, 19.00 - 20.30 Uhr
Oberammergau, Ettalerstr. 57e - Gemeinschaftshaus, Sonja Vonk ab 5 Pers. 9,00 €



Sonja Vonk

Dialog und Begegnung

Sinn und Orientierung

Seniorenbildung Eltern- und Familienbildung

Gesellschaft und Leben

Heimat- und Gesundheitsbildung

Pilgern und Bergspiritualität

KBW GAP

Katholisches Kreisbildungswerk
Garmisch-Partenkirchen e.V.Holen Sie sich jetzt
unser neues Programm
September 2019 - Januar 2020

Dompfaffstr. 1 · 82467 Garmisch-Partenkirchen · Tel. 08821/58501 · www.kreisbildungswerk-gap.de

**Medienwelt****Zu Gast beim Bayerischen Rundfunk (Funkhaus München)**

Die BR-Zentrale steht im Herzen Münchens. Der Intendant, die Direktorin, Direktoren sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus unterschiedlichen Bereichen wie Hörfunk, Multimedia, Marketing, Pressestelle, Technik, Verwaltung und Recht haben dort ihren Sitz. Im Funkhaus produzieren die Redaktionen das Programm für Bayern 1, Bayern 2, Bayern 3, BR-Klassik, B5 aktuell und die digitalen Radioangebote. Die Tour geht durch die Produktions- und Sendebereiche.

In Kooperation mit der vhs Penzberg
Anmeldeschluss: 30.04.2020

11103

Sa, 10.30 - 12.30 Uhr
Treffpunkt: Bayerischer Rundfunk,
Rundfunkplatz 1, 80335 München
ab 1 Pers.

23.05.20

5,00 €

**FrauenInteressen****Garmisch-Partenkirchener Frauenwochen**

Rund um den Weltfrauentag am 8. März 2020 und danach bietet die Gleichstellungsstelle des Landratsamtes in Zusammenarbeit mit verschiedenen Kooperationspartnern Veranstaltungen an, die besonders Frauen interessieren könnten.

Bitte beachten Sie dazu den Flyer der Garmisch-Partenkirchener Frauenwochen, der in der vhs und bei allen weiteren Kooperationspartnern aufliegt.

Auch die vhs Garmisch-Partenkirchen beteiligt sich wieder mit folgenden Angeboten:

- Kulinarische Lesung „Haupt- oder Nebenrolle?“ mit Patricia Küll, s. S. 24
- Koch-Workshop mit Anschi Hacklinger, s. S. 40
- Tipps und Hilfen für den beruflichen Wiedereinstieg mit Maria Vogl, s. S. 91

**Verbraucherbildung online**

In Kooperation mit einem Stützpunkt für Verbraucherbildung in Bayern, der Volkshochschule SüdOst im Landkreis München, bieten wir Ihnen eine Reihe von gebührenfreien Veranstaltungen an, die sich insbesondere mit aktuellen Themen der digitalen Welt befassen. Termine und Themen der Livestreams bzw. Webinare, s. S. 89

**KULTUR****Literatur & Lesungen****Kohlhaas trifft Leutnant Gustl an der Currywurstbude**

Ein Nachruf auf die Novelle?

In diesem Sommersemester soll ein selten gewordener Gast am Büchertisch im Mittelpunkt unserer Betrachtungen stehen: die Novelle. Während der Renaissance im sonnigen Süden geboren, machte sie sich schon bald auf den Weg über die Alpen, wo sie sich besonders in den letzten beiden Jahrhunderten bei schreibenden wie lesenden Menschen gleichermaßen großer Beliebtheit erfreute. War es anfangs wohl die, nach Goethe, unerhörte Begebenheit, die das Lesepublikum faszinierte, so wurde es im weiteren Verlauf die eingängliche Darstellung problematischer Charaktere samt ihren seelischen Nöten, die Leser europaweit zur Novelle greifen ließen. Die Tatsache, dass man die Novelle aufgrund ihrer Kürze in der Regel in einem Zug lesen kann, mag zu ihrem Erfolg beigetragen haben, wobei die relativ strenge Form (z. B. im Vergleich zur Kurzgeschichte) durchaus Anforderungen an Schreib- und Lesekunst stellt.

Novellen sind also kurz, und fokussieren, sorgfältig durchkomponiert, die Probleme modernen Lebens - wie lässt sich dann erklären, dass man kaum noch welche findet? Ist sie etwa - tot? Kennt die Antwort nur der Wind, oder werden wir am Ende des Kurses mehr wissen? Warten wir's ab ...

Im Kurs gehen wir zu Beginn kurz auf die Anfänge in Italien (Boccaccio) und Spanien (Cervantes) ein, bevor wir dann schwerpunktmäßig Novellen deutschsprachiger Autoren genauer betrachten wollen, inklusive der jeweiligen Theorien zur Novelle. Selbstverständlich sind die Teilnehmer*innen herzlich eingeladen, Textvorschläge zu machen, gerne auch aus den Literaturen anderer Länder. Die untenstehende Liste versteht sich, wie immer, als Liste von Vorschlägen. Sie wird nicht vollständig abgearbeitet werden, vielmehr werden wir uns im Kursgespräch auf die zu besprechenden Texte jeweils im Voraus einigen. Für die erste Sitzung wäre es schön, wenn die Teilnehmer*innen die Falkennovelle (Decamerone, fünfter Tag, neunte Novelle) von Giovanni Boccaccio, sowie Michael Kohlhaas von Heinrich von Kleist gelesen hätten.

Übrigens: Novellen sind ideale Lektüre für Reise, Schwimmbad, Straßencafé etc.: Sie tragen kaum auf und lesen sich in einem Rutsch, wahrlich unerhört!

20101

Mi, 15 Termine, 10.30 - 12.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Thomas Wipfelder M. A.
ab 8 Pers.

ab 04.03.20

85,00 €

Literaturliste s. nächste Seite

**Literatur & Lesungen**

Boccaccio, Decamerone
 Cervantes, Novelas Ejemplares
 Heinrich von Kleist, Das Erdbeben in Chili
 Michael Kohlhaas
 Goethe, Novelle
 Jeremias Gotthelf, Die schwarze Spinne
 Gottfried Keller, Kleider machen Leute
 Romeo und Julia auf dem Dorfe
 Theodor Fontane, Unterm Birnbaum
 Gerhart Hauptmann, Bahnwärter Thiel
 Theodor Storm, Der Schimmelreiter
 Arthur Schnitzler, Leutnant Gustl
 Traumnovelle
 Thomas Mann, Tod in Venedig
 Mario und der Zauberer
 Jakob Wassermann, Das Gold von Caxamalca
 Stefan Zweig, Schachnovelle
 Günter Grass, Katz und Maus
 Im Krebsgang
 Patrick Süskind, Die Taube
 Patrick Roth, Riverside. Christusnovelle
 Uwe Timm, Die Entdeckung der Currywurst

Kulinarische Vortragslesung: Hauptrolle oder Nebenrolle?

Übernehmen Sie die Regie in Ihrem Leben - mit der Autorin Patricia Küll

Wo ist sie nur hin - die Lebensfreude? Irgendwie ist sie irgendwann abhandengekommen. Dabei läuft doch eigentlich alles ganz gut - im Job, in der Familie, im Freundeskreis. Eigentlich gibt es wenig Grund zum Jammern. Eigentlich. Aber in einer ruhigen Minute merkt man, dass Vieles im Leben mehr Last als Lust ist. An diesem Punkt im Leben gehen manche gewaltigen Schritte: lassen sich scheiden, kündigen den Job, geben die Kinder zur Adoption frei. Doch es geht auch anders. Wie kann man sich in kleinen alltagstauglichen Schritten die Lebensfreude zurückholen und wie geht man mit grauen Tagen um? Die bekannte Autorin, TV-Moderatorin und Coach Patricia Küll gibt Impulse für ein gelingendes Leben, getreu ihrem Motto: Selbst.Bewusst.Leben.

Zwischen den Leseпаusen wird Ihnen ein köstliches 3-Gänge-Menü serviert.

In Kooperation mit dem Hotel am Badersee und der Buchhandlung Adam

Bitte beachten Sie: Umtausch oder Rückerstattung ausgeschlossen!

20000 **08.03.20**

So, 17.30 - 20.30 Uhr, Einlass ab 17.00 Uhr
 Grainau, Hotel am Badersee, Patricia Küll
 inkl. 3-Gänge-Menü, exkl. Getränke 59,00 €



Patricia Küll

Literaturprogramm

Das STADTKULTUR Netzwerk Bayerischer Städte e.V. veranstaltet vom 16.03. bis 05.04.2020 in Zusammenarbeit mit mehreren Städten und Gemeinden in Bayern ein Literaturprogramm mit dem Titel „Der Tod ist groß“ (Rilke). Geboten werden Lesungen und Diskussionen mit geladenen Autor*innen.



Die Beiträge in Garmisch-Partenkirchen im März und April 2020:

Der Tote im Sauerkrautfass

Wie der Tod im Krimi gestaltet wird - Lesung und Gespräch von und mit der Autorin Veronika Rusch. Musikalisch begleitet von Florian Ritter und moderiert von Albert Siepe

Der Mörder ist zwar nicht immer der Gärtner, aber die Suche nach ihm und seinen Beweggründen macht letztlich die besondere Spannung eines Krimis aus. In der Veranstaltung "Der Tote im Sauerkrautfass" haben Sie die Chance, von einer professionellen Autorin Hintergründe und Vorgehensweisen zur kriminal-literarischen Gestaltung des Todes und der diversen Todesarten sozusagen aus erster Hand zu erfahren. Veronika Rusch stellt in einer Text-Collage unterschiedliche Todesarten und Todeshergänge aus ihren Büchern vor. Musikalisch begleitet wird sie dabei vom Gitarristen Florian Ritter.

Im Anschluss findet ein moderiertes Gespräch mit der Autorin zur literarischen Gestaltung von Tod und Sterben im Krimi statt. Hieran kann sich das Publikum natürlich beteiligen.

Diese Veranstaltung richtet sich an Leserinnen und Leser jeden Alters - nicht nur an die ausgewiesenen Krimi-Füchse!

20001 **19.03.20**

Do, 20.00 - 22.00 Uhr
 Kongresshaus Bühne U1, Eingang Richard-Strauss-Platz 1
 Eintritt frei



Veronika Rusch

W. RICHTER
 OBERAMMERGAU



Wir bedanken uns bei der VHS für die gute Zusammenarbeit

Unsere Reiseprogramme erhalten Sie in unserem Büro
 Wolfengasse 2, 82487 Oberammergau, unter Tel. 0 88 22 - 94 2 94
 oder im Internet unter www.w-richter.com

Literatur & Lesungen

"Opa wohnt jetzt woanders"

Dem Thema Tod sind in der Kinder- und Jugendliteratur unzählige Veröffentlichungen gewidmet - sei es der Tod eines Freundes oder Verwandten, sei es der Tod eines Kindes oder Jugendlichen. Wie verarbeiten Kinder und Jugendliche den Tod eines Angehörigen oder eines Freundes? Und wie empfinden ein Kind oder Jugendlicher, wenn es ums eigene Sterben geht?

Christine Hauke-Dreesen führt zunächst in die Thematik ein, und lädt dann drei Experten - eine Theologin, eine Frühpädagogin und einen Mediziner - dazu ein, ihr jeweils ausgewähltes Buch vorzustellen. Dabei wird auch Gelegenheit für das Publikum sein, eigene Fragen zu stellen.

Diese Veranstaltung richtet sich speziell an junge Erwachsene, Eltern, Großeltern, Erzieher und Lehrer.

Leitung: Literaturpädagogin Christine Hauke-Dreesen mit Ulrike Wilhelm (PfarrerIn), Petra Röger (KJE, Leiterin Integrationskindergarten), Dr. med. Rolf Morhart (ehem. Chefarzt der Kinderklinik)

20002 **26.03.20**
Do, 20.00 - 22.00 Uhr
Richard-Strauss-Institut, Schnitzschulstr. 19
Eintritt frei



Oliver Pötzsch

Seelen im Teich

Was macht der Tod mit uns? - Ein literarisch-psychologischer Dialog

Tod und Sterben lösen bei uns Menschen vielfältige Reaktionen und Gefühle aus. So universal dabei Gefühle wie Verzweiflung, Wut, Trauer, Ohnmacht, mitunter auch Selbsthass und Schuldgefühle sind, so divers zeigten sich Jenseitsvorstellungen in Deutschland in den vergangenen zweitausend Jahren.

Die Autorin Birgit Jaeckel stellt ausgewählte Textpassagen zum Thema Tod und Sterben aus ihren Veröffentlichungen vor. Diese Texte werden jeweils von der Soziologin Heide Henkel unter psychologisch-therapeutischen Gesichtspunkten kommentiert und im Dialog mit der Autorin diskutiert. In diesen Dialog soll das Publikum einbezogen werden.

Diese Veranstaltung richtet sich an alle literarisch-psychologisch interessierten Menschen.

Birgit Jaeckel, Autorin ("Die Druidin", "Das Erbe der Rauhnacht" u.a.) und Heide Henkel, Diplom-Soziologin, Heilpraktikerin für Psychotherapie

20003 **02.04.20**
Do, 20.00 - 22.00 Uhr
Richard-Strauss-Institut, Schnitzschulstr. 19
Eintritt frei



Birgit Jaeckel



Heide Henkel

© Christian Waldegger

Theaterfahrt

Theaterfahrten ins Tiroler Landestheater Innsbruck

Der vhs-Theaterbus ist derzeit ausgebucht. Vielen Dank für Ihre Treue!

Interessenten nehmen wir gerne auf unsere Warteliste auf.

Ihre Ansprechpartnerin: Ines Schlegel,
Tel. 08821/9590-50

Kultur vor Ort



Ein Blick hinter die Kulissen der Kulturangebote in Garmisch-Partenkirchen

Eine Veranstaltungsreihe in Zusammenarbeit mit der Orga-Gruppe Kulturschaffende, dem Kath. Kreisbildungswerk und der vhs Garmisch-Partenkirchen, unterstützt vom Markt Garmisch-Partenkirchen

Kultur vor Ort: Bildung als kirchlicher Auftrag

Erwachsenenbildung heißt für uns Dialog und Begegnung. Wir bieten Ihnen Einblicke in die Arbeit unseres Bildungswerks und in die Themenvielfalt unserer Angebote.

20010 **09.03.20**
Mo, 18.30 - 20.00 Uhr
Kath. Kreisbildungswerk, Dompfaffstr. 1
Benjamin Schwarz, Geschäftsführer
Eintritt frei, ohne Anmeldung

Kultur vor Ort: Bergschafe - ein Kulturgut

Die Bergschafhaltung hat im bayerischen Alpenraum eine lange Tradition und ist bereits im frühen Mittelalter belegt. Sie ist ein Kulturgut, das nicht nur dazu beiträgt, seltene Nutztierassen, sondern auch artenreiche Lebensräume zu erhalten. Die Förderung derartiger Wirtschaftsweisen trägt zu einem nachhaltigen Lebensstil bei. Ein Landwirt wird uns Hintergründe über die Bergschafhaltung im Werdenfelser Land erläutern.

Treffpunkt: Stadl am Reschbergweg (von der Martinswinkelstraße kommend in den Reschbergweg einbiegen, dort der erste Stadl links)

20011 **27.04.20**
Mo, 18.30 - 20.00 Uhr
GAP, Joseph Grasegger, Bio-Bergbauer aus Garmisch-Partenkirchen
Eintritt frei, ohne Anmeldung

Tanzen

Gesellschaftstanz 50plus

Tänze bunt gemischt, ein Seniorentanzprogramm für junggebliebene Anfänger und Fortgeschrittene. Tanzen zu Standard- und Latein-Musik ist Balsam für die Seele und hält Körper und Geist in Bewegung und die Unterhaltung kommt in dieser Gruppe auch nicht zu kurz. Bitte nur paarweise anmelden.

20501 **ab 04.03.20**
Mi, 15 Termine, 17.00 - 19.00 Uhr
Burggrain, Grundschule - Burgfeldstr. 27
Werner Adam
ab 10 Pers. **30,00 €**



Tanzkreis Werdenfels
Interessengemeinschaft
Vom langsamen Walzer zum Cha-cha-cha
Tanzkurse für Anfänger und Fortgeschrittene
Tanzkreis und Übungsabende
Info: Tel. 08821-73785 email: tanzkreis-werdenfels@web.de
www.tanzkreis-werdenfels.de

**Tanzen****Faszination American Tapdance - Klacks für den Groove****Steptanz für Jugendliche und Erwachsene**

Wenn die Füße Musik machen, dann ist Steptanz angesagt. Die berühmten "Platten" an den Schuhen - sie erstaunen und verzaubern. Steptanz ist eine eigenständige Bühnentanzform, die im 19. Jahrhundert entstanden ist. Seitdem hat sich diese Tanzart unaufhörlich weiterentwickelt, natürlich geprägt durch die Musik der jeweiligen Zeit. Auch Michael Jackson war ein begeisterter Tapdancer, selbst sein legendärer "Moonwalk" hat dort seine Wurzeln. Steptanz ist die optimale Verbindung von Rhythmus und Dynamik. Seine Einzigartigkeit besteht darin, dass Tänzer zu Musikern werden, denn man bewegt sich nicht nur zur Musik, sondern erzeugt selbst Klänge und Rhythmen. Es ist ein völlig anderes Tanzgefühl.

Die Vielfalt an Rhythmen, Schrittkombinationen und Bewegungen zu Musik verschiedenster Stilrichtungen bietet großen Spielraum und schult gleichermaßen Koordination, Musikalität und ist bestes Gehirnjogging. Gleichzeitig steigert Steptanz die Ausdauer, Gelenkigkeit, erhält gesund, leistungsfähig und wirkt u. a. auch Venenleiden und Osteoporose entgegen.



Wir gratulieren Frau Krüger-Werner recht herzlich zu 20 Jahren Kursleitertätigkeit an unserer vhs!

Tapdance für Teilnehmer/innen mit Basics – am Vormittag

Der Kurs richtet sich an alle den Spaß an Tanz, Rhythmik und verschiedenster Musik haben. Auch Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen. Steptanz wird allen gerecht, denn die Möglichkeiten sind unendlich und dem Alter werden keine Grenzen gesetzt. Im Gegenteil, die Sinne werden wach - ein wahrer Genuss!

Bitte mitbringen: Stepschuhe, bequeme Sportkleidung, Getränk

20504 ab **02.03.20**
Mo, 15 Termine, 10.30 - 11.30 Uhr
GAP, Tanzschule DanCity, Amselstr. 1
Claudia Krüger-Werner
ab 5 Pers. 85,00 €

Tapdance für Teilnehmer/innen mit Basics – am Abend

Im Kurs werden die Grundkenntnisse weiter ausgebaut. Geeignet auch für Wiedereinsteiger mit geringen Vorkenntnissen. Absolut wichtig und im Vordergrund steht dabei stets die Freude an der Bewegung bei unterschiedlichster Musik. So wird nicht rein Technik vermittelt, sondern wir studieren einen flotten Tanz ein!

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Stepschuhe, Getränk + Spaß und Lust auf Bewegung!

20506 ab **05.03.20**
Do, 15 Termine, 18.00 - 19.00 Uhr
Burgrain, Grundschule - Burgfeldstr. 27
Claudia Krüger-Werner
ab 5 Pers. 85,00 €

Tapdance für Fortgeschrittene

Stetig wandelnde Schrittkombinationen und anregende Choreografien, ob Rhythm-, Latin-, Swing-Showtap oder A Capella. Ein Ausgleich zum Alltag - für 1 Stunde alle anderen Gedanken abschalten und sich anschließend super gut fühlen. Nichts macht mehr Spaß, als wenn der Rhythmus stimmt! Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen.

Bitte mitbringen: Stepschuhe, bequeme Sportkleidung, Getränk

20505 ab **04.03.20**
Mi, 15 Termine, 19.00 - 20.00 Uhr
GAP, Tanzschule DanCity, Amselstr. 1
Claudia Krüger-Werner
ab 5 Pers. 85,00 €

Orientalischer Tanz für Anfänger und Fortgeschrittene

Freude an der Schönheit der Bewegungen, an der orientalischen Musik und am gemeinsamen Tanzen mit Frauen. Bauchtanz in Verbindung mit vorbereitenden und begleitenden Übungen (z. T. aus dem Yoga) entspannt, harmonisiert und kräftigt den Körper, er regt die Sinne und das Körperbewusstsein an. Jede Frau kann bauchtanzen!

20507 ab **02.03.20**
Mo, 12 Termine, 17.30 - 18.45 Uhr
Burgrain, Grundschule - Burgfeldstr. 27,
Rosemarie Merker
ab 6 Pers. 89,00 €

Line Dance für Fortgeschrittene

Sie tanzen gerne, es fehlt aber an Gelegenheiten oder am Partner/an der Partnerin? Dann ist Line Dance das Richtige für Sie! Hier tanzt jeder für sich und doch in der Gruppe gemeinsam.

Wir tanzen in sog. "Lines" (Reihen) neben- und hintereinander und üben abwechslungsreiche Choreografien ein, die alle Rhythmen wie Foxtrott, Rock'n'Roll, Cha-Cha, Rumba, Mambo, Countrystyle oder Pop aufgreifen. Wussten Sie, dass diese Choreografien sogar weltweit einheitlich sind?

Tanzen macht beweglich und unsere Schrittfolgen halten auch geistig fit!

Quereinsteiger sind herzlich willkommen, tänzerische Kenntnisse sind jedoch erforderlich. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schuhe mit glatten, hellen Sohlen oder Gymnastikschuhe, Getränk.

20509 ab **05.03.20**
Do, 12 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Bärbll Vollmer
ab 9 Pers. 67,00 €

***In den besten Händen!***

Für Liebhaberstücke mit Geschichte:
Neue Polster von Ihrem Raumausstatter

BAUMGÄRTNER
RAUMAUSSTATTERMEISTERBETRIEB

Mühlstraße 14 | 82496 Oberau
Telefon (0 88 24) 2 40
www.baumgärtner-raumausstattung.de

**Latino Linedance**

Ein Tanzspaß zu Latino-Rhythmen wie Samba, Cha-Cha-Cha, Rumba, Paso Doble und Jive. Diese Rhythmen vermitteln pure Lebensfreude.

Wenn Sie gerne tanzen, doch der geeignete Tanzpartner fehlt, werden Sie hier eine tolle Alternative finden. Tanzen in der Gruppe macht gute Laune und hat einen enormen Fitnesscharakter: Koordination, Konzentration und Körpergefühl werden gefördert. Der Kurs ist für alle Altersgruppen sowie für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

20510 ab **03.03.20**

Di, 10 Termine, 18.00 - 19.00 Uhr
Burggrain, Grundschule - Burgfeldstr. 27,
Tanja Geulen
ab 6 Pers.

75,00 €

Singen**Workshop - Entdecke Deine Singstimme**

Freuen Sie sich darauf, Ihre Stimme und somit sich selbst ein Stückchen weiter kennen zu lernen und auszuprobieren, in der Gruppe und trotzdem ganz individuell. Zum Singen gehört der ganze Körper und diesen wollen wir mit verschiedensten Körperübungen mit einbeziehen, um Sie zum Klingen zu bringen. Vorkenntnisse/Vorerfahrungen sind nicht nötig.

21300 **07.03.20**

Sa, 9.00 - 12.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Elisabeth Heck
ab 5 Pers.

15,00 €

Dozentenportrait**Elisabeth Heck**

Gebürtig komme ich aus Herzogenaurach in Mittelfranken. Dort bin ich im Kinder- und Jugendchor und im Orchester (Posaune/Euphonium) groß geworden. Mein erster Beruf als Chemielaborantin hat mich nach Norddeutschland verschlagen, der Musik bin ich aber weiterhin treu geblieben.

Durch die Ausbildung zur staatlich geprüften Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin bin ich nun auf die Themen Stimme und Atmung spezialisiert. An meiner Arbeit begeistert mich, Menschen durch ihre Atmung zu einer physiologischen Stimmgebung zu begleiten, Stimmen weiter zu entwickeln und Wechselwirkungen erleben zu lassen, die zu einem ganzheitlichen Menschenbild gehören.

Fotografieren**Fotografieren mit dem Smartphone**

Das Smartphone ersetzt immer mehr den klassischen Fotoapparat. Doch wie macht man mit einfachen Mitteln richtig gute Fotos? Egal, mit welchem Smartphone Sie fotografieren, in diesem Seminar erfahren Sie, was gute Smartphone-Fotografie ausmacht, welche Apps Sie wirklich brauchen und wie Sie die Bilder direkt auf dem Phone oder einem Tablet bearbeiten.

Der theoretische Teil umfasst ca. 1 Stunde, den Rest lernen Sie vor Ort in der freien Natur. Bitte auf entsprechende Kleidung achten.

21100 **27.03.20**

Fr, 14.00 - 16.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Andreas Müller
ab 5 Pers.

18,00 €

Sommer am Eibsee - eine Fotowanderung

Der Eibsee bietet Hobbyfotografen oder solchen, die es werden wollen die perfekte Kulisse.

Fangen Sie gemeinsam mit dem Fotografen Andreas Müller die schönsten Motive des Frühsommers mit der Kamera ein.

Ein geübter Umgang mit der eigenen Kamera ist von Vorteil, weitere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Kursleiter aus Farchant steht Ihnen in allen Themen wie Bildgestaltung und Technik mit Rat und Tat zur Seite.

Bitte achten Sie auf geeignete Kleidung und festes Schuhwerk.

Ausweichtermin bei schlechtem Wetter:
26.06.2020

Bitte mitbringen: Fotokamera; Stativ und Fernauslöser, wenn vorhanden; ggf. Handykamera (Einsatz mit Einschränkungen möglich), Brotzeit

Bitte achten Sie auf geeignete Kleidung

21103 **19.06.20**

Fr, 14.00 - 18.00 Uhr
Kassenhäuschen am Eibseeparkplatz
Andreas Müller
ab 7 Pers.

32,00 €

IHR MEISTERBETRIEB FÜR ALLE GESTALTUNGSFRAGEN

malt spritzt tapeziert MEISTERBETRIEB **pannke** **schriften digital- & siebdruck**
COLORIO GMBH

Garmisch-Partenkirchen · Amselstraße 7 · pannke-colorio@t-online.de · Tel: 0 88 21/555 63 · Fax: 0 88 21/734 68

**Malen & Zeichnen****Einstieg in das Zeichnen**

Möchten Sie wissen, ob Ihnen das Zeichnen als künstlerische Tätigkeit Freude bereitet? Sie können es einfach ausprobieren! Zeichnen lernen kann man schneller, als man glaubt. Wir beginnen wie die alten Meister und zeichnen mit Kohle und Bleistift. Alles, was Sie mitbringen sollen, ist Zeichenpapier in guter Qualität in der Größe DIN A2.

20700 ab **04.03.20**
Mi, 5 Termine, 18.00 - 20.30 Uhr
14-tägig
vhs, Burgst. 21, Heinz Wrona
ab 5 Pers. 85,00 €

Die Kunst des Figürlichen Zeichnens - das Porträt und der Akt

Die verschiedensten Techniken der Zeichnung wie Bleistift, Kohle, Kreide, Rötel, Pastell und die Federzeichnung kommen in diesem Kurs zur Anwendung und wir vollziehen den Schritt zur Malerei. (Aquarell, Acryl, Gouache und Öl) Die Themen Anatomie, Proportionen, Messen, Licht/Schatten und die Komposition sind Schwerpunkte des Kurses, wobei wir uns an den großen Künstlern der Vergangenheit orientieren. Richtig zu sehen, das Gesehene aber auch umzusetzen in eine Zeichnung, ist das Ziel in diesem Kurs. Wenn Sie sich bisher schon mit dem figürlichen Zeichnen oder der Malerei beschäftigt haben, dann wird Ihnen der Einstieg in diesen Kurs leichtfallen und sehr viel Freude bereiten.

20701 ab **03.03.20**
Di, 10 Termine, 9.00 - 11.30 Uhr
vhs, Burgst. 21, Heinz Wrona
ab 8 Pers. 110,00 €

Intensivkurs für Zeichnen und Malerei

Wir beginnen am Anfang mit der Zeichnung in den Techniken Bleistift, Kohle, Kreide, Rötel, Pastell, Tusche und Feder. Die Bereiche Landschaft, Still-Leben, Akt, Figur und Portrait werden unsere gemeinschaftlichen Themen sein. Bevor die großen Meister mit einem Gemälde begannen, zeichneten und malten sie mehrere Skizzen und Entwürfe. So arbeiten die Künstler auch heute noch. In unserem Kurs gehen wir genau diesen Weg. Aus interessanten und gelungenen Zeichnungen entwickeln wir das farbige Bild. Da Ziel ist es, die künstlerischen Techniken zu beherrschen und das Geheimnis der Farbe zu ergründen. Wenn Sie sich bisher mit der Zeichnung und der Malerei schon beschäftigt haben, dann wird Ihnen der Einstieg in diesen Kurs leichtfallen und viel Freude bereiten.

20702 ab **02.03.20**
Mo, 10 Termine, 18.00 - 20.30 Uhr
vhs, Burgst. 21, Heinz Wrona
ab 8 Pers. 110,00 €

Linie, Punkt, Perspektive und Volumen - Zeichnen und Malen von Anfang an

Die akademische Malerin Valentina Samus nimmt Sie mit in die Welt des Malens und Zeichnens. Im Laufe der Zeit lernen Sie verschiedene Techniken kennen. Beginnend mit einer Bleistiftzeichnung erkunden Sie Linien und Räume, etwas später folgen Licht und Schatten. Mit Acrylfarben kommen dann Farben und Formen hinzu.

Bitte mitbringen: DIN A3 Skizzenblock ab 190g/qm, Bleistift Härtegrad 2-3, Radiergummi, Spitzer

20703 ab **05.03.20**
Do, 10 Termine, 18.00 - 20.30 Uhr
vhs, Burgst. 21, Valentina Samus
ab 8 Pers. 110,00 €

Farbe, Paste, freies Malen

Malen aus dem Bauch heraus - spielen und experimentieren mit Farben und Pasten: Genießen Sie es, in entspannter Atmosphäre Zufällen Raum zu geben. Mit unterschiedlichen Spachtelmassen modellieren Sie dreidimensionale Oberflächen. Diesen Formen verleihen leuchtende Farben dann eine spannende Tiefenwirkung.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Die Spachtelmassen in verschiedenen Strukturen (fein, grob, glänzend und perlend) werden von der Kursleiterin mitgebracht und können nach Lust und Laune ausprobiert werden. Die Kosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Acrylfarben, Pinsel, Leinwände und passende Kleidung

20704 ab **06.03.20**
Fr, 4 Termine, 17.00 - 19.00 Uhr
vhs, Burgst. 21, Andrea Eiselt
ab 5 Pers. 42,00 €



Valentina Samus

Malen wie Bob Ross®

"Kunst ist für alle da - nicht nur für einige Ausgewählte", meinte Bob Ross. Und auch Sie sind herzlich eingeladen, Ihre kreative Phantasie in die Tat umzusetzen. Nach einer Vorlage von Bob Ross wird ein Ölbild der Größe 40 x 50 cm gemalt. Schritt für Schritt erlernen Sie die Grundlagen und Anwendungsmöglichkeiten der Nass-in-Nass-Technik®. Hierbei sind weder Vorkenntnisse noch Malpraxis erforderlich.

Nach dem Kurs nimmt jeder Teilnehmende mit Stolz sein eigenes beeindruckendes Gemälde mit nach Hause. Alle notwendigen Materialien sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Malkittel, bequeme Schuhe, Brotzeit, Getränk.



Motiv: Stormy Seas
20706 ab **18.07.20**
Sa, 10.00 - 17.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Luzia Wayandt-Nemet
ab 5 Pers. 83,00 €



Motiv: Secluded Bridge
20707 ab **19.07.20**
So, 10.00 - 17.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Luzia Wayandt-Nemet
ab 5 Pers. 83,00 €

**(Kunst-) Handwerkliches Gestalten****Töpfern auf der Drehscheibe für Anfänger und Fortgeschrittene**

Das Freidrehen auf der Scheibe steht im Vordergrund des Töpferkurses. Jedem Kursteilnehmer steht dafür eine elektrische Drehscheibe zur Verfügung. Es entstehen runde Hohlgefäße, die vorwiegend dem Alltagsgebrauch dienen. Wer möchte, kann aber auch schöne Dinge aus Ton aufbauen und so seine Vorstellungen verwirklichen. Sie werden von der Kursleiterin individuell betreut. Inbegriffen sind Glasuren sowie das Brennen der gefertigten Stücke. Der Ton ist nicht in der Kursgebühr enthalten und wir am Kursende nach Verbrauch abgerechnet. Ein Kilogramm Ton kostet 3,00 €. Bitte achten Sie auf geeignete Kleidung.

20801 ab **03.03.20**
Di, 8 Termine, 19.30 - 21.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Barbara Drewlow,
Keramikerin
ab 6 Pers. 85,00 €

20802 ab **12.05.20**
Di, 6 Termine, 19.30 - 21.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Barbara Drewlow,
Keramikerin
ab 6 Pers. 64,00 €

Offene Keramikwerkstatt für Erwachsene

Viel Raum zur Entfaltung eigener kreativer Ideen, die Sie mit Unterstützung der Kursleiterin umsetzen können bietet die offene Keramikwerkstatt.

Von eigenen Ideen, Vorlagen oder Formen der Natur ausgehend, gestalten Sie eigene Plastiken, Gefäße oder künstlerische Dekorationsobjekte. Wir nutzen dafür sowohl weißen als auch schwarzen Ton. Am dritten Abend glasieren wir unsere Kunstwerke gemeinsam. 1 kg Ton inkl. Glasur kostet 3,00 € und wird am Kursende direkt mit der Kursleitung abgerechnet. Bitte mitbringen: geeignete Kleidung, viele Ideen und Freude an der gemeinsamen Arbeit. Nach Wunsch können eigene Vorlagen benutzt werden.

20804 ab **02.07.20**
Do, 3 Termine, 18.00 - 21.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Anna Kalbin
ab 5 Pers. 48,00 €

Schmuckstücke in Biegetechnik (um-)gestalten

Edelsteine, Perlen oder auch vorhandene, aber nicht mehr getragene Schmuckstücke lassen sich mit der Biegetechnik in neue Ketten, Anhänger, Armbänder oder Ohrschmuck verwandeln. Mit Draht und Zangen fertigen Sie Schmuckstücke auch ohne Vorkenntnisse an. Bringen Sie alte Schmuckstücke, die sie nicht mehr tragen wollen oder Fundstücke einfach mit (wenn Sie unsicher sind, ob sich diese für die Biegetechnik eignen, steht Ihnen die Kursleiterin gerne zur Verfügung). Weiteres oder neues Material kann bei der Kursleiterin vor Ort erworben werden.

21002 **14.03.20**
Sa, 10.00 - 16.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Heidi Beckmann,
Goldschmiedemeisterin
ab 5 Pers. 35,00 €

Goldschmieden - Nachmittagsseminar Ringe - Ohringe - Anhänger

Schmieden Sie ein Schmuckstück an einem einzigen Tag

In nur 4 Stunden fertigen Sie sich ein Schmuckstück, das so gut wird, dass Sie es beim Goldschmied ins Schaufenster legen können. Erleben Sie, wie man in Gold, Silber und Platin blitzschnell kriert und lernen Sie dabei die Grundtechniken des Goldschmiedens. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Nebenkosten von 10,00 € pro Person für gestelltes Werkzeug sind unmittelbar an den Kursleiter zu entrichten. Gold, Silber, Platin und Edelsteine sind im Kurs erhältlich und werden nach Verbrauch abgerechnet.

Der Kursleiter ist mehrsprachig (Engl., Frz., Ital.) - fremdsprachliche Teilnehmer sind willkommen!

21001 **08.05.20**
Fr, 14.00 - 18.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Thomas Proft,
Goldschmiedemeister
ab 7 Pers. 54,00 €

**Schneidern & Nähen****Nähmaschinenführerschein**

Da steht nun das gute Stück - unberührt, weil Sie sich einfach nicht dran trauen? Dabei warten die schönsten Stoffe und Schnitte auf Verarbeitung.

Die Schneiderin Patricia Schöndorf macht Ihnen den Anfang leichter und erklärt Ihnen die Grundlagen einer Nähmaschine. Wie fädele ich ein Spulchen auf, welche Nadel für welchen Stoff, welches Füßchen für welche Naht...

Bitte bringen Sie die Bedienungsanleitung Ihrer Nähmaschine mit!

Bitte mitbringen: Die Materialliste haben wir für Sie auf unserer Webseite zum Download zur Verfügung gestellt.

20907 **03.03.20**
Di, 18.00 - 20.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Patricia Schöndorf
ab 5 Pers. 12,00 €

Eisenwaren Lidl

Ludwigstraße 84 - 82467 Ga.-Pa.

Tel. 08821 - 3781

email kontakt@eisenwaren-lidl.de



**Sicherheitstechnik • Eisenwaren • Haushaltswaren
Rauchmelder • Absicherung von Türen und Fenstern**

**Schneidern & Nähen****Nähkurse für Anfänger und Fortgeschrittene**

Ein Kurs für alle, die Freude am Nähen haben. Anfänger lernen die Grundlagen des Nähens und verwirklichen eigene kleinere Projekte Schritt für Schritt unter fachkundiger Anleitung. Geübte Näher/innen fertigen ihre Wunschmodelle nach einem mitgebrachten Schnitt mit Hilfe der Schneiderin an.

Bitte machen Sie sich vor Kursbeginn mit Ihrer Nähmaschine vertraut.

Empfehlung: Kurs „Nähmaschinenführerschein“

Bitte mitbringen: Die Materialliste haben wir für Sie auf unserer Webseite zum Download zur Verfügung gestellt.

20900 ab **17.02.20**
Mo, 10 Termine, 19.00 - 21.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Christiane Kröninger
ab 5 Pers. 125,00 €

20902 ab **10.03.20**
Di, 7 Termine, 9.00 - 12.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Maria Henriette Heinfling
ab 5 Pers. 125,00 €

20905 ab **10.03.20**
Di, 4 Termine, 18.00 - 20.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Patricia Schöndorf
ab 5 Pers. 50,00 €

Dozentenportrait**Maria Henriette Heinfling**

Geboren in Würzburg wohne ich seit 2007 in Penzberg. Als ausgebildete Damenmaßschneiderin gebe ich schon seit 1997 Nähkurse an verschiedenen Volkshochschulen in der Region. Neben dem Nähen bin ich auch so gerne kreativ – ich bastle, sticke, male und interessiere mich für Raumgestaltung. Zudem gehe ich gerne Bergtouren und tanze. Ich freue mich auf einen Kurs, in dem kreative Ideen mit der Nähmaschine umgesetzt werden können.

Dirndlbluse nähen

Neue Dirndlbluse - neuer Look! Nähen Sie sich eine Dirndlbluse genau nach Ihren Vorstellungen. Stehkragen, hochgeschlossen, Puffärmel, mit oder ohne Spitze? Sie bringen einen Schnitt mit und können diesen dann nach Ihren Vorstellungen mit Unterstützung der Kursleiterin abwandeln und ausgestalten.

Bitte mitbringen: Die Materialliste haben wir für Sie auf unserer Webseite zum Download zur Verfügung gestellt.

20903 ab **10.03.20**
Di, 3 Termine, 19.00 - 21.00 Uhr
vhs, Burgst. 21, Melanie Stenger-Kraus
ab 5 Pers. 38,00 €

Tasche nähen

Suchen Sie auch immer nach der passenden Tasche? Nähen Sie sie doch einfach selbst. Dann stimmt das Material, die Farbe, der Henkel und die Größe. Die Dozentin unterstützt Sie bei der Umsetzung. Bringen Sie ein eigenes Schnittmuster mit - diese finden Sie in Büchern oder im Internet.

Bitte mitbringen: Die Materialliste haben wir für Sie auf unserer Webseite zum Download zur Verfügung gestellt.

20904 ab **21.04.20**
Di, 5 Termine, 19.00 - 21.00 Uhr
vhs, Burgst. 21, Melanie Stenger-Kraus
ab 5 Pers. 63,00 €

STADT LAND GWAND



Unsere Produkte können Geschichten erzählen. Sie zeugen von handwerklicher Leidenschaft, hochwertigen Materialien und individuellem Charakter. Für ein gutes Lebensgefühl.

Ihr Haus für Tradition und Gegenwart.

Grasegger

Am Kurpark 8
82467 Garmisch-Partenkirchen
www.grasegger.de

Schneidern & Nähen
MITTENWALD
Dirndl-Nähkurs in Mittenwald

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
 Sie brauchen noch ein Dirndl in aktuellen Farben? Wir nähen ein komplettes Dirndl; durch die Unterstützung und Hilfe der Kursleiterin wird das auch gelingen!

Bitte mitbringen: Die Materialliste haben wir für Sie auf unserer Webseite zum Download zur Verfügung gestellt.

20909 **ab 10.03.20**
 Di, 7 Termine, 9.00 - 11.30 Uhr
 Mittenwald, Nähwerkstatt Albrecht,
 Schlipferweg 3, Barbara Albrecht
 ab 5 Pers. **110,00 €**

Kochen & Genießen
Asiatisch kochen

Lassen Sie sich in die kulinarische Welt "Peranakan" - einer Mischung aus malaysischer und chinesischer Kultur entführen. Exotische Zutaten und Gewürze ergeben unterschiedliche Geschmacksvarianten. Die an diesen Abenden zubereiteten Gerichte sind für Anfänger und Hobbyköche geeignet. Die Kursprache ist Deutsch/Englisch.

Die Zutaten werden von der Kursleiterin besorgt und mit den Teilnehmer/innen direkt im Kurs abgerechnet (ca. 10,00 € - 12,00 € pro Pers.).


Low-Carb asiatische Gerichte

Sie achten auf Kohlenhydrate oder machen eine "Low-Carb-Diät"? Bringen Sie etwas Abwechslung in Ihre Rezeptbücher und lernen Sie asiatische Gerichte kennen.

- Shirataki- oder Konnyaku-Nudeln mit wenigen Kalorien schmackhaft angerichtet
- "Blumenkohl Fried Rice" als Reis-Ersatz in Nasi Goreng
- Ayam Percik: gegrillter Hühnerschenkel, mariniert in Kokosmilch und Gewürzen - ein beliebtes malaysisches Gericht. Sehr aromatisch und lecker!

So abwechslungsreich kann "Low-Carb" sein.
 Bitte mitbringen: Schürze, Handtuch und Frischhaltedose(n), Getränke nach Bedarf
 Anmeldeschluss: 02.03.2020

30501 **05.03.20**
 Do, 18.30 - 21.30 Uhr
 Treffpunkt ist die Gittertür der Gröbensschule an der Maximilianstraße.
 GAP, Grund- und Mittelschule am Gröben - Schulküche, Joon Yee Lou
 ab 5 Pers. **29,00 €**

Alles über asiatische Nudeln

Nudeln sind Nudeln? Weit gefehlt. Aber was ist denn nun der Unterschied zwischen Weizen-, Reis- oder Glasnudeln? An einem geselligen Abend lernen Sie diese Sorten kennen und bereiten Sie auf unterschiedliche Art und Weise zu - gebraten, gekocht, in Suppen oder mit Sauce, scharf, mild oder lieblich, mit oder ohne Sojasauce. Guten Appetit.

Bitte mitbringen: Schürze, Handtuch und Frischhaltedose(n), Getränke nach Bedarf
 Anmeldeschluss: 27.04.2020

30502 **30.04.20**
 Do, 18.30 - 21.30 Uhr
 Treffpunkt ist die Gittertür der Gröbensschule an der Maximilianstraße.
 GAP, Grund- und Mittelschule am Gröben - Schulküche, Joon Yee Lou
 ab 5 Pers. **29,00 €**

Mode & Massage

Atelier Barbara Albrecht

 Schneidermeisterin
 und Wellnessmasseurin

m: +49 (0) 174. 5935173

t: +49 (0) 8823. 3480

Schlipferweg 3, 82481 Mittenwald



*Lassen Sie sich Ihr
 individuelles Dirndl
 oder Hochzeitskleid
 schneidern!*

www.mode-albrecht.de

✉ modeundmassage@gmail.com

i
Kursanmeldung und -absage

Bitte melden Sie sich frühzeitig an: telefonisch, schriftlich, per E-Mail, online oder persönlich in unserer Geschäftsstelle.

Sie erleichtern uns und unseren Dozent/innen damit die Planung. Auch Sie als Teilnehmer/in profitieren davon, denn bei zu wenig Anmeldungen eine Woche vor Kursbeginn muss der Kurs leider abgesagt werden.

Doppelt schade, wenn sich dann einen Tag vorher genügend Teilnehmer/innen gefunden hätten. Und wenn es mal wirklich nicht klappen sollte: bis acht Tage vor Kursbeginn können Sie Ihre Anmeldung kostenlos stornieren.

Weiteres entnehmen Sie bitte unseren AGB auf S. 106.

**Curry Cooking and English Conversation**

Practise speaking English in a casual setting while learning to cook two different curries and a Malay wedding rice. Expand your vocabulary in cuisine and general conversation. Have fun cooking and eating together.

Bitte mitbringen: Schürze, Handtuch und Frischhaltedose(n), Getränke nach Bedarf
Anmeldeschluss: 15.06.2020

30503 18.06.20

Do, 18.30 - 21.30 Uhr
Treffpunkt ist die Gittertür der Gröbenschule an der Maximilianstraße.
GAP, Grund- und Mittelschule am Gröben - Schulküche, Joon Yee Lou
ab 5 Pers. 29,00 €

Koch-Workshop:**Nachhaltig kochen und sinnvoll genießen**

Fridays for Future, Greta Thunberg, plastikfrei leben und Artenvielfalt - Namen und Begriffe, die unseren Alltag prägen. Nachhaltigkeit und Umweltschutz sind die Themen, die uns beschäftigen. "Einer allein kann doch nicht viel tun" ist ein Satz, der dabei oft fällt. Aber ist das wirklich so? Fängt Nachhaltigkeit nicht schon im Kleinen, z. B. in der heimischen Küche an? Verwendung von regionalen Produkten, umweltschonende Gerichte und nachhaltige Zubereitung sind auch im Alltag möglich - das zeigt Annschi Hacklinger in diesem Koch-Workshop. An diesem Nachmittag erfahren Sie, wie Sie Nachhaltigkeit in Ihren Kochalltag integrieren - auch, wenn es mal schnell gehen muss. Eine Kooperationsveranstaltung des Kath. Kreisbildungswerkes und der vhs Garmisch-Partenkirchen.

Bitte mitbringen: eine Tupperdose mit Deckel, ein Geschirrtuch und ggf. eine Schürze
Anmeldeschluss: 24.04.2020

30504 08.05.20

Fr, 16.00 - 20.00 Uhr
AOK, Hindenburgstr. 43, Annschi Hacklinger
ab 5 Pers. 30,00 €

**Bäckerei Josef Krätz**

Garmisch-Partenkirchen, Ludwigstr.52
Tel.: 08821/2156
Filiale Burgrain: Schlosswaldstraße 1a
www.baeckerei-kraetz.de

Wir backen, Sie genießen!**Macarons**

Macarons bestehen aus Zucker, Mandeln und Eiweiß. Die Herstellung dieses bunten, französischen Schaumgebäcks muss geübt werden. Bei der Herstellung der gefärbten Baiserteig-Kekse ist Kreativität gefragt. Wir arbeiten mit natürlichen Farben und auch mit künstlichen Lebensmittelfarben. Wir backen zusammen verschiedene bunte Sorten mit leckeren Füllungen. Anschließend dürfen die kleinen Leckerbissen mit nach Hause genommen werden.

Unter www.monika-triebenbacher.de sind weitere Tipps und Rezepte zu finden.

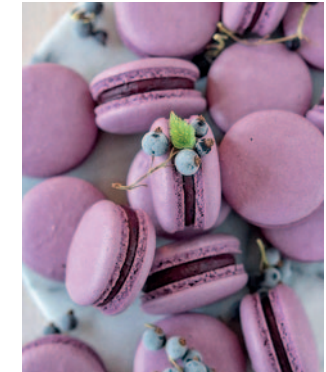
Auch für Jugendliche ab 12 Jahren.

Materialkosten für die Lebensmittel, eine Box und eine Macarons-Broschüre in Höhe von 26,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze, Spüllappen, Geschirrtuch

30500 08.05.20

Fr, 17.00 - 21.00 Uhr
Treffpunkt ist die Gittertür der Gröbenschule an der Maximilianstraße.
GAP, Grund- und Mittelschule am Gröben - Schulküche, Monika Triebenbacher
ab 8 Pers. 49,00 €



KULTURBEUTEL e.v.

U1

Bühne U1 im Kongresshaus Garmisch-Partenkirchen www.kulturbeutel-gap.de

Kabarett Musik Kleinkunst Comedy seit 1986

08. FEBRUAR
WELLKÜREN

22. FEBRUAR
RICARDO VOLKERT

22. MÄRZ
STEPHAN ZINNER

16. APRIL
MAX UTHOFF

16. MAI
PHILIPP WEBER

17.-19. JULI
LIEDER IM PARK III

08. OKTOBER
MARTIN FRANK

11. OKTOBER
URBAN PRIOL

08. NOVEMBER
GERHARD POLT

www.kulturbeutel-gap.de/tickets








Hinweis zur Förderung von Präventionskursen durch Krankenkassen

Die vhs bietet Ihnen im Programmbereich Gesundheit mit qualifizierten Kursleitenden ein hochwertiges Angebot an Kursen zur Gesundheitsförderung und Primärprävention. Als Einrichtung in öffentlicher Verantwortung sichern und entwickeln wir systematisch die Qualität unseres Angebots. Die Qualitätskriterien der vhs unterscheiden sich jedoch zum Teil von den Förderkriterien der Krankenkassen.

Seit 01.01.2016 erfolgt die Bezuschussung von Präventionsangeboten nach § 20 Abs. 1 SGB V für einzelne Versicherte der meisten gesetzlichen Krankenkassen grundsätzlich nur noch auf Basis der bundesweit einheitlichen Datenbank der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP). Jedes einzelne Kursangebot muss dafür standardisiert und zur Prüfung eingereicht werden.

Die Maßnahmen nach § 20 Abs. 1 SGB V sollen die Teilnehmenden grundsätzlich „zur regelmäßigen Ausübung positiver gesundheitsbezogener Verhaltensweisen anregen und qualifizieren.“ Das Erlernen einer leitfadenskonformen Methode und der Transfer des Gelernten in den Alltag steht dabei im Mittelpunkt. An ein fortführendes Angebot – so wie

es die Volkshochschulen seit Jahrzehnten bieten – ist dabei nicht gedacht. Unter anderem deshalb liegt es nicht in unserem Interesse, die Kriterien der ZPP unseren bestehenden und bewährten Angeboten „überzustülpen“.

Sollten wir einzelne Angebote mit ZPP-Zertifizierung anbieten, so ist dies bei der Kursausbeschreibung vermerkt.

Ob Ihre Krankenkasse der Kooperationsgemeinschaft ZPP angehört und in welcher Höhe die Bezuschussung erfolgen kann, erfragen Sie bitte direkt bei Ihrem Versicherer. Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass wir sonstige Formulare von und für Krankenkassen (auch online) nicht ausfüllen. Gerne stellen wir Ihnen auf Wunsch nach Abschluss Ihres Gesundheitskurses wie bisher kostenfrei eine vhs-Teilnahmebescheinigung aus, sofern Sie an mindestens 80% der Kursstunden teilgenommen haben.

Wir wünschen Ihnen weiterhin viel Erfolg und Freude mit Ihrem Gesundheitsangebot der vhs und freuen uns, wenn wir Sie dabei unterstützen können, aktiv zu werden – zur Erhaltung und Verbesserung Ihres eigenen Wohlbefindens und Ihrer Gesundheit.

Foto: Shutterstock



GESUNDHEIT

Psyche im Fokus

Vortragsreihe in Zusammenarbeit mit der kbo-Lech-Mangfall Klinik Garmisch-Partenkirchen

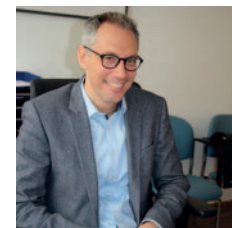
Psyche im Fokus: Demenz

Bei uns allen lässt etwa ab dem 25. Lebensjahr das Gedächtnis nach. Mit der zunehmenden Erfahrung lässt sich dieser Verlust in der Regel gut kompensieren. Wenn das Gedächtnis aber über das erwartbare Maß hinaus abbaut, sprechen wir von einer Demenz. Diese kann viele verschiedene medizinische Ursachen haben. Etliche davon lassen sich einfach und gut behandeln. Welche Ursachen es gibt, wie man vorbeugen kann und wie sich auch die häufigste Demenzform behandeln lässt, darüber klärt PD Dr. Florian Seemüller, Chefarzt der kbo-Lech-Mangfall-Kliniken Garmisch-Partenkirchen und Peißenberg, in diesem Vortrag auf.

30600

Di, 19.00 - 20.30 Uhr
 GAP, kbo-Lech-Mangfall-Klinik, Auenstr. 6
 Multifunktionsraum, 3. Stock, Ebene E3B
 PD Dr. Florian Seemüller
 Eintritt frei, ohne Anmeldung

12.05.20



Dr. Florian Seemüller

Stressbewältigung & Entspannung

Original Chinesisches Tai Chi

Die Chinesin Li-Xie lehrt traditionelles Tai Chi im Chen-Stil, der ursprünglich zum Shaolin-System gehört. Dies ist der Stil, bei dem der kämpferische Aspekt noch am deutlichsten zu erkennen ist und der daher auch nach wie vor schnelle Schläge und Tritte und zahlreiche Sprünge beinhaltet. Im Laufe der Zeit entwickelten sich etliche andere Stile. Dieser traditionelle Chen-Stil ist allerdings nicht sehr verbreitet.

Tai Chi Chen kann in jedem Alter praktiziert werden und verlangt keine besonderen Voraussetzungen oder Vorkenntnisse. Tai Chi Chen stärkt den Kreislauf und löst Muskelverspannungen, bessert Rückenschmerzen (gesündere Körperhaltung mit aufrechter Wirbelsäule), trainiert auf sanfte Weise Muskeln und Gelenke, ohne sie durch schnelle Bewegungen zu belasten und stabilisiert durch meditative Elemente der ruhigen Übungen das vegetative Nervensystem.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, leichte, flache Schuhe, Getränk

30122

Mo, 15 Termine, 17.30 - 19.00 Uhr
 vhs, Burgstr. 21, Xie Saiger-Li
 ab 5 Pers.

ab 02.03.20

150,00 €



Stressbewältigung & Entspannung

Qi Gong

Für Anfänger und Fortgeschrittene - für Jung und Alt

Wir üben die 18-Figuren-Folge. Die im Chinesischen ursprünglich "Taiji-ähnlichen Qigong-Übungen in 18 Figuren" genannte Folge wurde von Meister Lin Hou Sheng entwickelt. Diese 18 Figuren sind leicht zu lernen und sehr wirksam zur Erhaltung der Gesundheit, zur Vorbeugung von Erkrankungen und zu ihrer Heilung. Diese Übungsserie hat eine umfassende Wirkung insbesondere bei Beschwerden im Rücken- und Nierenbereich, Ischias, Übergewicht, Bluthochdruck und Herzerkrankungen, Diabetes, Magen-/Darm-entzündungen, körperliche Schwäche und Erschöpfungszustände, Schlaflosigkeit und Nervosität.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, leichte Schuhe mit hellen, festen Sohlen

30123 **ab 18.03.20**
Mi, 9 Termine, 18.10 - 19.10 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Christine Habel
ab 5 Pers. **68,00 €**

Meditation - Gelassenheit und Kraft in den Alltag bringen

Diese Abende laden ein, innezuhalten und Momente der Ruhe und Stille zu erfahren.

In der westlichen Welt hat sich ein unkomplizierter Meditationsstil verbreitet, frei von Glaubensvorstellungen, auf Sitzen in Stille und Achtsamkeit ausgerichtet. Wir werden verschiedene Techniken kennenlernen, um den Geist in Achtsamkeit bzw. Aufmerksamkeit zu schulen. Atem-, Entspannungs- und Dehnübungen aus dem Hatha-Yoga helfen uns, Körper und Geist in einen stabilen und unabgelenkten Zustand zu bringen.

Durch Meditation finden wir zu unserer Mitte, zu unserer Quelle, zu unserem inneren Raum, der uns nährt und stärkt. Daraus entwickeln wir innere Ruhe, Gelassenheit, Zufriedenheit und Zuversicht und damit Kraft für den Alltag. Wir gewinnen Unterscheidungs- sowie Entscheidungskraft.

Bitte mitbringen: Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung

30124 **ab 19.03.20**
Do, 6 Termine, 20.00 - 21.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Katrin Tiedke
ab 5 Pers. **48,00 €**



St. Martins Apotheke
Am Kurpark 16 / 82467 Garmisch-Partenkirchen
Telefon 08821 555 50 / Telefax 08821 795 24
www.st-martinsapotheke.de

Seh- und Augentraining

Egal ob Sie kurz- oder weitsichtig oder ohne Sehbeeinträchtigung sind: unsere Augen leisten täglich Schwerstarbeit.

Augenoptikermeisterin/M.Sc. Vision Science Optometry Melissa Waurick informiert Sie darüber, was unseren Augen gut tut. Zudem werden Ihnen wirksame Übungen zur Entspannung der Augen gezeigt, die Sie gut zu Hause oder am Arbeitsplatz anwenden können.

30001 **07.05.20**
Do, 19.00 - 20.15 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Melissa Waurick
ab 5 Pers. **7,50 €**



Melissa Waurick

Yoga

Yoga Basics

Für Anfänger und Wiedereinsteiger

Fließende, dynamische Bewegungen in Verbindung mit der richtigen Atmung geben uns Kraft und Balance. Durch eine Übungsfolge von Körperhaltungen stärken und dehnen wir den gesamten Bewegungsapparat, machen ihn beweglicher. Spannungen und Blockaden werden sanft gelöst. Je elastischer unser Körper ist, desto jünger und kraftvoller fühlen wir uns.

Die Atemübungen trainieren die gesamte Atemkapazität. Yoga stärkt außerdem das Immunsystem, verbessert die Konzentration, wirkt Rückenproblemen entgegen und schenkt Ihnen Kraft und Flexibilität sowie Ruhe und Entspannung. Werden Sie neugierig und lernen Sie, wie Sie durch Yoga den Körper entspannen, energetisieren und mobilisieren können.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke

30109 **ab 04.03.20**
Mi, 12 Termine, 19.15 - 20.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Christine Schnitzer
ab 9 Pers. **66,00 €**

Augeninstitut Oberland

Das Zentrum für gutes Sehen

- Kontaktlinsen-Studio
- Optometrisches Screening
- Visualtraining
- Vergrößernde Sehhilfen

Chamonixstr. 4, 1. OG · GAP · 08821/7321478
www.augeninstitut-oberland.de

**Yoga****Yoga**

Die positive Wirkung von Yoga auf sowohl die körperliche als auch die seelische Gesundheit ist inzwischen unbestritten. In diesem Kurs werden wir grundlegende Yogaübungen (Asanas) und Atemtechniken (Pranayama) behutsam und kontrolliert ausführen und so die Skelettmuskulatur insbesondere des Rückens sanft aufbauen und gleichzeitig das Herz-Kreislaufsystem stärken. Die beim Yoga angestrebte Einheit von Körper, Geist und Atem fördert zudem Konzentrationsfähigkeit und Gelassenheit, sodass stressige Alltagssituationen zunehmend besser bewältigt werden können. Auch für Einsteiger geeignet.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, warme Socken

30104 ab **04.03.20**
Mi, 15 Termine, 18.00 - 19.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Annelie Lambardt
ab 9 Pers. 66,00 €

Tipp:**Entdecke Deine Singstimme**

s. S. 30

Yoga für Senior/innen

Yoga ist für jedes Alter geeignet.

Angepasst an die körperlichen Bedingungen baut Yoga stufenweise auf mit Körperübungen, Entspannung, Atem- und Konzentrationsübungen. Daraus entsteht die Fähigkeit, mit sich selbst und seiner Umwelt auf harmonische Weise umzugehen. Sich Zeit nehmen für sich selbst und seinen Körper. Spüren, wahrnehmen, erholen, Kraft schöpfen. Yoga bietet die Möglichkeit, den Körper sanft und kräftigend zu bewegen und wieder bewusst zu spüren und wahrzunehmen. Die Übungen aus dem Bereich des Hatha-Yoga stärken dabei nicht nur Muskulatur und Gelenke, sondern geben uns auch Ruhe und Gelassenheit.

Bitte mitbringen: Decke, warme Socken und kleines Kissen

30105 ab **09.03.20**
Mo, 12 Termine, 10.15 - 11.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Katrin Tiedke
ab 9 Pers. 66,00 €

30106 ab **03.03.20**
Di, 15 Termine, 10.15 - 11.15 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Annelie Lambardt
ab 9 Pers. 66,00 €

Yoga

Stress bewältigen - zur Ruhe finden - Stärke gewinnen. "Yoga, das ist der Weg, der den Körper und die Sinne kultiviert, den Verstand verfeinert, den Intellekt bildet und zur Erkenntnis des wahren Wesens, der Seele, des Kerns unseres Seins hineinführt". Yoga dient Körper und Geist und kann individuellen Bedürfnissen angepasst werden. Anders als eine Maschine, die durch ständigen Gebrauch abgenutzt wird, werden wir kräftiger, beweglicher und altern langsamer, wenn wir jeden Muskel und alle Gliedmaßen oft benutzen. Die Atem-, Entspannungs- und sanften Bewegungsübungen, die jede Stunde begleiten, regen Funktionen von Kreislauf und Organen an. Richtig gelernt und konsequent geübt, hat Yoga eine stärkende, harmonisierende und heilende Wirkung auf den ganzen Menschen.

Bitte mitbringen: Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung

30101 ab **09.03.20**
Mo, 12 Termine, 18.45 - 20.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Katrin Tiedke
ab 9 Pers. 66,00 €

30102 ab **03.03.20**
Di, 15 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Claudia Kästel
ab 9 Pers. 99,00 €

30103 ab **12.03.20**
Do, 12 Termine, 18.30 - 19.45 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Katrin Tiedke
ab 9 Pers. 66,00 €

OBERAMMERGAU**Yoga für Flexibilität und Kraft**

Bitte mitbringen: Decke oder Yogamatte, bequeme Kleidung

30151 ab **03.03.20**
Di, 15 Termine, 19.30 - 21.00 Uhr
Oberammergau, Gesundheitszentrum "Am Kofel", Anke Seibert-Barron
ab 9 Pers. 99,00 €

Yoga in Oberammergau

Bitte mitbringen: Decke, warme Socken und kleines Kissen

30152 ab **04.03.20**
Mi, 15 Termine, 18.30 - 20.00 Uhr
Oberammergau, Gesundheitszentrum "Am Kofel", Lothar Reiser
ab 9 Pers. 99,00 €

Yoga in Oberammergau

Bitte mitbringen: Decke, warme Socken und kleines Kissen

30153 ab **04.03.20**
Mi, 15 Termine, 20.00 - 21.30 Uhr
Oberammergau, Gesundheitszentrum "Am Kofel", Lothar Reiser
ab 9 Pers. 99,00 €

Unser Gold ist erhältlich bei:
Getränke Sprenger
Lieferservice
Getränkemarkt
Schmölz 16 · 82491 Grainau · Tel. 0 88 21 - 5 02 74

**Pilates****Pilates und Faszien**

Durch dieses dreidimensionale Training werden klassische Pilatesübungen mit dem Faszientraining vereint. Dies strafft die Figur, stärkt das Bindegewebe und den Rücken, hält den Körper beweglich und schützt somit vor Verletzungen und Schmerzen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schuhe mit dünnen Sohlen/dicke Socken (rutschfest), Handtuch

30011 ab 02.03.20

Mo, 12 Termine, 19.15 - 20.15 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Christina Simon
ab 9 Pers. 55,00 €

Pilates

Dieses Ganzkörpertraining legt besonderes Augenmerk auf das sogenannte Powerhouse (Muskulatur um Becken-Bauch-Rücken). Es beruht auf den sechs Prinzipien Konzentration, Zentrierung, Kontrolle, Atmung, Präzision und fließende Bewegungen.

Im Kurs lernen Sie, sich aufzuwärmen, Ihre tiefliegende Muskulatur um Becken, Bauch und Rücken zu trainieren, dadurch Ihre Wirbelsäule und den Bewegungsapparat zu entlasten, gezielt die Aufmerksamkeit in den Körper zu lenken, um Verspannungen und Blockaden zu lösen, mit Kraft, Dehnung und Balance die körperliche Leistungsfähigkeit zu steigern und die Körperhaltung zu verbessern. Außerdem lernen Sie die beanspruchten Muskeln zu dehnen, sich zu entspannen und das Erlernte im Alltag anzuwenden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schuhe mit dünnen Sohlen/dicke Socken, Handtuch

Pilates am Vormittag**30014 ab 05.03.20**

Do, 12 Termine, 9.00 - 10.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Christina Simon
ab 9 Pers. 55,00 €

30015 ab 05.03.20

Do, 12 Termine, 10.15 - 11.15 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Christina Simon
ab 9 Pers. 55,00 €

Pilates für Fortgeschrittene - am Abend**300316 ab 05.03.20**

Do, 15 Termine, 19.00 - 20.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Silke Nahmendorf
ab 9 Pers. 68,00 €

Pilates - auch für Anfänger - am Abend**30017 ab 06.03.20**

Fr, 15 Termine, 19.00 - 20.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Silke Nahmendorf
ab 9 Pers. 68,00 €



Quelle: shutterstock

MITTENWALD**Pilates in Mittenwald**

Ein erfrischendes Training für Körper und Geist. Pilates ist ein ganzheitliches Trainingssystem. Da sich die Technik vor allem auf die Kräftigung der tiefen Rumpfmuskulatur konzentriert, ist es ganz besonders geeignet, einen kräftigen, gesunden Rücken zu fördern und die Wirbelsäule natürlich aufzurichten. Sie lernen im Kurs eine spezielle Atemtechnik in Verbindung mit einem präzisen, kontrollierten Bewegungsfluss. Gleichzeitig schulen Sie Balance, Koordinationsfähigkeit und Körperwahrnehmung.

Bitte mitbringen: Matte und Pilates-Ball, falls vorhanden

Pilates für leicht Fortgeschrittene 30020 ab 02.03.20

Mo, 15 Termine, 19.15 - 20.15 Uhr
Mittenwald, Grund- und Mittelschule,
Lisa Stieglmeier
ab 9 Pers. 68,00 €

30018 ab 05.03.20

Do, 15 Termine, 18.30 - 19.30 Uhr
Mittenwald, Grund- und Mittelschule,
Lisa Stieglmeier
ab 9 Pers. 68,00 €

Pilates**30019 ab 05.03.20**

Do, 15 Termine, 19.45 - 20.45 Uhr
Mittenwald, Grund- und Mittelschule,
Lisa Stieglmeier
ab 9 Pers. 68,00 €

Körperpflege & Kosmetik**Die Schminkschule**

Schminken wie ein Profi für jedes Alter - auch für Seniorinnen

Lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie schöner werden und Ihr Gesicht noch mehr an Persönlichkeit und Ausstrahlung gewinnt. Welche Farben passen zu mir? Wo trage ich Rouge richtig auf? Wie vergrößere ich meine Augen mit Lidschatten und Kajal? Welcher Lippenstift passt zu mir?

Die erfahrene Dozentin hilft Ihnen, das richtige Make-up für Ihren Typ zu finden. Sie werden dezent und natürlich geschminkt aussehen. Damit steht einem sicheren und selbstbewussten Auftreten nichts mehr im Wege.

Materialkosten ca. 10,00 €, je nach Verbrauch. Abrechnung direkt mit der Kursleiterin am Kurstag.

Bitte mitbringen: Schreibblock, Bleistift und Fotoapparat/-handy

30400 20.03.20

Fr, 14.00 - 17.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Andrea Schäfer
ab 5 Pers. 25,00 €



Andrea Schäfer

**OBERRAMMERSGAU****Die Schminkschule in Oberammergau**

Schminken wie ein Profi für jedes Alter - auch für Seniorinnen

Lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie schöner werden und Ihr Gesicht noch mehr an Persönlichkeit und Ausstrahlung gewinnt. Welche Farben passen zu mir? Wo trage ich Rouge richtig auf? Wie vergrößere ich meine Augen mit Lidschatten und Kajal? Welcher Lippenstift passt zu mir?

Die erfahrene Dozentin hilft Ihnen, das richtige Make-up für Ihren Typ zu finden. Sie werden dezent und natürlich geschminkt aussehen. Damit steht einem sicheren und selbstbewussten Auftreten nichts mehr im Wege.

Materialkosten ca. 10,00 €, je nach Verbrauch. Abrechnung direkt mit der Kursleiterin am Kurstag.

Bitte mitbringen: Schreibblock, Bleistift und Fotoapparat/-handy

30401 **03.04.20**
Fr, 14.00 - 17.00 Uhr
Oberammergau, Ettalerstr. 57e -
Gemeinschaftshaus, Andrea Schäfer
ab 5 Pers. **25,00 €**

Outdoor**Schnupperkurs Golf**

Unter professioneller Anleitung greifen Sie nach einer kurzen Einweisung selbst zum Schläger und probieren das sog. Putten, Chippen und den Weitschlag aus.

Die Ausrüstung wird gestellt. Der Kurs findet bei jedem Wetter statt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, feste Schuhe (Turnschuhe), ggf. Regenbekleidung

30000 **24.05.20**
So, 10.00 - 12.00 Uhr
GAP, Land- und Golfclub Werdenfels e.V.,
Werdenfeler Str. 2 (Burgrain), Karl Buckl,
Golftrainer
ab 5 Pers. **19,00 €**



Karl Buckl

Gymnastik**Frisch in den Tag! -****Morgengymnastik für fitte Senior/innen**

Ein abwechslungsreiches Beweglichkeitstraining für bewegungsgeübte Frauen mittleren Alters. "Arbeiten" Sie Ihren Körper "durch" von Kopf bis Fuß, stärken Sie Ihre Rücken- und Bauchmuskulatur, halten Sie Ihre Muskeln und Sehnen in Form, beugen Sie steifen Gelenken vor, abwechselnd mit Erholungsphasen und Atemübungen.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Turnschuhe mit weißen Sohlen

30201 **ab 02.03.20**
Mo, 12 Termine, 9.00 - 9.45 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Herta Weisner
ab 9 Pers. **41,00 €**

Wirbelsäulengymnastik - auch für Senioren/innen

Spielerisch die Haltung, Beweglichkeit und Kraft des Rückens sowie die Ausdauer verbessern durch Koordinationstraining, funktionelle Gymnastik mit verschiedenen Materialien, kleine Spiele, Wahrnehmungsübungen und Entspannung - teilweise mit Musik - sind Ziele und Inhalte des Kurses. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung. Die Übungen können je nach Belastbarkeit dosiert werden.

Bitte mitbringen: dickeres Handtuch oder kleine Decke

30202 **ab 02.03.20**
Mo, 10 Termine, 9.00 - 10.00 Uhr
AOK, Hindenburgstr. 43, Beate Stückl-Piendl
ab 9 Pers. **46,00 €**

Ausgleichs- und Wirbelsäulen-Gymnastik

Für alle, die ihre Haltung durch Lockerung und Kräftigung ihrer Muskulatur maßgeblich verbessern möchten. Durch Mobilisations- und Dehnungsübungen wird die Beweglichkeit erhalten und Verspannungen vorgebeugt. Das Herz-Kreislauf-System wird dosiert angeregt. Spezielle Gleichgewichts- sowie Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen führen zu einem bewussteren Umgang mit dem eigenen Körper.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe mit hellen Sohlen

30203 **ab 03.03.20**
Di, 15 Termine, 18.00 - 19.30 Uhr
AOK, Hindenburgstr. 43, Elisabeth Scheffler
ab 9 Pers. **99,00 €**

A ndrea S chäfer	0 88 21 / 74 705 Fritz-Müller-Str. 2a 82467 Garmisch-Partenkirchen www.kosmetik-makeup.de info@kosmetik-makeup.de	Termine nach Vereinbarung	MARIA GALLAND PARIS
Kosmetik - + Make up - Studio		MALU WILZ GEFÜHLTE SCHÖNHEIT	

**Gymnastik****Ausgleichsgymnastik für geübte Männer mittleren Alters**

Nach dem Aufwärmtraining stärken wir das Herz-Kreislauf-System und kräftigen die Muskulatur (speziell die Halte-Muskulatur) in einer Form von Callanetics von oben bis unten. Im Anschluss dehnen wir den gesamten Körper und beenden die Stunde mit einer Entspannung.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Turnschuhe mit weißen Sohlen

30204 ab **03.03.20**
Di, 15 Termine, 19.00 - 20.00 Uhr
GAP, Grund- und Mittelschule am Gröben -
Turnhalle, Kristina Ostler
ab 9 Pers. 68,00 €

Bleib IN-Form mit 65+

Ein ausgewogenes Sportprogramm für junggebliebene Senioreninnen und Senioren. Nach dem Ausdauer-Konditionstraining und Gleichgewichtsübungen wird der ganze Körper von Kopf bis Fuß anhand von abwechslungsreichen Übungen aus verschiedenen Fitness- und Gymnastikprogrammen gekräftigt, gedehnt und entspannt. Hierbei kommen verschiedene Sportgeräte, wie Hanteln, Therabänder, Pezzi-/Gymnastikbälle, Stühle usw. zum Einsatz. Und zu jedem Übungsabschnitt gibt es die passende Musik damit das Ganze auch richtig Spaß macht. Ein Ganzkörperprogramm, das nicht nur dem Körper, sondern auch der Seele guttut.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, feste Turnschuhe mit hellen Sohlen, Handtuch, Getränk (mind. 0,5l)

30205 ab **04.03.20**
Mi, 15 Termine, 10.00 - 11.00 Uhr
AOK, Hindenburgstr. 43, Veronika Süßl
ab 9 Pers. 68,00 €

Wirbelsäulengymnastik

In diesem Kurs kräftigen Sie mit einem abwechslungsreichen Übungsprogramm Ihre Rücken- und Rumpfmuskulatur. Durch funktionelle Gymnastik und Training mit Kleingeräten (z. B. Theraband, Pezziball) wird Ihr Rücken fit gemacht. Mit Mobilisations- und Dehnübungen wird Ihre Haltung verbessert und Ihre körperliche Leistungsfähigkeit gesteigert. Ziel ist es, das Erlernte im Alltag anwenden zu können. Eine Wohltat für Sie ist die Entspannung am Ende der Stunde. Die Übungen können je nach Trainingszustand angepasst werden.

Bitte mitbringen: Handtuch, bequeme Sportkleidung, Sportschuhe, evtl. Decke für die Entspannung

30206 ab **05.03.20**
Do, 15 Termine, 18.30 - 19.45 Uhr
GAP, Medisport Garmisch, Zuspitzstr. 72,
Kathrin Baader
ab 9 Pers. 82,50 €



**gemeinsam
UNTERWEGS**

Wir bieten kostenfreie Hilfe und Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen und unterstützen Angehörige und Freunde.

Sie erreichen uns unter der Rufnummer 01 75/5 67 46 46

**Sterben heißt ...
... leben bis zuletzt**

Bahnhofstraße 21
82467 Garmisch-Partenkirchen
www.hospizverein-werdenfels.de

HOSPIZVEREIN WERDENFELS E.V.

Dozentenportrait**Kathrin Baader**

„Leben ist Bewegung und ohne Bewegung findet Leben nicht statt.“

Dieses Zitat von Moshe Feldenkrais spiegelt meine Lebenseinstellung recht treffend wider.

Es macht mir Freude, Menschen durch sportliche Aktivität Lebensqualität (zurück) zu geben und den Spaß an Bewegung (wieder) zu wecken.

Meine im dualen Studium Gesundheitsmanagement gewonnenen Erfahrungen und Einblicke in Sport, Fitness und Bewegung helfen mir dabei.

OBERAMMERGAU**Fit und entspannt mit Wassergymnastik**

Gezielte Bewegungen im Wasser sind von besonderer Wirksamkeit, da schonend möglich. Bei gleichzeitiger Entlastung der Gelenke, Bänder und der Wirbelsäule werden Muskelkraft und Ausdauer aufgebaut, Beweglichkeit und Belastbarkeit gefördert und das Herz-Kreislauf-System gestärkt.

30251 ab **03.03.20**
Di, 8 Termine, 17.30 - 18.15 Uhr
Oberammergau, Gesundheitszentrum
"Am Kofel", Beate Stückl-Piendl
ab 6 Pers. 43,00 €

**Fitness- & Konditionstraining****Fit mit smovey® -
das effektive Ganzkörpertraining**

Trainiere mit smovey® effektiv Ausdauer, Kraft, Balance und Koordination. Das Besondere an smovey® (einem Paar Schwingringen) sind vier Stahlkugeln im Inneren, die durch Bewegung eine spürbare Vibration entstehen lassen. Dadurch wird die gesamte (Tiefen-) Muskulatur aktiviert, das Bindegewebe gestrafft, der Stoffwechsel gefördert, das Faszien-system vitalisiert, das Lymphsystem massiert und entlastet, Verspannungen im Schulter-/Nackengebiet und der Hals- und Rückenmuskulatur gelöst, das Herz-Kreislaufsystem kräftigt u.v.m. Spüren und erleben Sie dieses außergewöhnliche Trainingsgerät selbst. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Gerne können Sie sich im Vorfeld unter www.schwungvollfit-gap.de näher über das Trainingsgerät smovey® informieren. Die Leihgebühr für die Schwingringe beträgt 12 € für den gesamten Kurs und ist nicht in der Kursgebühr enthalten. Bei Bedarf ist diese am 1. Kurstag direkt an die Kursleitung zu entrichten, eigene Ringe können selbstverständlich mitgebracht werden.

30213 ab 03.03.20

Di, 12 Termine, 19.30 - 20.30 Uhr
Burgrain, Grundschule - Burgfeldstr. 27,
Daniela Reiser
ab 7 Pers.

70,00 €



Daniela Reiser

Fitness-Boxen

Für Erwachsene und Jugendliche ab
15 Jahren

Fitnessboxen ist grundsätzlich für jeden geeignet, der Freude an der Bewegung hat. Sportliche Anfänger/innen jeden Alters werden nicht überfordert, und fortgeschrittene Fitnessliebhaber werden ihre Grenzen kennen lernen. Das Training orientiert sich an einfachen, aber elementaren Techniken aus dem

(Kick-)Boxen sowie an Grundelementen asiatischer Kampfkünste. Deshalb sollte der/die Teilnehmende eine grundsätzliche Offenheit für diese Trainingselemente mitbringen. Durch das Einbeziehen von Kampfsport-Elementen bietet Fitnessboxen ein beispielhaftes Ausdauer-, Kräftigungs-, und Selbstsicherheitstraining.

Jede Trainingseinheit beginnt zur Einstimmung bei rhythmischen Klängen mit dem "Warm-up". Lockerungsübungen, Dehngymnastik und Übungen für die Körperkoordination stehen auf dem Plan. Übungseinheiten für die Grundlagenausdauer mit unterschiedlichen Intensitäten sowie Kraft- und Ausdauerübungen werden dabei nicht fehlen. Dann geht es an das Erlernen und Trainieren einfacher umsetzbarer Grundtechniken aus dem Boxen und Kickboxen. Die geschmeidigen, sanften, auf Fitness orientierten Bewegungsabläufe werden wir sowohl als Schattenboxen (vor dem Spiegel), als auch mit einem/r Partner/in an Pratzen und Schlagpolstern trainieren und einstudieren. Am Ende der Stunde ist körperliche und geistige Entschleunigung angesagt. Mit relaxenden Entspannungsübungen wird der Körper ausgedehnt, gelockert und die Cool-down-Phase genossen. Das Ziel ist es, sich am Ende des Semesters eine Grundlagenfitness aufgebaut zu haben, sowie die Basistechniken aus dem (Kick-) Boxen zu beherrschen.

Trainiert wird barfuß oder wer mag, in Hallensportschuhen.

Bitte mitbringen: Gute Laune, Handtuch, Yogamatte, Getränk, leichte, bequeme Sportkleidung

30207 ab 04.03.20

Mi, 15 Termine, 19.30 - 21.00 Uhr
Farchant, Christophorus-Schule, Michael
Kupplmayr
ab 9 Pers.

99,00 €



Michael Kupplmayr

Bodyworkout

In dieser Stunde trainieren wir mit Musik und Power den gesamten Körper. Die Stunde beinhaltet Step und Aerobic, Intervalltraining, intensive Kräftigung aller wichtigen Muskelgruppen und anschließendes Stretching. Gewebestraffung, mehr Fitness und bessere Ausstrahlung sind die wichtigsten Ergebnisse. Bitte mitbringen: Turnkleidung, feste Sportschuhe mit hellen Sohlen, Handtuch, Getränk

30221 ab 02.03.20

Mo, 15 Termine, 19.00 - 20.00 Uhr
Burgrain, Grundschule - Burgfeldstr. 27, Irmgard Mayr
ab 9 Pers.

68,00 €

Bleib IN-Form mit 50+

Den kompletten Körper bewegen, kräftigen und entspannen anhand von abwechslungsreichen Übungen aus unterschiedlichen Fitnessprogrammen.

Wir trainieren Kondition, Ausdauer, Kraft und Gleichgewicht durch den Einsatz verschiedener Sportgeräte wie Thera-Bänder, Pezzibälle, Stepper usw. Nach dem Fitnessstraining bearbeiten wir auch die "Problemzonen". Am Ende jeder Stunde stehen Dehnungs-, Entspannungs- und Atemübungen auf dem Programm. Bitte mitbringen: Sportkleidung, feste Turnschuhe mit hellen Sohlen, Handtuch, Getränk (mind. 0,5l)

30222 ab 04.03.20

Mi, 15 Termine, 9.00 - 10.00 Uhr
AOK, Hindenburgstr. 43, Veronika Süßl
ab 9 Pers.

68,00 €

Body-Fit & Step

Ein intensives Ganzkörper-Trainingsprogramm, das nicht nur die Muskeln stärkt und die Beweglichkeit steigert, sondern auch die Herz- und Lungenfunktion verbessert.

Nach dem "Warm-up" folgt eine leichte High-Low-Schrittkombination (Wechsel von Schritten und Sprüngen) zur Verbesserung unserer Ausdauer. Im Bodyshaping trainieren wir im Wechsel bestimmte Muskelgruppen. Die Stunde endet mit Entspannungs- und Dehnübungen.

Bitte mitbringen: Turnkleidung, feste Sportschuhe mit hellen Sohlen

30223 ab 04.03.20

Mi, 15 Termine, 17.00 - 18.00 Uhr
AOK, Hindenburgstr. 43, Gabi Ostler
ab 9 Pers.

68,00 €

**Body Fit - Fatburner Step & Bodystyling**

Die Kursstunde besteht aus zwei Teilen - Fatburner Step und Bodystyling. Im Vordergrund steht Fettverbrennung und Muskelaufbau. Ein Muss für alle, die ihre Figur und ihre Kondition auf "Vordermann" bringen wollen.

Bitte mitbringen: Turnkleidung, feste Sportschuhe mit hellen Sohlen, dickes Handtuch

30224 ab **04.03.20**
Mi, 15 Termine, 18.00 - 19.00 Uhr
AOK, Hindenburgstr. 43, Gabi Ostler
ab 9 Pers. 68,00 €

MITTENWALD**Body-Fit in Mittenwald**

Aerobics - Bodyshaping - Stretching

Ein intensives Ganzkörper-Trainingsprogramm, das nicht nur die Muskeln festigt und die Beweglichkeit steigert, sondern auch die Herz- und Lungenfunktion verbessert. Entspannung und Stretchübungen runden das Programm ab.

Bitte mitbringen: Turnkleidung, Turnschuhe

30270 ab **05.03.20**
Do, 15 Termine, 17.30 - 18.45 Uhr
Mittenwald, Grund- und Mittelschule,
Gabi Ostler
ab 9 Pers. 70,00 €

Tipp:**Auch Tanzen hält fit!**

Unser Kursangebot finden Sie
ab Seite 27

OBERAMMERGAU**Zumba® Tanz-Fitness Workout**

Zumba® ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness-Workout - ein wirklich dynamisch, begeisterndes und vor allem effektives Fitness-Programm. Sowohl Tänzer als auch Nichttänzer können einem Zumba®-Workout sofort und einfach folgen.

Zumba® ist so einzigartig und erfolgreich, weil:
- es macht Spaß: Zumba® ist ein "verstecktes Training", weil man so viel Spaß dabei hat, dass man nicht merkt, dass es Training ist. Endlich ein Trainingsprogramm, das man jeden Tag machen möchte.

- es ist anders: Die Schritte, die Bewegungen, das Workout, das Gefühl - mit nichts zu vergleichen.

- es ist einfach: Zumba® ist für jedermann, egal welches Fitness-Niveau, welches Alter. Jeder kann mitmachen.

- es ist effektiv: Zumba® basiert auf Konditionstraining mit Widerstands- und Muskelaufbautraining, um den ganzen Körper zu stärken und jedes gewünschte Fitness-Ziel zu erreichen.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallenturnschuhe mit heller Sohle, Handtuch und ausreichend zu trinken

30250 ab **05.03.20**
Do, 15 Termine, 18.30 - 19.30 Uhr
Oberammergau, Gesundheitszentrum
"Am Kofel", Kathleen Illmer
ab 9 Pers. 68,00 €

**Hapkido****Selbstverteidigung, Selbstschutz - selbstsicher!**

Gesund und fit für jedes Alter "40+"

Sich wehren mit Schirm, Stock, Kuli und Co - wie? Das zeigt Ihnen dieser Kurs!

Hier können Sie zusammen mit Gleichgesinnten lernen, sich selbst und andere zu verteidigen, dabei völlig neue Erfahrungen sammeln und Selbstvertrauen gewinnen. Ein Programm mit modernen Selbstverteidigungstechniken unter sachkundiger Anleitung in einer freundlichen und angenehmen Atmosphäre des Übens. Vorkenntnisse oder eine besondere Fitness sind nicht notwendig.

Kursinhalte: Situationstraining, Abwehr mit Alltagsgegenständen, Bewegungsschule, Rhythmus-, Reaktions- und Atemübungen, mentales Training von Bewegungsabläufen sowie Tai Chi Chuam & Qi Gong für eigene erprobte Unterrichtskonzepte, Gesundheitstraining, Zivilcourage, rechtliche Aspekte zur Notwehr, Nothilfe
Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Getränk

30041 ab **02.03.20**
Mo, 15 Termine, 20.00 - 21.30 Uhr
Werdenfels-Gymnasium - Turnhalle, Klaus Pirker
ab 9 Pers. 89,00 €

Selbstverteidigung Hapkido-Korea - Grundkurs

Hapkido für Frauen und Männer ist die beste und wirkungsvollste Art, Körper, Gesundheit und Geist zu trainieren. Hapkido ist ein Ganzkörpertraining, das viele positive Auswirkungen hat. Es besteht aus Meditation, Heilgymnastik und Ki-Training. Die Techniken erfordern nur geringen Kraftaufwand, sind aber sehr wirkungsvoll. Das Hapkido-Programm ist speziell darauf ausgerichtet, dass jede/r sein persönliches Ziel erreicht. Hapkido-Techniken wurden so gestaltet, um auch als Ungeübte/r in einer Situation schnell reagieren und damit einen Angriff erfolgreich abwehren zu können. Bei der Entwicklung wurde an ein System gedacht, das für alle - groß oder klein, sportlich oder un-sportlich und für jedes Alter - geeignet ist. Besondere Voraussetzungen sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Getränk

30042 ab **06.03.20**
Fr, 15 Termine, 20.00 - 21.00 Uhr
Zugspitz-Realschule - Turnhalle, Klaus Pirker
ab 9 Pers. 68,00 €



Selbstverteidigung Hapkido-Korea - Fortgeschrittene

Die bisher erlernten Hapkido-Techniken werden erweitert, angewandt und ausgeführt. Verschiedene Angriffsarten, wie z. B. Abwehr von Stock-/Messerangriffen sowie die Abwehr mehrerer Angreifer werden praxisnah vermittelt. In speziellen Themenkreisen mit pädagogisch-psychologischem Ansatz sollen bereits im Vorfeld Gefahren und Bedrohungen erläutert und erkannt werden. Zusätzliche Sicherheitsschulung: BFSD - Bundesfachverband für Sicherheit und Selbstverteidigung in Deutschland.

Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Getränk

30043 ab **06.03.20**
Fr, 15 Termine, 21.00 - 22.00 Uhr
Zugspitz-Realschule - Turnhalle, Klaus Pirker
ab 9 Pers. 68,00 €

Frauen wehren sich!

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für den Ernstfall für Frauen jeden Alters

In unserem Sonderkurs für Frauen können Sie mit einfachen Techniken lernen, sich aus Angriffen zu befreien. Es wird besonders darauf geachtet, dass die Techniken praxisbezogen und realitätsnah anwendbar sind.

Inhalte: Verhaltenstraining bei eskalierenden Konflikten, Selbstsicherheit für Frauen, spezielle Situationsübungen, Verteidigung mit Alltagsgegenständen, rechtliche Aspekte zu Notwehr/Nothilfe Konzepte vom BFSD-Bundesfachverband für Sicherheit & Selbstverteidigung in Deutschland.

Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Getränk

30047 **16.05.20**
Sa, 10.00 - 13.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Klaus Pirker
ab 5 Pers. 20,00 €

Erste Hilfe

In Kooperation mit dem BRK Kreisverband Garmisch-Partenkirchen

Erste Hilfe - Fit im Straßenverkehr

Durch praktisches und lebensnahes Üben erlernen und vertiefen Sie Ihre Erste-Hilfe-Kenntnisse. Das befähigt Sie, in einer Notfallsituation Erste-Hilfe-Maßnahmen unter Berücksichtigung des Eigenschutzes sicher durchzuführen.

Die Teilnahmegebühr in Höhe von 30,00 € / Pers. ist am Seminartag direkt bei der Kursleitung in bar zu bezahlen.

30402 **22.04.20**
Mi, 14.00 - 17.00 Uhr
GAP, Bayerisches Rotes Kreuz (BRK), Falkenstr. 9, 1. OG, Ausbilder BRK
ab 8 Pers. 30,00 €



OBERAMMERGAU

Treffpunkt Gesundheit

In dieser Veranstaltungsreihe, die die Waldburg-Zeil Klinik Oberammergau gemeinsam mit den großen Trägern der Erwachsenenbildung im Landkreis Garmisch-Partenkirchen, der Volkshochschule und dem Katholischen Kreisbildungswerk anbietet, haben Sie die Möglichkeit, sich über die Ursachen, Krankheitsverläufe und Therapiemöglichkeiten verschiedenster Krankheitsbilder sowie Vorsorgemöglichkeiten zu informieren.

Aktuelle Gesundheitsthemen werden von Fachärzten und weiteren Experten in Wort und Bild informativ, anschaulich und verständlich vorgestellt. Gerne dürfen nach dem Vortrag Fragen an die Referenten gestellt werden.

Der Eintritt ist frei.

Treffpunkt Gesundheit:

Osteoporose - Neues und Bewährtes

Die Osteoporose wird zunehmend als Volkskrankheit wahrgenommen. Über sechs Millionen Menschen in Deutschland sind an ihr erkrankt und leiden zum Teil unter den hieraus mit verursachten Knochenbrüchen. Nicht zuletzt steht bei der Behandlung die Eigeninitiative der Betroffenen an vorderster Stelle.

In seinem Vortrag wird der erfahrene Mediziner neben den diagnostischen Möglichkeiten auch auf die vielfältigen Therapien dieses Krankheitsbildes eingehen. Darüber hinaus werden Empfehlungen gegeben zur gesunden Ernährung und medikamentösen Therapie.

Referent: Thomas Meurer, Leitender Oberarzt der Abteilung für Rehabilitation in der Klinik Oberammergau



30450 **04.03.20**
Mi, 19.30 - 21.30 Uhr
Klinik Oberammergau,
Hubertusstr. 40 – Vortragsraum
Eintritt frei, ohne Anmeldung



Kursleiter/-innen gesucht!

Die vhs-Dozentenschaft ist so vielfältig wie unser Programmangebot. Wir suchen laufend qualifizierte Kursleiter/innen auf Honorarbasis, die unser Programmangebot bereichern.

• Sie haben Spaß daran, Ihr Können und Wissen an andere Menschen weiterzugeben?

• Sie haben praktische Erfahrung in Ihrem Bereich und verfügen über (erste) Erfahrungen im Unterrichten/in der Erwachsenenbildung?
• Sie können selbstständig arbeiten und andere motivieren?

Dann freuen wir uns über Ihre Kurzvorstellung per Mail an info@vhs-gap.de oder Ihren Anruf unter Tel. 08821/9590-0.

**Treffpunkt Gesundheit: Arthrose des Schultergelenks**

Innovatives Behandlungskonzept zur schnellen Genesung

Bewegung gehört zu unserem Leben. Das Schultergelenk spielt als eines der größten und beweglichsten Gelenke des menschlichen Körpers eine besondere Rolle. "Bewusst wird uns die Bedeutung der Schulterfunktion allerdings oft erst, wenn sich Einschränkungen und Schmerzen zeigen", weiß Dr. Wolfgang Vogt. "Verschiedenste Erkrankungen, altersbedingte Abnutzung oder Unfälle bremsen uns aus und führen zu einem Verschleiß des Schultergelenks - Schmerzen sind die Folge", erläutert der Leiter des Teams Schulter und Endoprothetik des OFZ Garmisch.

In seinem Vortrag wird er zunächst aufzeigen, wie genau der Verschleiß im Schultergelenk entsteht, bevor er beantwortet, wann genau man ein künstliches Schultergelenk benötigt. Des Weiteren wird er das innovative Behandlungskonzept "Rapid Recovery in der Schulterendoprothetik" vorstellen, dass so viel bedeutet wie "Schnelle Genesung". Es kommt sowohl im Orthopädischen Fachzentrum als auch in der Klinik Oberammergau zum Einsatz. Der Patient soll möglichst effizient und möglichst schnell wieder schmerzfrei und fit für seine gewünschten Aktivitäten sein und seine Selbstständigkeit wiedererlangen.

Referent: Dr. Wolfgang Vogt, Facharzt im Orthopädischen Fachzentrum (OFZ)



30451
29.04.20

Mi, 19.30 - 21.30 Uhr
Klinik Oberammergau,
Hubertusstr. 40 – Vortragsraum
Eintritt frei, ohne Anmeldung

Treffpunkt Gesundheit: Tanztherapie

Im eigenen Rhythmus sein für eine stabile Gesundheit

Der Tanz ist eine der ältesten menschlichen Ausdrucksformen und verbindet uns Menschen seit jeher. Die Tanztherapie als künstlerische Psychotherapiemethode nutzt das kreative Potential des Menschen und verhilft zu einer stabilen Gesundheit auf körperlicher, psychischer und sozialer Ebene. Der Tanz bringt Freude und Gelassenheit in unser Leben. Indem wir uns in der Bewegung achtsam erspüren, können wir uns selbst besser kennen lernen und vielleicht sogar neu entdecken. Tanztherapie findet dabei in einem breiten Feld Einsatz: bei körperlichen Beschwerden, psychischen Leiden, im pädagogischen Bereich, im Alter, zur Gesundheitsprävention und in der Selbsterfahrung. Tanz ist Kommunikation: "Wir haben im Tanz die Möglichkeit, uns im Kontakt mit anderen Menschen zu erfahren und gewohnte Beziehungs- und Verhaltensmuster aufzudecken, damit spielerisch zu experimentieren und alternative Bewegungsmöglichkeiten zu finden", so Frau Erhardt.

Elisabeth Erhardt bietet in ihrer Veranstaltung allen Interessierten einen lebendigen Eindruck in die Methode der Tanztherapie und freut sich auf zahlreiche Begegnungen im Tanz. Nach einer kurzen Einführung wird getanzt. Es sind keine Tanzvorkenntnisse notwendig.

Referent: Elisabeth Erhardt, Klinische- und Gesundheitspsychologin, Tanz- und Bewegungstherapeutin in der Klinik Oberammergau



30452

Mi, 19.30 - 21.30 Uhr
Klinik Oberammergau,
Hubertusstr. 40 – Vortragsraum
Eintritt frei, ohne Anmeldung

06.05.20

Treffpunkt Gesundheit: Gewitter im Kopf

Chronische Kopfschmerzen und ihre Therapieformen

Sie beginnen schleichend oder schlagartig, fühlen sich dumpf, stechend oder pulsierend an: etwa 5% der Deutschen leiden unter chronischen Kopfschmerzen. Jeder Mensch kennt sie und ist hin und wieder davon betroffen. Nach Rückenschmerzen gehören Kopfschmerzen zu den häufigsten gesundheitlichen Beeinträchtigungen in Deutschland. Doch Kopfschmerz ist nicht gleich Kopfschmerz: es gibt über 367 verschiedene Arten von Kopfschmerzen. Meist treten Kopfschmerzen vorübergehend auf und sind unbedenklich. Werden die Schmerzen allerdings chronisch, dann treten sie regelmäßig über einen längeren Zeitraum hinweg auf. Der Schmerz entwickelt sich oft trotz intensiver Diagnostik und Therapie zu einem eigenständigen Krankheitsbild. Betroffene leiden extrem darunter, denn die Erkrankung wirkt sich auf alle

Lebensbereiche aus. Schlaflosigkeit, Leistungsabnahme und sozialer Rückzug sind häufige Folgen.

Doch wann werden Kopfschmerzen eigentlich chronisch? Was sind die Ursachen dafür und welche Therapiemöglichkeiten gibt es, um die Schmerzen zu bewältigen? Darüber informiert Frau Dr. Heuckeroth an diesem Abend. Es wird auch ausreichend Zeit für Fragen zur Verfügung stehen.

Referent: Dr. Anja Heuckeroth, Chefärztin der Abteilung für Anästhesie und Schmerztherapie in der Klinik Oberammergau



30453

Di, 19.30 - 21.30 Uhr
Klinik Oberammergau,
Hubertusstr. 40 – Vortragsraum
Eintritt frei, ohne Anmeldung

02.06.20

**Sicherheit geben.
Den Menschen im Blick.**



**WALDBURG-ZEIL
KLINIKEN**





Klinik Oberammergau
Zentrum für Rheumatologie,
Orthopädie und Schmerztherapie
D-82487 Oberammergau
Telefon: +49 (0) 8822 914-0
www.klinik-oberammergau.de







Ein Stück Leben.
www.wz-kliniken.de

WZ_19/12-003



Gesundheit im Dialog



Eine Veranstaltungsreihe in Kooperation mit dem Klinikum Garmisch-Partenkirchen

Experten erläutern anschaulich für Laien die Thematik und stellen moderne Therapieverfahren vor.



Moderation: Dr. med. Stefan Nöldeke,
Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie am
Klinikum Garmisch-Partenkirchen

Gesundheit im Dialog: Zika-Virus, Malaria & Co in Bayern? Worauf müssen wir uns künftig einstellen?

Der globale Klimawandel betrifft uns alle, aber welche Folgen hat das für Infektionskrankheiten, die wir bislang immer "fern der Heimat" wädhnten? Zikavirus und Tigermücken in Deutschland und viele andere Meldungen schrecken uns auf. Ein Tropenmediziner klärt über aktuelle Entwicklungen auf und zeigt, worauf wir uns auch im südlichen Bayern einstellen müssen und was bei Reisen beachtet werden sollte. Im Anschluss sind Sie auf einen kleinen Imbiss mit Getränk eingeladen.

30300

11.05.20

Mo, 19.30 - 21.30 Uhr

Klinikum Garmisch-Partenkirchen, Magistrale

Dr. med Stefan Nöldeke

Eintritt frei, ohne Anmeldung

Klinikum
Garmisch-Partenkirchen



Das Klinikum Garmisch-Partenkirchen „Ihr Partner in der Gesundheitsregion“

- Erstklassige medizinische Versorgung
- Innovative & richtungsweisende Pflege
- Einer der größten Arbeitgeber & Ausbildungsbetriebe in der Region

www.klinikum-gap.de



Gemeinsamer europäischer Referenzrahmen (GER) Übersicht der Niveaustufen in Kurzform

Elementare Sprachanwendung: Anfänger

A1	Ich kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Ich kann sagen, wer ich bin und wo ich wohne. Ich kann Auskünfte einholen wie z.B. nach dem Weg fragen und einfache Fragen beantworten, wenn die Gesprächspartner/-innen langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen. Ich kann einfache Formulare ausfüllen.
A2	Ich kann mich in einfachen, routinemäßigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten mit einfachen Worten verständigen. z. B. über Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung. Ich kann kurze, einfache Texte lesen und kurze Mitteilungen schreiben.

Selbstständige Sprachanwendung: Fortgeschrittene

B1	Ich kann mich im privaten und beruflichen Bereich über mir vertraute Themen des Alltags wie Familie, Freizeit, Arbeit und Reisen austauschen, wenn klare Standardsprache verwendet wird. Ich kann mich einfach und zusammenhängend über persönliche Erfahrungen und Ereignisse verständigen. Ich kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Ich kann einfache, zusammenhängende Texte schreiben.
B2	Ich kann mich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist. Ich kann die Hauptinhalte komplexer Texte verstehen. Ich kann mich klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben. Ich kann detaillierte Texte verfassen.

Kompetente Sprachverwendung: Experten

C1	Ich kann mich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Ich kann lange, komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen und mich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken.
C2	Ich kann praktisch alles, was ich höre oder lese mühelos verstehen. Ich kann mich auf nahezu muttersprachlichem Niveau mündlich und schriftlich sehr flüssig ausdrücken.



SPRACHEN

Stellen Sie sich vor: Menschen in ganz Europa, von Amsterdam bis Zagreb, lernen Sprachen in demselben System – eine riesige Sprachengemeinschaft und mit Ihrem Sprachkurs der vhs sind Sie mittendrin!

Sprachen lernen mit System – der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen (GER)

Wir orientieren uns bei unserem Kursangebot am sog. Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) des Europarates. Er wurde mit dem Ziel entwickelt, einen Maßstab für die Beurteilung von Sprachkenntnissen zu schaffen, nicht zuletzt um die verschiedenen europäischen Sprachzertifikate untereinander vergleichbar zu machen. Er ist ein mittlerweile in ganz Europa anerkannter Bezugsrahmen zur Beschreibung von Sprachkompetenzen.

Die GER-Niveaustufen sind eingeteilt in:

A1 und A2: Elementare Sprachverwendung
B1 und B2: Selbstständige Sprachverwendung
C1 und C2: Kompetente Sprachverwendung

Der GER beschreibt genau, was Sie auf den sechs verschiedenen Niveaustufen ausdrücken, verstehen und schreiben können. Dies ist auch bei der Einschätzung des eigenen Sprachniveaus hilfreich. So finden Sie leichter den passenden Kurs in unserem Programm. Bei Bedarf beraten wir Sie gerne. Eine Übersicht zum GER finden Sie nebenstehend.

Ansichtsexemplare der Kursbücher liegen in der vhs-Geschäftsstelle aus. Die Lehrwerke sind im örtlichen Buchhandel erhältlich.

Einstufungstests

Nutzen Sie zudem die Möglichkeit, vorab einen Einstufungstest online zu machen! Wir haben Ihnen auf www.vhs-gap.de eine Auswahl zu unseren Kursbüchern zusammengestellt.

Unser Angebot umfasst in der Regel

- Standardkurse (8 - 12 Teilnehmer) zu 91,50 €
- Kleingruppenkurse (5 - 7 Teilnehmer) zu 125,00 € mit 12 Terminen.

Weitere Kursformen - insbesondere im Bereich Deutsch - entnehmen Sie bitte den einzelnen Kursausschreibungen.

Sollten Sie Interesse am Ablegen von Sprachprüfungen haben, nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf.



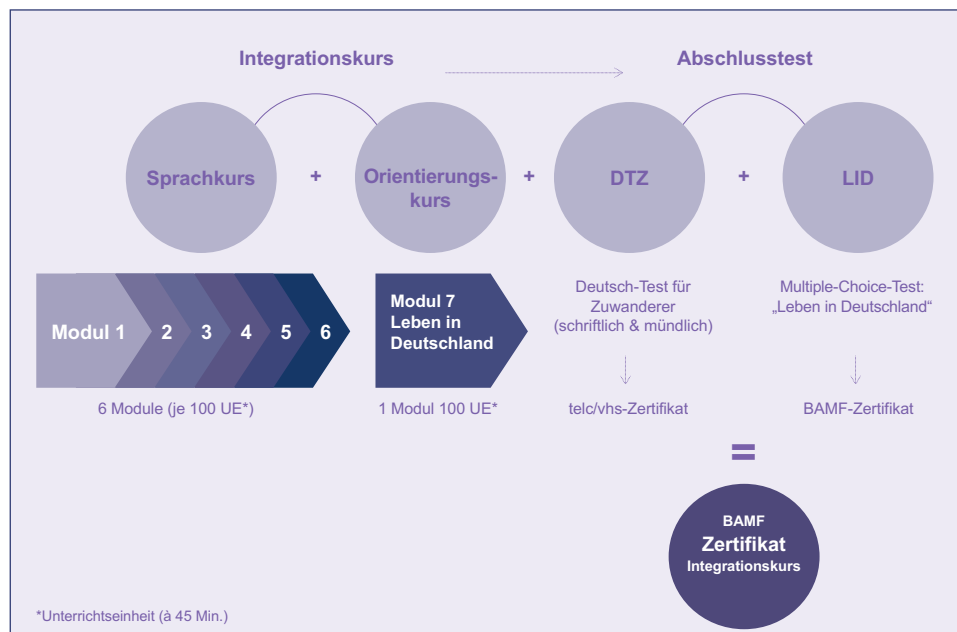
Deutsch



1. Integrationskurs – Was ist das?

Wenn Sie in Deutschland leben und arbeiten möchten, sollten Sie die deutsche Sprache beherrschen und einige wichtige Dinge über das Land lernen. Der Integrationskurs hilft Ihnen dabei und schließt bei entsprechender Leistung mit dem Zertifikat „Integrationskurs“ auf dem Sprachniveau B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) ab.

Die Volkshochschule Garmisch-Partenkirchen e.V. ist seit 2006 vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) als Träger von Integrationskursen zugelassen und führt seitdem Kurse nach dessen Richtlinien durch. Der Unterricht findet in der Regel 4x pro Woche statt – entweder vormittags oder nachmittags.



Wie kann ich mich anmelden?

Sie dürfen an einem Integrationskurs teilnehmen, wenn Sie entweder vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF), der zuständigen Ausländerbehörde oder vom Jobcenter die Berechtigung bzw. Verpflichtung zur Teilnahme erhalten haben.

Ob Sie teilnahmeberechtigt bzw. -verpflichtet sind, klären Sie bitte direkt mit der zuständigen Stelle ab:

- Jobcenter, Bahnhofstr. 35a, 82467 Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 96685-0
- Ausländeramt, Olympiastr. 10, 82467 Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 751-316

In Ausnahmefällen können auch Privatzahler, die unabhängig von staatlicher Förderung sind, an den Integrationskursen teilnehmen. Sollte dies auf Sie zutreffen, dann nehmen Sie bitte frühzeitig Kontakt mit uns auf, wir beraten Sie gerne.

Zur Anmeldung benötigen wir:

Teilnahmeberechtigung/-verpflichtung, Passkopie, Ihre vollständigen Kontaktdaten.

Vor Kursteilnahme müssen Sie an einem Einstufungstest und einem Beratungsgespräch teilnehmen. Der Termin für den Einstufungstest wird Ihnen nach persönlicher Anmeldung mitgeteilt. Je nach Testergebnis melden wir Ihnen anschließend zurück, wann das für Sie passende Modul bei uns startet.

Was kostet mich der Kurs?

Die Kurse werden vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert. Sie sind zu einem vom BAMF festgesetzten Kostenbeitrag verpflichtet – aktuell 1,95 € je Unterrichtseinheit. Bei freien Kursplätzen können auch Personen auf Selbstzahlerbasis teilnehmen.

Die Gebühren sind vor Modulbeginn in der vhs-Geschäftsstelle zu entrichten (bar/ec-Karte).

Integrationskurs	Gebühr je Modul mit BAMF-Berechtigung („Kostenbeitrag“)	Gebühr je Modul ohne BAMF-Berechtigung („Selbstzahler“)
Modul 1 - 7 jeweils	195,00 €	390,00 €
Prüfungsgebühr DTZ/LiD	-	130,00 € / 25,00 €

2. Berufsbezogene Sprachförderung nach § 45a AufenthG (DeuFö)

Die Volkshochschule Garmisch-Partenkirchen e.V. ist seit Dezember 2017 zugelassener Träger für Basismodule der berufsbezogenen Sprachförderung (DeuFö).

Derzeit werden Kurse zur Erreichung des Niveaus B2 angeboten. Dabei erwerben die Teilnehmenden in 400/500 Unterrichtseinheiten allgemeinsprachliche und berufsbezogene Deutschkenntnisse auf B2-Niveau. Sie erhalten auch wichtige Einblicke in arbeitsweltliche Themen wie Berufsorientierung, Aus- und Fortbildung sowie Arbeitssuche.

Den Kurs schließen die Teilnehmenden mit einer anerkannten B2-Sprachprüfung (GER) ab.

Eine Teilnahme ist nur mit einer Teilnahmeberechtigung, die vom Jobcenter, der Agentur für Arbeit oder auf Antrag vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge ausgestellt wird, möglich. Außerdem muss ein Nachweis über Sprachkenntnisse auf Niveau B1 vorgelegt werden. Bei Interesse beraten wir Sie gerne!

3. Prüfungen

Die Volkshochschule Garmisch-Partenkirchen e.V. ist sowohl telc- als auch Goethe-Prüfungszentrum. Wir bieten regelmäßig folgende Prüfungen an:

- Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ) A2-B1
- Goethe-Prüfungen ab Niveau B2
- Einbürgerungstest „Leben in Deutschland“ (LiD)



In unserem Programm finden Sie darüber hinaus auch Kurse, die auf die jeweiligen Prüfungen vorbereiten.

Sollten Sie Interesse an einer der Prüfungen haben, dann nehmen Sie bitte rechtzeitig Kontakt mit uns auf. Wir beraten Sie gerne zu den Inhalten der Prüfungen sowie zu den Anmeldemodalitäten und geben Auskunft über anstehende Prüfungstermine.



4. Alphabetisierungskurse

Laut einer Studie des Bildungsministeriums für Bildung und Forschung kann jeder siebte Erwachsene in Deutschland nicht richtig lesen und schreiben. Ihnen geht es auch so? Sie können das ändern! Unsere Alphabetisierungskurse helfen weiter.

Zudem können nicht alle Zuwanderer in lateinischer Schrift lesen und schreiben. Manche haben in ihrer Heimat nur kurz eine Schule besucht. Andere beherrschen eine Sprache, der ein abweichendes Schriftsystem zugrunde liegt, wie etwa Arabisch oder Russisch. Deshalb ist ein direkter Einstieg in einen Sprach- oder Integrationskurs oftmals nicht sinnvoll.

Für alle, die das Lesen und Schreiben erlernen oder verbessern wollen, bieten wir Alphabetisierungskurse nach diversen Förderprogrammen an. Die Kurse sind für Teilnehmende gebührenfrei.

Bayerisches Staatsministerium für
Unterricht und Kultus



Seit Januar 2015 stellt das Bayerische Staatsministerium für Unterricht und Kultus Landesmittel für die Förderung von Alphabetisierungskursen bereit.

Bayerisches Staatsministerium des
Innern und für Integration



Seit 2016 stellt das Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration Landesmittel für die Förderung von Alphabetisierungskursen für Asylsuchende zur Verfügung.

Tipp:

vhs-Lernportal, s. S. 84

Deutsch

Zu beachten: / Please note:

i

In allen Deutschkursen raten wir den Teilnehmenden dringend zu Hause den Unterricht nachzuarbeiten. Mündliche und schriftliche Hausaufgaben sind wichtig, um das Kursziel zu erreichen.

Please note: In all our German courses the participants must work over the lessons at home. They need to do homework in speaking and writing otherwise the course aim is not attainable.

Deutsch A1.1 - Anfänger/beginner

Für Teilnehmende mit keinen oder geringen Deutschkenntnissen, die aber die lateinische Schrift sicher beherrschen. Sie absolvieren die erste Hälfte des A1 Niveaus.

Der Fokus im Unterricht liegt auf dem mündlichen Sprachgebrauch (Sprechen, Hören, Lesen; Grammatik und Wortschatz). Schreiben und Wiederholen der Kursarbeit wird besonders in Form von schriftlichen Hausaufgaben geübt.

This course is aimed at participants with little or no knowledge of German but all participants must be able to read and write using the German alphabet fluently. This course introduces the first half of A1 level.

We focus on the oral command of the German language (speaking/conversation, listening, reading; grammar and vocabularies). Writing skills will be practised by repeating the relevant unit topics in the form of written pieces of homework.

Kursbuch/Coursebook: Menschen A1,
Hueber Verlag, Lektion 1 - 12,
ISBN 978-3-19-101901-3

Arbeitsbuch/Workbook: Menschen A1,
Hueber Verlag, Lektion 1 - 12,
ISBN 978-3-19-111901-0

40409 ab **02.03.20**
Mo, 24 Termine, 18.45 - 20.15 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Mi
vhs, Burgstr. 21, Gundula Martz
ab 8 Pers. 190,00 €

40405 ab **18.05.20**
Mo, 18 Termine, 18.00 - 20.00 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Mi
vhs, Burgstr. 21, Isabel Daniel
ab 8 Pers. 190,00 €

Deutsch A1.1 - Vertiefung von Grammatik und Wortschatz

In diesem Kurs reaktivieren und intensivieren wir Grammatik und Wortschatz der Niveaustufe A1.1. Der Fokus im Unterricht liegt auf dem mündlichen Sprachgebrauch. Eine zusätzliche Wiederholung erfolgt durch schriftliche Hausaufgaben.

Voraussetzung zur Teilnahme: Sie haben bereits einen Kurs auf A1.1 Niveau besucht.

40430 ab **29.06.20**
Mo, 5 Termine, 18.45 - 20.15 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Mi
vhs, Burgstr. 21, N. N.
ab 8 Pers. 40,00 €

Deutsch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Deutschkenntnissen, die aber die lateinische Schrift sicher beherrschen. Sie absolvieren die zweite Hälfte des A1 Niveaus.

Der Fokus im Unterricht liegt auf dem mündlichen Sprachgebrauch (Sprechen, Hören, Lesen; Grammatik und Wortschatz). Schreiben und Wiederholen der Kursarbeit wird besonders in Form von schriftlichen Hausaufgaben geübt.

This course is the continuation of A1.1 and is aimed at participants with little knowledge of German but all participants must be able to read and write using the German alphabet fluently. The second half of the A1 level will be covered in this course.

We focus on the oral command of the German language (speaking/conversation, listening, reading; grammar and vocabularies). Writing skills will be practised by repeating the relevant unit topics in the form of written pieces of homework.

Kursbuch/Coursebook: Menschen A1,
Hueber Verlag, Lektion 13 - 24,
ISBN 978-3-19-101901-3

Arbeitsbuch/Workbook: Menschen A1,
Hueber Verlag, Lektion 13 - 24,
ISBN 978-3-19-111901-0

40404 ab **02.03.20**
Mo, 24 Termine, 8.00 - 9.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Do
vhs, Burgstr. 21, Bertold Christ
ab 8 Pers. 190,00 €

40403 ab **04.03.20**
Mi, 24 Termine, 18.00 - 19.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Mi + Do
vhs, Burgstr. 21, Dr. Ina Annette Hünnekens
ab 8 Pers. 190,00 €

**Deutsch****Deutsch A1.2 - Vertiefung von Grammatik und Wortschatz**

Sie haben schon Deutsch gelernt, sind aber unsicher, wenn es um Ihre Grammatik geht?

Wir reaktivieren und intensivieren Grammatik und Wortschatz der Niveaustufe A1. Der Fokus im Unterricht liegt auf dem mündlichen Sprachgebrauch. Eine zusätzliche Wiederholung erfolgt durch schriftliche Hausaufgaben.

Voraussetzung: Sie haben bereits einen Kurs auf A1.2 Niveau besucht oder können entsprechende Kenntnisse vorweisen.

40435 **ab 29.06.20**
Mo, 5 Termine, 8.00 - 9.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Do
vhs, Burgstr. 21, Bertold Christ
ab 8 Pers. 40,00 €

40431 **ab 01.07.20**
Mi, 5 Termine, 18.00 - 19.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Mi + Do
vhs, Burgstr. 21, Dr. Ina Annette Hünnekens
ab 8 Pers. 40,00 €

Deutsch A2.1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Kenntnissen auf A1 Niveau.

This course is aimed at participants with knowledge of German on A1 level.

This course introduces the first half of A2 level.

Kursbuch/Coursebook: Menschen A2,
Hueber Verlag, Lektion 1 - 12,
ISBN 978-3-19-101902-0

Arbeitsbuch/Workbook: Menschen A2,
Hueber Verlag, Lektion 1 - 12,
ISBN 978-3-19-111902-7

40400 **ab 02.03.20**
Mo, 24 Termine, 18.45 - 20.15 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Mi
vhs, Burgstr. 21, Marzena Wieczorek
ab 8 Pers. 190,00 €

Deutsch A2.1 - Vertiefung von Grammatik und Wortschatz

Sie haben schon Deutsch gelernt, sind aber unsicher, wenn es um Ihre Grammatik geht?

Wir reaktivieren und intensivieren Grammatik und Wortschatz der Niveaustufen A1 bis A2.1. Der Fokus im Unterricht liegt auf dem mündlichen Sprachgebrauch. Eine zusätzliche Wiederholung erfolgt durch schriftliche Hausaufgaben.

Voraussetzung: Sie haben bereits einen Kurs auf A2.1 Niveau besucht oder können entsprechende Kenntnisse vorweisen.

40439 **ab 29.06.20**
Mo, 5 Termine, 18.45 - 20.15 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Mi
vhs, Burgstr. 21, Marzena Wieczorek
ab 8 Pers. 40,00 €

Deutsch A2.2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Kenntnissen auf A2.1 Niveau.

Sie absolvieren die zweite Hälfte des A2 Niveaus.

This course is aimed at participants with knowledge of German on A2 level.

This course introduces the second half of A2 level.

Kursbuch/Coursebook: Menschen A2,
Hueber Verlag, Lektion 13 - 24,
ISBN 978-3-19-101902-0

Arbeitsbuch/Workbook: Menschen A2,
Hueber Verlag, Lektion 13 - 24,
ISBN 978-3-19-111902-7

40401 **ab 02.03.20**
Mo, 24 Termine, 10.00 - 11.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Do
vhs, Burgstr. 21, Bertold Christ
ab 8 Pers. 190,00 €

40402 **ab 02.03.20**
Mo, 24 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Mi
vhs, Burgstr. 21, Marzena Wieczorek
ab 8 Pers. 190,00 €

Deutsch A2.2 - Vertiefung von Grammatik und Wortschatz

In diesem Kurs reaktivieren und intensivieren wir Grammatik und Wortschatz der Niveaustufen A1 und A2. Der Fokus im Unterricht liegt auf dem mündlichen Sprachgebrauch. Eine zusätzliche Wiederholung erfolgt durch schriftliche Hausaufgaben.

Voraussetzung: Sie haben bereits einen Kurs auf A2.2 Niveau besucht oder können entsprechende Kenntnisse vorweisen.

40433 **ab 29.06.20**
Mo, 5 Termine, 10.00 - 11.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Do
vhs, Burgstr. 21, Bertold Christ
ab 8 Pers. 40,00 €

40432 **ab 29.06.20**
Mo, 5 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Di
vhs, Burgstr. 21, Marzena Wieczorek
ab 8 Pers. 40,00 €

Deutsch B1.1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Kenntnissen auf A2.2 Niveau.

Sie absolvieren die erste Hälfte des B1 Niveaus.
Kursbuch: Menschen B1, Hueber Verlag,
Lektion 1 - 12, ISBN 978-3-19-101903-7

Arbeitsbuch: Menschen B1, Hueber Verlag,
Lektion 1 - 12, ISBN 978-3-19-111903-4

40408 **ab 02.03.20**
Mo, 24 Termine, 18.00 - 19.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Di
vhs, Burgstr. 21, Dr. Ina Annette Hünnekens
ab 8 Pers. 190,00 €

GRÄFE UNZER
BUCHHANDLUNG
PAPETERIE
RATHAUSPLATZ 15
GARMISCH-PARTENKIRCHEN
TELEFON 08821.2120
*Quelle für coolen Lesestoff
alpinbuch.de

Deutsch
Deutsch B1.1 - Vertiefung von Grammatik und Wortschatz

Sie haben schon Deutsch gelernt, sind aber unsicher, wenn es um Ihre Grammatik geht?

Wir reaktivieren und intensivieren Grammatik und Wortschatz der Niveaustufen A1 bis B1.1. Der Fokus im Unterricht liegt auf dem mündlichen Sprachgebrauch. Eine zusätzliche Wiederholung erfolgt durch schriftliche Hausaufgaben.

Voraussetzung: Sie haben bereits einen Kurs auf B1.1 Niveau besucht oder können entsprechende Kenntnisse vorweisen.

40434 **ab 29.06.20**

Mo, 5 Termine, 18.00 - 19.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Di
vhs, Burgstr. 21, Dr. Ina Annette Hünnekens
ab 8 Pers. 40,00 €

Deutsch B1.2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Kenntnissen auf B1.1 Niveau.

Sie absolvieren die zweite Hälfte des B1 Niveaus. Eine Prüfung ist nicht Bestandteil des Kurses.

Kursbuch: Menschen B1, Hueber Verlag, Lektion 13 - 24, ISBN 978-3-19-101903-7

Arbeitsbuch: Menschen B1, Hueber Verlag, Lektion 13 - 24, ISBN 978-3-19-111903-4

40406 **ab 02.03.20**

Mo, 24 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Mi
vhs, Burgstr. 21, Sylvia Hundt
ab 8 Pers. 190,00 €

Deutsch B1.2 - Vertiefung von Grammatik und Wortschatz

In diesem Kurs reaktivieren und intensivieren wir Grammatik und Wortschatz der Niveaustufen A1 bis B1. Der Fokus im Unterricht liegt auf dem mündlichen Sprachgebrauch. Eine zusätzliche Wiederholung erfolgt durch schriftliche Hausaufgaben.

Voraussetzung: Sie haben bereits einen Kurs auf B1.2 Niveau besucht oder können entsprechende Kenntnisse vorweisen.

40438 **ab 29.06.20**

Mo, 5 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Mi
vhs, Burgstr. 21, N. N.
ab 8 Pers. 40,00 €

Deutsch B2.2 - Intensiv

Für Teilnehmende mit Kenntnissen auf B2.1-Niveau.

In diesem Kurs absolvieren Sie die zweite Hälfte des B2-Niveaus. Der Fokus im Unterricht liegt auf dem mündlichen Sprachgebrauch (Sprechen, Hören; Grammatik und Wortschatz). Eine zusätzliche Wiederholung wird regelmäßig zu jedem Termin besonders in Form von schriftlichen Hausaufgaben geübt (Schreiben und Lesen).

Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, nach Beendigung des Kurses den Prüfungsvorbereitungskurs für das B2-Zertifikat Ende Juni zu besuchen. Im Anschluss daran findet, bei ausreichender Teilnehmerzahl, Ende Juli die Goethe-Zertifikatsprüfung B2 an der vhs Garmisch-Partenkirchen statt.

Kursbuch: Sicher! aktuell B2.2. Deutsch als Fremdsprache. Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag, Lektionen 7 - 12, ISBN: 978-3-19-621207-5

40423 **ab 03.03.20**

Di, 25 Termine, 8.45 - 12.00 Uhr
zweimal wöchentlich, Di + Fr
vhs, Burgstr. 21, Bertold Christ
ab 5 Pers. 400,00 €

Deutsch B2 - Prüfungsvorbereitung Goethe-Zertifikat B2

Für Teilnehmende auf B2.2 Niveau. In diesem Kurs bereiten wir uns auf die B2-Prüfung vor, indem wir uns in die Prüfungsmethoden und -materialien einarbeiten. Bei ausreichender Teilnehmerzahl können wir im Anschluss an den Kurs die Durchführung einer Prüfung für das B2-Zertifikat des Goethe Institutes in unserer vhs anbieten.

Anmeldeschluss für die Prüfungsteilnahme ist **Mittwoch, 27.05.2020**.

Kursbuch: Prüfungstraining Goethe-Zertifikat B2 - Neubearbeitung, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-121775-4

Bitte legen Sie bei Kursanmeldung einen Nachweis über Ihre Deutschkenntnisse auf B2 Niveau oder eine Empfehlung eines anderen Bildungsträgers vor.

40447 **ab 30.06.20**

Di, 6 Termine, 8.45 - 12.00 Uhr
zweimal wöchentlich, Di + Fr
vhs, Burgstr. 21, Bertold Christ
ab 8 Pers. 96,00 €

Deutsch B2 - Goethe-Zertifikat B2

Für Teilnehmende auf B2 Niveau. An diesem Tag wird das B2-Zertifikat des Goethe Instituts abgenommen.

Die Prüfung findet voraussichtlich am 25.07.2020 statt.

Den definitiven Prüfungstermin erfragen Sie bitte bei der vhs.

Verbindlicher Anmeldeschluss:
Mittwoch, 27.05.2020

Bitte bringen Sie zur Anmeldung Ihre Ausweispapiere, die Prüfungsgebühr und ggf. Nachweise über Ihr Sprachniveau mit.

Bitte beachten Sie, dass die Prüfung erst ab einer Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen angeboten werden kann.

Für Prüflinge, die an einem B2-Deutschkurs der vhs Garmisch-Partenkirchen e.V. teilnehmen, gilt die ermäßigte Prüfungsgebühr (165,00 €).

40447-PRÜ **25.07.20**

Sa, 8.00 - 17.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21
ab 8 Pers. 215,00 €

**Ihre Bücher
bekommen Sie bei
ADAM oder auf
www.buch-adam.de**

**buchhandlung
ADAM**



Am Kurpark 20, 82467 Garmisch-Partenkirchen
Tel.: 08821/57375, info@buch-adam.de

**OBERAMMERGAU****Deutsch A1.1**

Für Teilnehmende mit keinen oder geringen Deutschkenntnissen, die aber die lateinische Schrift sicher beherrschen. Sie absolvieren die erste Hälfte des A1 Niveaus.

This course is aimed at participants with little or no knowledge of German but all participants must be able to read and write using the German alphabet fluently. This course introduces the first half of A1 level.

Kursbuch/Coursebook: Menschen A1, Hueber Verlag, Lektion 1 - 12, ISBN 978-3-19-101901-3

Arbeitsbuch/Workbook: Menschen A1, Hueber Verlag, Lektion 1 - 12, ISBN 978-3-19-111901-0

40415 **ab 09.03.20**

Mo, 24 Termine, 19.30 - 21.00 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Mi
Oberammergau, Grund- und Mittelschule,
Dr. Heidrun Müller
ab 8 Pers. **190,00 €**

Deutsch A1.2

Für Teilnehmende mit geringen Deutschkenntnissen, die aber die lateinische Schrift sicher beherrschen. Sie absolvieren die zweite Hälfte des A1 Niveaus.

Der Focus im Unterricht liegt auf dem mündlichen Sprachgebrauch (Sprechen, Hören, Lesen; Grammatik und Wortschatz). Schreiben und Wiederholen der Kursarbeit wird besonders in Form von schriftlichen Hausaufgaben geübt.

This course is the continuation of A1.1 and is aimed at participants with little knowledge of German but all participants must be able to read and write using the German alphabet fluently. The second half of the A1 level will be covered in this course.

We focus on the oral command of the German language (speaking/conversation, listening, reading; grammar and vocabularies). Writing skills will be practised by repeating the relevant unit topics in the form of written pieces of homework.

Kursbuch/Coursebook: Menschen A1, Hueber Verlag, Lektion 13 - 24, ISBN 978-3-19-101901-3

Arbeitsbuch/Workbook: Menschen A1, Hueber Verlag, Lektion 13 - 24, ISBN 978-3-19-111901-0

40414 **ab 09.03.20**

Mo, 24 Termine, 17.45 - 19.15 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo + Mi
Oberammergau, Grund- und Mittelschule,
Dr. Heidrun Müller
ab 8 Pers. **190,00 €**

Agip Service Station
Garmisch-Partenkirchen

Heike Gottlieb
Burgstraße 16- 82467 Garmisch-Partenkirchen
Tel. 08821 947002 - Fax 08821 947059
e-mail: h.g-w@web.de



Englisch**Englisch A1 - Anfänger**

Für Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

Sie haben bisher noch nie Englisch gelernt, benötigen jedoch jetzt Englischkenntnisse für berufliche und/oder private Zwecke? Sie hatten früher schon einmal Englischunterricht, wollen nun aber Englisch noch einmal ganz von vorne lernen? Willkommen im Kurs! Sie lernen die Grundlagen der englischen Sprache, damit Sie sich in allen wichtigen Alltagssituationen zurechtfinden.

Kursbuch: Let's Enjoy English A1.1, Klett-Verlag, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-501630-9

40605 **ab 02.03.20**

Mo, 12 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Gundula Martz
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Englisch A1

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen. Nachdem wir im vergangenen Semester erste Einblicke in die englische Sprache gewonnen haben, wollen wir nun unsere Kenntnisse vertiefen. Die Kursleiterin, selbst Muttersprachlerin, wird Ihnen weitere Grundlagen der englischen Sprache übermitteln, damit Sie sich in allen wichtigen Alltagssituationen zurechtfinden. Neue Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

Kursbuch: Let's Enjoy English A1.1, Klett-Verlag, ab Lektion 5, ISBN 978-3-12-501630-9

40603 **ab 11.03.20**

Mi, 12 Termine, 17.30 - 19.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Klaudia Hunter
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Englisch A1 - Auffrischung

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen. Sie haben vor vielen Jahren schon einmal Englisch gelernt und haben das Gefühl alles vergessen zu haben? Dann gehören Sie zu den sog. "false beginners", den "unechten" Anfängern. Nachdem wir im vergangenen Semester mit unserer Auffrischung begonnen haben, werden wir nun unsere Vorkenntnisse weiter in einem angenehmen Lerntempo vertiefen. Quereinsteiger sind herzlich willkommen!
Kursbuch: At your leisure, Hueber Verlag, ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-009599-5

40604 **ab 04.03.20**

Mi, 12 Termine, 10.00 - 11.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Gundula Martz
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Englisch A1 - Für Senior/innen

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

Kursbuch: Let's Enjoy English A 1.2, Klett Verlag, ab Lektion 6, ISBN 978-3-12-501632-3

40600 **ab 02.03.20**

Mo, 12 Termine, 10.00 - 11.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Herta Weisner
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

**Englisch****Englisch A2**

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

Sie haben mittlerweile schon vertiefte Einblicke in die englische Sprache erhalten und möchten weiter darauf aufbauen? Die Kursleiterin, selbst Muttersprachlerin, wird Ihnen weitere Grundlagen der englischen Sprache vermitteln, damit Sie sich in allen wichtigen Alltagssituationen immer besser zurechtfinden.

Kursbuch: Network Now A2.1, Klett Verlag, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-606591-7

40601 ab **02.03.20**

Mo, 12 Termine, 18.00 - 19.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Alison Morris
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Englisch A2

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

Kursbuch: Let's Enjoy English A2.1, Klett-Verlag, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-501638-5

40602 ab **04.03.20**

Mi, 12 Termine, 17.30 - 19.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Alison Morris
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Englisch A2

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

Kursbuch: Network Now A2.2, Klett Verlag, ab Lektion 3, ISBN 978-3-12-606593-1

40626 ab **16.03.20**

Mo, 12 Termine, 18.30 - 20.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Gabriele Huppertz
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Englisch B1 - Für Senior/innen

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

Die Kursunterlagen werden zu Beginn des Kurses bekannt gegeben.

40616 ab **11.03.20**

Mi, 12 Termine, 15.30 - 17.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Klaudia Hunter
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Englisch A2 - Easy Conversation

The main focus of this course is on speaking and you will get the chance to use and improve your spoken English. Take the opportunity to brush up your English and let's start talking!

40640 ab **18.03.20**

Mi, 12 Termine, 9.00 - 10.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Gabriele Huppertz
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Englisch B1/B2 - Intermediate Conversation

Improve your spoken English and expand your vocabulary in a fun and interesting class. Practise using English phrases that are commonly used by native speakers. Learn to say what you mean and express your opinions with ease.

40641 ab **02.03.20**

Mo, 12 Termine, 18.15 - 19.45 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Joon Yee Lou
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Tipp:
Curry Cooking
and English Conversation

s. S. 40

Englisch B2/C1 - Advanced Conversation

If you want to practise and improve your English, expand your vocabulary, improve your grammar, talk about current affairs or general knowledge...this is the right course for you.

Das Material wird zu Semesterbeginn mit der Dozentin festgelegt.

40650 ab **05.03.20**

Do, 12 Termine, 18.30 - 20.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Alison Morris
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

MITTENWALD**Englisch A1 - Auffrischung von Anfang an**

Für Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

Sie haben vor vielen Jahren schon einmal Englisch gelernt und haben das Gefühl alles vergessen zu haben? Dann gehören Sie zu den sog. "false beginners", den "unechten" Anfängern. Denn Sie werden feststellen, dass Sie nicht alles vergessen haben. In diesem Kurs wird zwar "von vorne" angefangen, doch Sie werden erkennen, dass Sie einigen Wortschatz schnell reaktivieren können und auch noch zahlreiche Grammatikregeln automatisch beherrschen. In einem angenehmen Lerntempo wird darauf aufgebaut und systematisch Wortschatz und Basisgrammatik erarbeitet.

Kursbuch: At your leisure, Hueber Verlag, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-009599-5

40630 ab **03.03.20**

Di, 12 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
Mittenwald, Grund- und Mittelschule,
Heinz Fellmeth
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Englisch A2 - Easy Conversation

The main focus of this course is on speaking and you will get the chance to use and improve your spoken English. Take the opportunity to brush up your English and let's start talking!

40631 ab **04.03.20**

Mi, 6 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
Mittenwald, Grund- und Mittelschule,
Heinz Fellmeth
ab 5 Pers. 62,50 €

Französisch**Französisch A1**

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.

Nachdem wir im vergangenen Semester erste Einblicke in die französische Sprache gewonnen haben, wollen wir nun unsere Kenntnisse vertiefen. Neue Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

Kursbuch: On y va! A1, Hueber Verlag, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-003325-6

40801 ab **02.03.20**

Mo, 12 Termine, 19.00 - 20.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Josquin Couëffé
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Französisch B1 - Conversation facile

Vous voulez discuter de sujets d'actualité, et découvrir des régions françaises à l'aide de textes faciles.

40830 ab **03.03.20**

Di, 12 Termine, 18.15 - 19.45 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Simone Krause
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

**Französisch****Französisch B2 - Conversation**

Vous vous intéressez à la littérature et vous voulez découvrir les romans dont on parle en France.

40831 ab **03.03.20**

Di, 12 Termine, 10.30 - 12.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Simone Krause
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Italienisch**Italienisch A1 - Anfänger**

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse oder mit geringen Kenntnissen.

Sie würden gerne nach Italien in den Urlaub fahren und die Speisekarte im Restaurant lesen oder ein Eis auf Italienisch bestellen können? Sie möchten sich mit den italienischen Touristen hier in Deutschland ein bisschen unterhalten? Dann herzlich willkommen im Kurs! Wir werden uns die Grundlagen der Sprache aneignen, damit Sie einfache Dialoge führen und Auskünfte und Hinweise erfragen und geben können. Eine schöne Möglichkeit, um die italienische Sprache und Kultur in einer freundlichen und entspannten Atmosphäre kennenzulernen!

Kursbuch: Nuovo Espresso 1, Hueber Verlag, ab Lektion 1, ISBN: 978-3-19-205438-9

40905 ab **04.03.20**

Mi, 12 Termine, 20.00 - 21.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Cinzia Mackrodt
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Dozentenportrait**Cinzia Mackrodt**

Buongiorno! So grüßen wir in Italien den ganzen Tag, solange es hell ist.

Ja, ich komme aus Italien (Venezien) und liebe meine Heimat genauso wie meine zweite, Bayern. Deswegen freue ich mich, meine Muttersprache und alles, was dazu beiträgt, einen Aufenthalt in Italien zu genießen (Kultur, Küche, Denkweise) zu vermitteln. In meinen Konversationskursen sind aber die Teilnehmer/innen die Hauptpersonen, die mit Ihren Erfahrungen aus ihren Reisen jede Unterrichtsstunde nicht nur bereichern, sondern mitgestalten und einzigartig machen.

Grazie a tutti voi! Ich freue mich auf das neue Semester!

Italienisch A1

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

In unserem lustigen und gut besuchten Kurs für "fast Anfänger" und Quer- sowie Wiedereinsteiger nähern wir uns immer mehr dem Ziel, Italienisch in einfachen Lebenssituationen zu sprechen und zu verstehen.

Kursbuch: Nuovo Espresso 1, Hueber Verlag, ab Lektion 4-5, ISBN: 978-3-19-205438-9

Bitte mitbringen: Lust zu Hause zu vertiefen und zu üben, gute Laune, Buch Nuovo Espresso 1 und...carta e penna!

40901 ab **03.03.20**

Di, 12 Termine, 20.00 - 21.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Alessandra Carboni Riehn
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Italienisch A1

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

Nachdem wir im vergangenen Semester erste Einblicke in die italienische Sprache gewonnen haben, wollen wir nun unsere Kenntnisse vertiefen. Die Kursleiterin, selbst Muttersprachlerin, lädt Sie ein, die italienische Sprache und Kultur in einer freundlichen und entspannten Atmosphäre kennenzulernen! Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen!

Kursbuch: Nuovo Espresso 1, Hueber Verlag, ab Lektion 5, ISBN: 978-3-19-205438-9

40904 ab **05.03.20**

Do, 12 Termine, 18.15 - 19.45 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Gülüzar Sara Kutlu
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Italienisch A1

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

Im vergangenen Semester haben wir erste Einblicke in die italienische Sprache gewonnen. Nun geht es motiviert und flott weiter! Mit der Kursleiterin, selbst Muttersprachlerin, werden Sie sich weitere Kenntnisse aneignen und Interessantes über Land und Leute erfahren. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen!

Kursbuch: Nuovo Espresso 1, Hueber Verlag, ab Lektion 4, ISBN: 978-3-19-205438-9

40902 ab **17.03.20**

Di, 12 Termine, 19.15 - 20.45 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Annalisa Todisco
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Italienisch A2

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

In unserem lebendigen und relativ kleinen Kurs fahren wir fort mit dem Erlernen der italienischen Sprache. Es wird von Semester zu Semester anspruchsvoller, aber auch schöner - denn endlich können wir uns auch im Alltag verständigen!

Kursbuch: Nuovo Espresso 2, Hueber Verlag, ab Lektion 3, ISBN 978-3-19-205439-6

Bitte mitbringen: Lust zu Hause zu vertiefen und zu üben, gute Laune, Buch Nuovo Espresso 2 und...carta e penna!

40912 ab **03.03.20**

Di, 12 Termine, 18.15 - 19.45 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Alessandra Carboni Riehn
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

**Italienisch****Italienisch A2**

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

Die Kursleiterin, selbst Muttersprachlerin, wird Ihnen weitere Grundlagen der italienischen Sprache vermitteln, damit Sie sich locker unterhalten und Auskünfte und Hinweise erfragen und geben können.

Kursbuch: Nuovo Espresso 2, Hueber Verlag, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-205439-6

40903 ab **17.03.20**

Di, 12 Termine, 17.30 - 19.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Annalisa Todisco
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Italienisch A2

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

Kursbuch: Nuovo Espresso 2, Hueber Verlag, ab Lektion 8, ISBN 978-3-19-205439-6

40918 ab **03.03.20**

Di, 12 Termine, 20.00 - 21.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Cinzia Mackrodt
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Italienisch B2/C1

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

In unserem kleinen, feinen Fortgeschrittenenkreis gehen wir das Buch Nuovo Espresso 4 durch und besprechen immer wieder aktuelle Themen: Kultur, Literatur, Reisetipps, Zeitungsartikel...auch Kochrezepte! Alles fast nur in Italienisch. Gerne würden wir neue Teilnehmende bei uns begrüßen!

Kursbuch: Nuovo Espresso 4, Hueber Verlag, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-325466-5

Bitte mitbringen: Lust zu Hause zu vertiefen und zu üben, gute Laune, Buch Nuovo Espresso 4 und...carta e penna!

40941 ab **04.03.20**

Mi, 12 Termine, 9.00 - 10.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, N.N.
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Italienisch A2 - Conversazione facile

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

Nachdem wir die Grammatik von A2 durchgearbeitet haben, wollen wir jetzt das Gelernte in leichter Konversation üben, um Sicherheit beim Sprechen zu erreichen. Wir nutzen die Gelegenheit, um die Formen zu wiederholen, die verpasst oder vergessen worden sind, wobei der Fokus im Unterricht in der sprachlichen Anwendung des Gelernten liegt.

Kursbuch: A voi la parola. Konversationskurs Italienisch A2/B1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-525574-6

40920 ab **04.03.20**

Mi, 12 Termine, 18.15 - 19.45 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Cinzia Mackrodt
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Giro d'Italia A2/B1 - Conversazione livello medio

Wir setzen unsere imaginäre Reise durch Italien fort, bei der alle Teilnehmenden die Gelegenheit haben, die italienische Sprache anzuwenden, eigene Erfahrungen auszutauschen sowie Neues über die einzelnen Regionen Italiens zu erfahren.

Kursbuch: Qua e là per l'Italia, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-005412-1

40929 ab **03.03.20**

Di, 12 Termine, 18.15 - 19.45 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Cinzia Mackrodt
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Italienisch B1/B2 - Conversazione livello avanzato

Conversazione livello intermedio e avanzato
Kursbuch: Qua e là per l'Italia, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-005412-1

40940 ab **05.03.20**

Do, 12 Termine, 20.00 - 21.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Cinzia Mackrodt
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Italienisch C1 - Conversazione italiana

Livello avanzato. Letture, discussioni e approfondimento della grammatica.

40949 ab **04.03.20**

Mi, 12 Termine, 18.15 - 19.45 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Gertrud Roscher
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

MITTENWALD**Italienisch A1**

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

Nachdem wir im vergangenen Semester angefangen haben, unsere Kenntnisse aus Nuovo Espresso 1 aufzufrischen, wollen wir das bereits Gelernte weiter vertiefen. Wir wiederholen und reaktivieren Wortschatz und Grammatik und widmen uns dabei natürlich auch wieder der italienischen Kultur und Lebensart.

Motivierte Quereinsteiger und "eingerostete" Wiedereinsteiger sind jederzeit herzlich willkommen!

Kursbuch: Intermezzo, Hueber Verlag, ab Lektion 4, ISBN: 978-3-19-209600-6

40915 ab **09.03.20**

Mo, 12 Termine, 18.15 - 19.45 Uhr
Mittenwald, Grund- und Mittelschule,
Klaus Ronge
5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Sprachencafé Italienisch A2/B1

Die jeweils aktuelle Ausgabe von "ADESSO" aus dem Spotlight Verlag ist Grundlage für unsere Arbeit in diesem Kurs. Anhand von unterschiedlichen Artikeln wollen wir dabei unsere Sprach- und Lesekompetenz verbessern, die vorhandenen Grammatikkenntnisse festigen und das freie Sprechen intensivieren.

Das Heft "ADESSO" wird gesammelt über den Kursleiter bestellt.

Sprachencafé Italienisch Teil I

40935 ab **11.03.20**

Mi, 5 Termine, 19.00 - 20.30 Uhr
Mittenwald, Grund- und Mittelschule,
Klaus Ronge
ab 8 Pers. 38,50 €

Sprachencafé Italienisch Teil II

40936 ab **13.05.20**

Mi, 5 Termine, 19.00 - 20.30 Uhr
Mittenwald, Grund- und Mittelschule,
Klaus Ronge
ab 8 Pers. 38,50 €





Spanisch

Spanisch A1 - Anfänger

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

Suchen Sie einen Spanischkurs für Anfänger, in dem Sie die spanische Sprache mit viel Freude und Elan erlernen können? Dann sind Sie hier gerade richtig! Ganz gleich, ob Sie sich auf Ihren nächsten Urlaub vorbereiten wollen oder Spanisch für Ihren Beruf benötigen – Ihr Kursleiter, selbst Muttersprachler, bringt Ihnen die Grundlagen bei, damit Sie sich locker verständigen können. Probieren Sie es aus!

Kursbuch: Con Gusto Nuevo A1, Klett Verlag, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-514671-6

42200 ab **05.03.20**

Do, 12 Termine, 18.45 - 20.15 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Miguel Marcelo Haase
Montero

5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Spanisch A1

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen. Nachdem wir im vergangenen Semester erste Einblicke in die spanische Sprache gewonnen haben, wollen wir nun unsere Kenntnisse vertiefen. Neue Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

Kursbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag, ab Lektion 6, ISBN 978-3-12-514671-6

42201 ab **05.03.20**

Do, 12 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Miguel Marcelo Haase
Montero

5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Dozentenportrait



Miguel Haase Montero

!Hola!

Mein Name ist Miguel Haase Montero. Ich bin in den Anden aufgewachsen und lebe nun seit vier Jahren im wunderschönen Werdenfelser Land, wo ich mich weiterhin einer meiner Leidenschaften widmen kann, nämlich dem Wandern. Mit deutsch-ecuadorianischen Wurzeln liebe ich es, beide Kulturen intensiv zu erleben, so trage ich gerne eine Tracht aber auch einen Poncho.

In meiner Erstausbildung als Gesundheits- und Krankenpfleger machte ich viele Erfahrungen mit der deutschen aber auch mit anderen Kulturen. Im Rahmen meines Studiums erlernte ich dann die Grundlagen der Pädagogik und eignete mir einen flexiblen, individuell abgestimmten und offenen Unterrichtsstil an.

Durch meine zweite Leidenschaft, das Reisen, habe ich selbst die Erfahrung gemacht, wie unterschiedlich Spanisch sein kann: Für mich selbstverständliche Wörter waren plötzlich in anderen spanischsprechenden Ländern nicht bekannt oder hatten eine ganz andere Bedeutung. Gerne lade ich Sie ein, meine Muttersprache in all ihren Facetten näher kennenzulernen.

!Adios! y! Hasta pronto!

Spanisch A1

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

In einem angenehmen Lerntempo lernen wir nicht nur die spanische Sprache, sondern auch die Kultur Spaniens und Lateinamerikas kennen. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen!

Kursbuch: Con gusto A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit 2 CDs, Klett Verlag, ab Lektion 10, ISBN 978-3-12-514980-9

42202 ab **02.03.20**

Mo, 12 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Lourdes Salazar de Kratz

5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Spanisch A2

Für Teilnehmende, die das Niveau A1 bereits abgeschlossen oder entsprechende Vorkenntnisse haben.

Kursbuch: Con gusto nuevo A2, Lehr- und Arbeitsbuch mit 2 CDs, Klett Verlag, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-514677-8

42221 ab **03.03.20**

Di, 12 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Marta Planas Munsó

5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Spanisch B1

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen.

En este curso seguimos trabajando en el nivel B1 y disfrutamos hablando en español. También repasamos la gramática y enriquecemos nuestro vocabulario.

Kursbuch: Con Gusto B1, Klett Verlag, ab Lektion 4, ISBN 978-3-12-515010-2

42222 ab **03.03.20**

Di, 12 Termine, 18.30 - 20.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Marta Planas Munsó

5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €

Arabisch

Arabisch A1 - Anfänger Teil 2

Im ersten Teil des Kurses haben wir die Umschrift des Arabischen ins Lateinische gelernt. Wenn Sie mit Menschen aus dem arabischen Kulturkreis zusammenarbeiten und sich gerne mit ihnen austauschen möchten, so lernen Sie hier arabische Alltagskonversation ohne arabische Schrift. Alle Sätze werden in lateinischer Umschrift vermittelt. Sie lernen sich in weiteren kleinen Alltagssituationen zu behaupten. Die Einstiegslektion wird am ersten Kurstag von der Kursleitung bekanntgegeben.

Kursbuch: Einstieg Arabisch für Kurzsprechende, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-005290-5

Bitte mitbringen: Schreibheft und Stift

40100 ab **03.03.20**

Di, 12 Termine, 18.15 - 19.45 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Shams Alsaleh

5-7 Pers. 125,00 € ab 8 Pers. 91,50 €





Deutsch als
Zweitsprache

vhs-lernportal.de

kostenfrei – flexibel einsetzbar – mobil

Grundbildung



ein Projekt des DWV e.V.

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

Einführung in das vhs-Lernportal

Mit dem vhs-Lernportal kann jeder individuell und selbstgesteuert Deutsch lernen und seine Kenntnisse verbessern - ob begleitend zu einem Deutschkurs oder einfach so. Und das Beste daran: die Nutzung ist völlig kostenfrei!

Alles, was man dazu braucht ist ein Internetzugang, eine E-Mail-Adresse und einen Computer oder ein Smartphone.

Die Referentin stellt das Lernportal mit all seinen Möglichkeiten vor und steht für Fragen gerne zur Verfügung. Alle Interessenten sind dazu herzlich eingeladen.

60000 **24.03.20**

Di, 18.00 - 19.30 Uhr
Oberammergau, Ettalerstr. 57e
Gemeinschaftshaus, Sylvia Hundt
ab 1 Pers. Eintritt frei, ohne Anmeldung

60001 **22.04.20**

Mi, 19.30 - 21.00 Uhr
Burgrain, Kirchweg 4, Ulrike Lorenz
ab 1 Pers. Eintritt frei, ohne Anmeldung



EDV UND BERUF

EDV-Kurse

1000 kleine EDV-Fragen kompakt beantwortet

Für alle Handwerker und Selbständige, die gerne alle Kniffe und Tricks eines Büroangestellten rund um den PC wüssten, um sich die leidige Büroarbeit zu vereinfachen - Bilder und Anhänge per Mail versenden, den Drucker zum Laufen bringen trotz Warteschlange, verlorene Dokumente wieder finden usw.

50131 **ab 02.03.20**

Mo, 4 Termine, 18.00 - 21.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Christian Scheffler
ab 5 Pers. 80,00 €

Tipp: **Seh- und Augentraining**

s. S. 45

Tastschreiben

10-Fingersystem in 5 Stunden - Tastschreiben

Für Erwachsene
Wer braucht das nicht? Schnelles Eingeben von Texten in den PC. Das 10-Fingersystem in 5 Stunden ermöglicht es Ihnen, mit viel Spaß und innerhalb kürzester Zeit die Tastatur blind zu beherrschen. Das eingesetzte Lernsystem berücksichtigt verschiedene Lerntypen und sorgt durch das Zusammenspiel mehrerer Sinne für schnelleres und effizienteres Lernen. Im ersten Schritt werden Bilder und Farben den jeweiligen Buchstaben-, Zeichen- und Zahlentasten zugeordnet. Dann erfolgt die Kombination zu Bildgeschichten. Sie dienen als "Übungsleitfaden", mit dem der Tastaturaufbau erlernt wird. Geschichte und Aufbau werden über Lernkonzerte vertieft. Die Sicherung des Gelernten erfolgt durch Übungen im Arbeitsheft. Durch den Einsatz des Tastaturschreibtrainers auf CD können Sie Ihre Schreibgeschwindigkeit zu Hause stetig erhöhen.

Inkl. Arbeitsheft mit Einzelplatzlizenz für den Tastaturschreibtrainer, der individuelles Üben zu Hause ermöglicht.

50200 **ab 13.05.20**

Mi, 5 Termine, 18.15 - 19.45 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Susanne Bader
ab 5 Pers. 68,00 €

**EDV für Senior/innen****Erste Schritte am Computer für Senior/innen - Grundlagen (Windows 10)**

In diesem Kurs wird in ruhigem und stressfreiem Lerntempo vorgegangen und es ist viel Zeit zum Üben vorgesehen. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.

Inhalte: Wie funktionieren die Eingabegeräte (Maus und Tastatur), Programme und Dateien öffnen und verwenden, Fenster verkleinern und vergrößern, einen einfachen Text mit Word 2013 erstellen und ausdrucken, Ordnung bei Dateien und Ordnern, Dokumente richtig ablegen (speichern) und wiederfinden (öffnen), Windows benutzerfreundlicher einstellen.

In der Kursgebühr sind die Kosten für ein Lehrbuch bereits enthalten.

50101 **ab 23.03.20**
Mo, 8 Termine, 14.00 - 17.00 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo und Mi
vhs, Burgstr. 21, Anton Demler
ab 5 Pers. **199,00 €**

Senior/innen ins Netz! - Internet und E-Mails

Lernen Sie die Struktur, die wichtigsten Dienste und Zugangsmöglichkeiten zum Internet für private Anwender kennen. Schwerpunkt ist die effektive Nutzung des Internets: Suchen und Finden, Suchmaschinen, Städtereisen per Internet planen, Favoriten, E-Mails verschicken und empfangen, Routenplaner und Ortspläne.

50100 **ab 04.05.20**
Mo, 2 Termine, 14.00 - 17.00 Uhr
zweimal wöchentlich, Mo und Mi
vhs, Burgstr. 21, Anton Demler
ab 5 Pers. **52,00 €**

OBERAMMERGAU**Übungstreff für Einsteiger**

Dieser Treff vermittelt Ihnen EDV-Grundlagenwissen und nimmt Ihnen die Scheu vor dem Computer und dem Umgang mit dem Internet. Im Vordergrund steht das praktische Ausprobieren und Üben unter Anleitung eines aktiven Senioren. Auch für Ihre Fragen ist genügend Zeit eingeplant.

Inhalte: Grundlagenwissen zur Bedienung des Computers und zum Arbeiten mit Windows 7, Einführung in das Internet. Es werden geringe Grundkenntnisse vorausgesetzt.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial für eigene Notizen mitbringen!

50104 **ab 05.03.20**
Do, 4 Termine, 18.00 - 20.00 Uhr
Oberammergau, Grund- und Mittelschule -
EDV-Raum, Bernd Bardelang
ab 5 Pers. **50,00 €**

Internet & Datenschutz**Internet - aber sicher!**

Ohne das Internet geht es heutzutage fast nicht mehr. Bei vielen sorgt das World Wide Web mit seinen unendlichen Möglichkeiten für Verwirrung und Unsicherheit. In diesem Seminar weist Sie der Dozent auf Sicherheitsprobleme hin und zeigt Ihnen, wie Sie diese reduzieren können.

50132 **23.03.20**
Mo, 18.00 - 21.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Christian Scheffler
ab 5 Pers. **20,00 €**

Warum Bloggen - warum mit Word Press.org?

Ein Orientierungsabend

Wollen Sie Ihr Thema im Internet sichtbar(er) machen? Diese Veranstaltung vermittelt kompakt wichtiges Vorwissen. Es geht um Word-Press, worauf Sie achten müssen und einen ersten Einblick, wie schnell ein Blog-Beitrag erstellt ist. Im besten Fall inspiriert Sie diese kompakte Informationsveranstaltung dazu, die digitalen Möglichkeiten in Zukunft persönlich (noch mehr) zu Ihrem Vorteil zu nutzen. Es war nie leichter als heute, individuelle Wunschprojekte digital zu verwirklichen - und das in jedem Alter.

Hier erfahren Sie, was Sie wissen sollten, bevor Sie einen Blog starten.

50105 **20.03.20**
Fr, 19.00 - 21.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Anja Zörner
ab 5 Pers. **14,00 €**



Bayerisches Staatsministerium für Wirtschaft, Infrastruktur, Verkehr und Technologie
Die Ausstattung unseres Kursraums für die berufsbezogene Fortbildung wurde gefördert durch Mittel des Europäischen Regionalfonds (EFRE) und durch Mittel des Bayerischen Staatsministeriums für Wirtschaft und Medien, Energie und Technologie.



Internet & Datenschutz

Ihr Blog: Die ersten Schritte

Experimentieren mit WordPress.org

Bloggen verbindet Generationen. Ein eigener Blog hält Sie jung, technisch fit und bedeutet auch für die Region einen Gewinn. Für Ihren persönlichen Blog benötigen Sie Fantasie, genauso Mut und natürlich ein Thema, das perfekt zu Ihnen passt und Ihnen wichtig ist. In diesem Mini-Workshop erfahren Sie praktisch, wie Sie Ihren Blog mit WordPress aufbauen können. Neben Hintergrundinformationen erhalten Sie die Möglichkeit, mit WordPress langsam vertraut zu werden und erste Blog-Beiträge zu gestalten. Sie erhalten im Kurs den Zugang zu einer eigenen WordPress-Testumgebung. Wenn Sie einen USB-Stick mitbringen, können Sie am Ende der Veranstaltung Ihre erstellten Inhalte darauf speichern und mit nach Hause nehmen.

50106 ab **27.03.20**
Fr, 2 Termine, 17.00 - 20.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Anja Zörner
ab 5 Pers. 40,00 €

Webinar:

Das Seminar im Web! Sie treffen sich mit Ihrem Kursleiter und anderen Teilnehmer/-innen zu einem festen Termin im Netz und nehmen online an Ihrem Webinar teil. Sie loggen sich über einen Link ein, egal, wo Sie sich gerade aufhalten. Den Link bekommen Sie rechtzeitig von uns zugesandt.

Webinar: Digitale Attacken und wie Sie sich dagegen wappnen

Spam, Scam und Phishing sind nur einige Begriffe für Phänomene, denen Sie im Internet ausgesetzt sind. Wir klären über die gängigsten Verfahren auf und zeigen Ihnen, wie Sie sich dagegen wehren können.

In Kooperation mit der vhs SüdOst

50110 **23.04.20**
Do, 19.00 - 21.00 Uhr
Kursort: Internet, Steffen Bahlinger
ab 1 Pers. gebührenfrei

Webinar: Social Engineering

Mit Social Engineering umschreibt man allgemein die soziale Manipulation von Menschen in der heutigen Zeit. Seien es fingierte Telefonanrufe (Enkel-Trickbetrug), gefälschte Absender in E-Mails oder vorgetäuschte Notsituationen - die Methoden sind vielfältig. Wir zeigen ihnen, wie Sie sich dagegen wappnen können. In Kooperation mit der vhs SüdOst

50111 **07.05.20**
Do, 19.00 - 21.00 Uhr
Kursort: Internet, Steffen Bahlinger
ab 1 Pers. gebührenfrei

CyberMonday

Die gebührenfreie Veranstaltungsreihe „CyberMonday“ in Kooperation mit der Volkshochschule SüdOst informiert Sie monatlich per Livestream zu einem aktuellen Thema der digitalen Welt.

Livestream:

Der Vortrag im Web! Zu einem festen Termin folgen Sie online einem Vortrag, der direkt aus der Volkshochschule oder einer anderen Institution übertragen wird. Sie loggen sich über einen Link ein, egal, wo Sie sich gerade aufhalten. Den Link bekommen Sie rechtzeitig von uns zugesandt.

CyberMonday: Digitale Bezahlmethoden

Wo früher Bargeld und die EC-Karte ausreichten, bieten sich immer mehr Bezahlssysteme an. Diese sollen den Bezahlvorgang erleichtern und beschleunigen. Bei allen Vorteilen entstehen dabei auch einige Risiken. Wir klären Sie über die verschiedenen Systeme auf und helfen Ihnen, die Gefahren richtig einzuschätzen.

50180 **02.03.20**
Mo, 19.00 - 21.00 Uhr
Kursort: Internet, Sylvia Enzner
ab 1 Pers. gebührenfrei

CyberMonday: Fido2 - Der Abschied vom Passwort?

Fido2 ist ein neues Verfahren, mit dem man sich bei Webdiensten registrieren und einloggen kann. Damit ist es möglich, Passwörter zu ersetzen oder als zweiten Faktor (Zwei-Faktor-Authentifizierung) zu nutzen. Aktuell sind noch viele Fragen offen. Wir zeigen Ihnen, wie das System funktionieren kann, welche Hürden noch bestehen und worauf Sie dabei achten sollten.

In Kooperation mit der vhs SüdOst

50181 **20.04.20**
Mo, 19.00 - 21.00 Uhr
Kursort: Internet, N. N.
ab 1 Pers. gebührenfrei



MAYR MIESBACH
PRINT + MEDIEN

www.mayrmiesbach.de



BÜROBEDARF
REISEANDENKEN
DEKO & AMBIENTE
HOTELBEDARF

Martin Polz
Schorfstraße 31
D-82467 Garmisch-Partenkirchen
T 08821 . 57208
F 08821 . 2240
info@polz-gap.de
www.polz-gap.de

CyberMonday: Spam, Phishing und Hoax - Immer Ärger mit der Mail

E-Mails sind fast nicht mehr aus dem Alltag wegzudenken. Weltweit werden täglich rund 300 Milliarden versendet und empfangen. Doch bei all den Vorteilen haben sich auch Betrug und Datenklau als Probleme von Mails herausgestellt. Wir stellen ihnen die verschiedenen Bedrohungen vor und zeigen, wie sie diese identifizieren können.

In Kooperation mit der vhs SüdOst

50182 **04.05.20**
Mo, 19.00 - 21.00 Uhr
Kursort: Internet, N. N.
ab 1 Pers. gebührenfrei

CyberMonday: Die digitale Patientenakte

Im Herbst 2019 hat der Deutsche Bundestag die digitale Patientenakte beschlossen. Dieses Gesetz hat erstmal für einen Aufschrei unter IT-Fachleuten, Datenschützern und Ärzten gesorgt. An diesem Abend wollen wir hinter die Kulissen blicken und Für und Wider abwägen. In Kooperation mit der vhs SüdOst

50183 **15.06.20**
Mo, 19.00 - 21.00 Uhr
Kursort: Internet, N. N.
ab 1 Pers. gebührenfrei

CyberMonday: 2 Jahre DSGVO - Was ist aus dem Hype geworden

Im Mai 2018 ist die Datenschutzgrundverordnung in Kraft getreten. Seitdem ist das Thema immer mal wieder in den Tageszeitungen und diversen Nachrichten aufgetaucht. War der Hype im Frühjahr 2018 übertrieben oder haben wir uns nur einfach daran gewöhnt? Diesen Fragen gehen wir auf den Grund.

In Kooperation mit der vhs SüdOst

50184 **06.07.20**
Mo, 19.00 - 21.00 Uhr
Kursort: Internet, Ralf Turban
ab 1 Pers. gebührenfrei

RUDOLF SPICHTINGER GMBH
Führunternehmen Containerdienst Spezialtransporte

Container in allen Größen oder selbst anliefern.

"Auf Wunsch und auf Termin vor Ort - laden wir auf und fahren gleich den gesamten Sperrmüll fort!"
"In Container klein oder groß - Spichti ist famos"

Garmisch-Partenkirchen • Loisachauen • Telefon 0 88 21 / 28 86 und 10 75
info@spichtinger-gmbh.de • www.rudolf-spichtinger.de

Bildbearbeitung & Fotografie

Digitale Bildbearbeitung für Einsteiger - Adobe Lightroom

Sie möchten Ihre digitalen Bilder verwalten und für den Ausdruck bzw. für Abzüge aufbereiten? Der Fotograf Andreas Müller zeigt es Ihnen.

Adobe Lightroom ist speziell für Fotografen entwickelt worden. Egal ob Hobby- oder Profifotograf, der Ablauf ist der gleiche.

In diesem Seminar lernen Sie:

- Bilder importieren, mit Schlagwörtern versehen und so archivieren, dass Sie sie später wieder finden
- Entwicklung der Bilder in Belichtung, Weißabgleich, Tonwert und Retusche
- Weitergabe der bearbeiteten Fotos als Diashow, Ausdrucke, Fotobücher und Webgalerie
- Umgang mit Raw-Bildern
- Bildbeurteilung, intensive Bildbearbeitung
- Verschlagwortung und Metadaten
- Farbmanagement, Gradationskurve, Freistellen, Bereichsreparatur, Verlaufsfilter, S/W Konvertierung, Objektivkorrekturen, Beheben von chromatischer Aberration und Bildrauschen, Erstellen von eigenen Entwicklungsvorgaben, auf Wunsch: Geotagging

Bearbeitet werden Übungsbilder, Sie können aber auch eigene Bilder auf USB-Stick mitbringen.

Voraussetzungen: Windowskenntnisse.

50102 **ab 10.03.20**
Di, 2 Termine, 19.00 - 21.00 Uhr
Di, 10.03. + Do, 12.03.
vhs, Burgstr. 21, Andreas Müller
ab 5 Pers. 32,00 €

Tipp:

Fotografieren mit dem Smartphone, S. 31
Sommer am Eibsee –
eine Fotowanderung, S. 31

Beruflicher Wiedereinstieg

Tipps und Hilfen für berufliche Wiedereinsteiger/innen

Sie möchten nach einer familienbedingten Unterbrechung wieder in den Beruf einsteigen? Sie haben sich schon länger nicht mehr auf eine neue Stelle beworben oder brauchen eine Anpassung Ihrer beruflichen Kenntnisse an die aktuellen Anforderungen des Arbeitsmarktes? Die Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Weilheim und Garmisch-Partenkirchen informiert Sie über regionale Angebote.

In Zusammenarbeit mit der Agentur für Arbeit

50000 **06.03.20**
Fr, 9.00 - 11.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Maria Vogl, Beauftragte für Chancengleichheit
ab 1 Pers. gebührenfrei



Xpert Business Webinare

Kaufmännische Weiterbildung mit bundesweit anerkannten Abschlüssen



- Infoveranstaltung
Informieren Sie sich **kostenfrei** über die Chancen und Möglichkeiten, die Ihnen die kaufmännische Weiterbildungsreihe Xpert Business bietet.

Mo, 17.02.20, 17.00 - 18.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, EDV-Raum

Ihre Ansprechpartnerin:
Anja Lechner, Tel. 08821 9590-20

Xpert Business Prüfungen

Zu allen angebotenen Webinaren können Sie eine Prüfung ablegen. Diese dauert in der Regel 180 Minuten. Prüfungsort ist die vhs Garmisch-Partenkirchen, Burgstr. 21.

Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf www.xpert-business.eu

Bitte vereinbaren Sie Ihren Prüfungstermin mit Ihrer Ansprechpartnerin Anja Lechner unter 08821/9590-20.

Finanzbuchführung 1 - Live-Webinar

Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z. B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. Sie sind in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen.

Vorkenntnisse: Keine

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten; Xpert Business Zertifikat

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf www.xpert-business.eu

50401 **ab 03.03.20**

Di, 20 Termine, 18.30 - 20.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Di und Do
Homeoffice
ab 1 Pers.

300,00 €

Finanzbuchführung 2 - Live-Webinar

Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Vorkenntnisse: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs Finanzbuchführung 1 vermittelt.

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten; Xpert Business Zertifikat

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf www.xpert-business.eu

50402 **ab 03.03.20**

Di, 20 Termine, 18.30 - 20.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Di und Do
Homeoffice
ab 1 Pers.

300,00 €

Kosten- und Leistungsrechnung - Live-Webinar

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs Finanzbuchführung 1 vermittelt.

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten; Xpert Business Zertifikat

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf www.xpert-business.eu

50404 **ab 03.03.20**

Di, 20 Termine, 18.30 - 20.30 Uhr
zweimal wöchentlich, Di und Do
Homeoffice
ab 1 Pers.

300,00 €

Weitere Webinare:

- Einnahmen- Überschussrechnung
- Kosten- und Leistungsrechnung
- Bilanzierung
- Controlling
- Lohn und Gehalt 1/2
- Lohn und Gehalt mit DATEV
- Finanzbuchführung mit DATEV
- Personalwirtschaft
- Finanzwirtschaft

Ausführliche Kursbeschreibungen und Termine finden Sie auf www.vhs-gap.de

druckerei pfuhrler
mittenwald garmisch-partenkirchen

am fischweiher 35-37
82481 mittenwald
☎ 0 88 23 / 83 35
fax 0 88 23 / 58 98
info@druckerei-pfuhrler.de

ludwigstraße 93
82467 garmisch-partenkirchen
☎ 0 88 21 / 9 64 30 00
fax 0 88 21 / 9 64 30 01
www.druckerei-pfuhrler.de

werbegrafik
buch- offset- endlos- digitaldruck



Kaufmännische Weiterbildung mit bundesweit anerkannten Abschlüssen

Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatssystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau.

In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu **anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen** geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden (nicht in der jeweiligen Kursgebühr enthalten). So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich. Und das Beste: Einen abgeschlossenen Kursbaustein können Sie sogar in mehrere Abschlüsse einbringen.

Xpert Business Abschlüsse Betriebswirtschaft									
	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter/in (XB)			Manager/in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter/in	Personal- und Lohnbuchhalter/in	Finanz- und Lohnbuchhalter/in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen Lohn Controlling
Finanzbuchführung (1)	●	●							●
Finanzbuchführung (2)	●		●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●		●		●
Bilanzierung			●		●		●	●	●
Finanzwirtschaft		●			●		●	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●	●
Controlling		●						●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●					●	●
Lohn und Gehalt (1)				●				●	●
Lohn und Gehalt (2)				●		●			●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●		●			●
Personalwirtschaft					●				●
Personale Kompetenzen	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vortragen								●

Alle Kursmodule mit Stundenzahlen und Lernzielkatalogen finden Sie auf der Xpert-Business-Webseite (<http://www.xpert-business.eu/kursuebersicht.html>)

Alle Webinare finden schon ab einer Anmeldung statt. Wir beraten Sie gerne umfassend vor und während des Kurses, damit Ihre Teilnahme auf jeden Fall ein Erfolg wird. Eine spezielle Prüfungsvorbereitung wird auf Wunsch als Präsenztermin organisiert.

Wie läuft ein Webinar ab?

Im Xpert Business LernNetz lernen Sie im Live-Webinar mit einem erfahrenen Online-Dozenten. An den Live-Webinaren nehmen Sie von zu Hause aus teil. Es handelt sich um ein Seminar, das über das Internet gehalten wird und bei dem Sie live mit einem Dozenten verbunden sind, der einen Vortrag hält, Übungsaufgaben stellt und Praxisfälle demonstriert. Über einen Chat haben Sie die Möglichkeit zur

Kommunikation mit einem zweiten Dozenten und anderen Teilnehmenden. Zudem wird das Webinar aufgezeichnet und dient so als Grundlage für die Vor- und Nachbereitung von Kurssequenzen.

Credit-Points fürs Studium

An vielen Hochschulstandorten und Kammern werden für Xpert Business-Abschlüsse wertvolle Credit-Points fürs Studium angerechnet. So z. B. an 31 Standorten der FOM-Hochschule, mehreren Handwerkskammern und bundesweit an der Euro-Fernhochschule.

Genauere Informationen über Hochschul- und Kammer-Anerkennungen und Credit-Points erhalten Sie auf der Xpert Business-Webseite (<http://www.xpert-business.eu/hochschule>).



JUNGE VHS

Computer & Co

10-Fingersystem in 5 Stunden - Tastschreiben für Kinder ab der 4. Klasse

Durch die ganzheitliche, assoziative Lernmethode des 10-Fingersystems in 5 Stunden lernen die Kinder über Vorstellungsbilder und Lerngeschichten die Lage der einzelnen Tasten Reihe für Reihe kennen. Nach der Erarbeitung der Vorstellungsbilder festigen sie in abwechslungsreichen und spielerischen Übungen die Verknüpfung von Bildern und Farben mit den jeweiligen Tasten und Fingern. Ab der ersten Übung werden sinnvolle Wörter geschrieben, die sich am Grundwortschatz orientieren. Gleichzeitig fördert das konzentrierte Schreiben nachweislich die Rechtschreibung und Konzentrationsfähigkeit.

Inkl. Arbeitsheft mit Einzelplatzlizenzen für den Tastschreibtrainer, der individuelles Üben zu Hause ermöglicht.

50201

Mi, 5 Termine, 16.30 - 18.00 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Susanne Bader,
Fachlehrerin für Maschinenschreiben
ab 5 Pers.

ab 13.05.20

68,00 €

Lernmethoden

Lern-Workshop

Für Schüler/innen aller Schularten ab Klasse 5

Fragst du dich auch manchmal, wie du die Menge an Schulstoff in deinen Kopf bekommen sollst und wie du es schaffen kannst, dass du am nächsten Tag nicht alles vergessen hast? In diesem Workshop verrate ich dir Tricks, wie dir genau das gelingen kann. Dabei erkläre ich dir zunächst die sogenannte Loci-Methode. Sie ist unser Hilfsmittel, um uns ohne allzu viel Mühe ganz viel Wissen aneignen zu können.

Ganz wichtig beim Lernen ist auch, dass wir unsere Fantasie gezielt einsetzen. Wie das funktionieren soll, zeige ich dir, indem wir Hauptstädte zu europäischen Ländern lernen. Außerdem bekommst du Tipps, wie du dir Jahreszahlen und Vokabeln leichter merken kannst. Falls uns noch Zeit bleibt, können wir üben, die Methoden auf aktuelle Lerninhalte anzuwenden.

10600

Do, 16.00 - 17.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Sonja Vonk, Heilpraktikerin
und Mentaltrainerin
ab 9 Pers.

05.03.20

4,50 €



Sonja Vonk

KinderUni



Anmeldung für das Frühling-/ Sommersemester 2020

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Wir laden euch wieder herzlich zu fünf spannenden Vorlesungen ein. Seid wieder mit dabei!

„Alte Hasen“ bringen ihren Studentenausweis mit und lassen ihn abstempeln. Neue KinderUni-Studentinnen und -Studenten erhalten ihren Ausweis zur ersten Vorlesung.

Die Einschreibgebühr für das ganze Semester beträgt 6,00 €.

Wer spontan eine Vorlesung als Gasthörer besuchen will, zahlt 3,00 €.

Die KinderUni richtet sich an Kinder zwischen 8 und 12 Jahren. Da die Veranstaltungen in der Regel eine Stunde dauern, sind jüngere Kinder leider nicht zugelassen. Auch Erwachsene müssen „draußen“ bleiben. Die Vorlesungen richten sich exklusiv an Kinder.

Vielen Dank für Ihr Verständnis.

1. Vorlesung:

Auf Entdeckungsreise zu Niere, Blase und Co

Was passiert in unserem Körper, wenn wir trinken? Und wie kommt die Flüssigkeit wieder aus unserem Körper heraus? Wir lernen viel über eine tolle Kläranlage in unserem Körper und wie wir gut mit ihr umgehen.

Achtung: Semesterbeginn! Bitte zur Ausgabe der Studentenausweise schon um 15:45 Uhr vor Ort sein.

10011 **21.04.20**

Di, 16.00 - 17.00 Uhr
Treffpunkt: Klinikum Garmisch-Partenkirchen, Magistrale
Gastprofessorin: Dr. Ulrike Necknig, Leiterin der Kinderurologie

2. Vorlesung:

Wie wild ist unser Bergwald?

Mit Förster Joachim Mark werfen wir einen Blick in unsere Wälder und erfahren Erstaunliches zu Wald und Wild und weiteren Waldbewohnern. Außerdem hat sich ein "tierischer" Gast angekündigt - lassen wir uns überraschen!

10012 **28.04.20**

Di, 16.00 - 17.00 Uhr
GAP, Kath. Pfarrsaal, Burgstr. 15
Gastprofessor: Joachim Mark, Förster

3. Vorlesung:

Ich sehe was, was du nicht siehst!?

Gemeinsam mit den Lichtstrahlen begeben wir uns auf eine Reise durch unsere Augen.

10013 **05.05.20**

Di, 16.00 - 17.00 Uhr
Treffpunkt: Werdenfels-Gymnasium, Wettersteinstr. 30, Eingangshalle
Gastprofessorin: Melissa Waurick, Augenoptikermeisterin und M.Sc. Vision Science Optometry

4. Vorlesung:

Naturdetektive unterwegs

Wir erkunden zusammen den Lebensraum Wiese. Was krecht und fleucht im dichten Grün? Was ist eigentlich eine Wiese? Wie viele Pflanzen kennst du schon?

Als Detektive ausgestattet wollen wir dem Geheimnis "Wiese" auf den Grund gehen.

10014 **12.05.20**

Di, 16.00 - 17.00 Uhr
Treffpunkt: Farchant: Wanderparkplatz
Kuhflucht am Trachtenheim
Gastprofessorin: Michaela Wölfle, Dipl.-Ing. Umweltsicherung (FH)



5. Vorlesung:

Ja so warn's die alten Rittersleut'

Wir tauchen ein in die Lebenswelt des Mittelalters: wie man Burgen baute und Feuer machte. Wie man sich ernährte. Und wie aus Jungen Ritter wurden und welche Ausbildung die Mädchen bekamen. Bei schönem Wetter bleiben wir draußen auf der Pfarrheimwiese.

10015 **19.05.20**

Di, 16.00 - 17.00 Uhr
GAP, Kath. Pfarrsaal, Burgstr. 15
Gastprofessor: Christian Scheffler, Mittelalter-Experte

Impressionen aus dem letzten Semester:



Wir danken unseren ehrenamtlichen Helfern Josefine Sand und Werner Adam und unserer KinderUni-Tutorin Antonia für die Begleitung im letzten Semester.



Kreatives Gestalten

Keramikwerkstatt - Spaghetti-Tiere

Für Kinder von 5 bis 9 Jahren
Ton-Spaghetti? Ja, so etwas gibt es bei uns. Und es lassen sich daraus phantasievolle Gestalten herstellen.

Diesmal darfst du auch auswählen, ob du mit weißem oder schwarzem Ton arbeiten möchtest. Gerade bei schwarzem Ton bringt das anschließende Glasieren besondere Farben hervor. Lass dich überraschen.

Materialkosten für Ton und Glasuren sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: geeignete Kleidung

20803 **ab 17.03.20**
Di, 4 Termine, 15.00 - 16.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Anna Kalbin
ab 6 Pers. **32,00 €**

Serviette trifft Prägefolie

Für Kinder von 7 bis 10 Jahren
Gemeinsam gestalten wir wunderschöne Motive in einer ungewöhnlichen Technik - der Prägung auf Metallfolie. Lasst uns ausprobieren, wie Servietten und Metallfolie zusammenpassen.

Bring Servietten mit, die du verwenden möchtest und wir können gleich starten.

Bitte mitbringen: Servietten

21003 **14.05.20**
Do, 14.30 - 16.30 Uhr
vhs, Burgst. 21, Anna Kalbin
ab 5 Pers. **15,00 €**

Frühlingsklang

Für Kinder von 5 bis 10 Jahren
Aus Draht und Fäden, Naturmaterialien, Federn und Perlen basteln wir unseren singenden Aufhänger. Lasst die Glöckchen klingen und gute Laune schenken.

Bitte mitbringen: Naturmaterialien, eigene Perlen und andere Schmuckstücke, die du verwenden möchtest

21004 **12.05.20**
Di, 14.30 - 16.30 Uhr
vhs, Burgst. 21, Anna Kalbin
ab 5 Pers. **15,00 €**



Farbentanz

Für Kinder von 6 bis 12 Jahren
Hast du schon mal gesehen wie die Farben tanzen? Dann lass uns ihre geheimnisvollen Bewegungen gemeinsam betrachten. Leinwand, Musik im Hintergrund und ... Heißkleber? Was hat er zwischen den schönen Farben zu suchen? Finde das heraus!

Bitte mitbringen: Leinwand in Wunschgröße, geeignete Kleidung, die Farbspritzer verträgt

20705 **19.05.20**
Di, 14.30 - 16.30 Uhr
vhs, Burgst. 21, Anna Kalbin
ab 5 Pers. **15,00 €**

Der kleine Kreativ-Klub für Kinder ab 8 bis 12 Jahren

Du liebst Basteln und Handarbeiten, brauchst aber noch ein paar Tipps? Eva zeigt dir, wie man Häkelblümchen, Nudelfeinen, Steinmonster oder Frühlingsgestecke macht. Einmal können wir auch die Schulküche rocken und unser eigenes Ketchup kochen!

Bitte zum ersten Termin Wollreste und Häkelnadeln (falls vorhanden) mitbringen. Weiteres Material wird im Kurs besprochen.

20906 **ab 28.04.20**
Di, 4 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Eva Klaehn
ab 5 Pers. **38,00 €**

Spiel & Spaß

Zaubern für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Möchtet ihr auch zaubern lernen? So mit Hokusfokus-Fidibus-Simsalabim? Es ist gar nicht so schwer - ihr müsst nur die Zaubertricks kennen und ein bisschen üben. Wir zaubern gemeinsam mit Münzen, Seilen, Ringen, Tüchern, Papier usw. Fast alles werden wir selber basteln und anmalen. Vorlagen werden gestellt. Am Ende des Kurses könnt Ihr schon eine kleine Zaubervorführung gestalten!

Bitte mitbringen: Farbstifte, Schere und 5 Streichholzschachteln (die Schachteln müssen bitte unbedingt leer sein!)

20005 **ab 06.03.20**
Fr, 4 Termine, 17.00 - 18.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Michael Drewlow
ab 7 Pers. **24,00 €**

Hier geht's rund mit Hund!

Ein pädagogisches Angebot auf 4 Pfoten für Kinder von 7 bis 12 Jahren

Lernt Casper, den Labradorrüden, und sein Frauchen, Sozialpädagogin Stephanie Strehl, kennen, und erlebt vier bunte Nachmittage, an denen sich alles um den Hund dreht. Ihr lernt, was bei einem Hund alles beachtet werden muss, woran ihr die Körpersprache des Hundes erkennt und wie ihr Euch einem Hund gegenüber korrekt verhaltet. Ihr bastelt Spielzeuge für Casper, baut für ihn Parcours und kümmert Euch um seine Fellpflege. Ihr lernt, Casper Kommandos zu geben und bekommt die Möglichkeit, mit ihm einen neuen Trick einzuüben.

Stephanie Strehl und Casper sind ein ausgebildetes Team für tiergestützte Pädagogik und haben ein buntes Programm vorbereitet. Weitere Informationen zur Kursleitung gibt es unter www.therapiehundeteam-werdenfels.de

10610 **ab 08.05.20**
Fr, 4 Termine, 16.00 - 17.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Stephanie Strehl, Sozialpädagogin
ab 5 Pers. **65,00 €**



Casper und Stephanie

Bewegung

**Kinder-Yoga
Für Kinder von 4 bis 10 Jahren**

Kinder-Yoga ist ganz anders als Yoga für Erwachsene: die Kinder tauchen in Phantasiegeschichten ein und sind mit Körper und Seele dabei. Das macht Spaß und tut einfach gut. Mit Spaß die Phantasie anregen, das ist unser Leitsatz. Lasst euch überraschen, ihr seid herzlich eingeladen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränk

30110 ab 05.03.20

Do, 5 Termine, 15.45 - 16.30 Uhr
vhs, Burgstr. 21, Kathrin Neff und
Karolina Kleisl

ab 5 Pers. **19,00 €**

**Tipps für Kinder und
Jugendliche ab 12 Jahren:**

Führung durch das Wasserkraftwerk
Walchensee, s. S. 11

Macarons, s. S. 41

**Tipps für
Jugendliche ab 15 Jahren:**

Fitness-Boxen, s. S. 54

Kido-Korea für Kinder

Selbstsicherheit und Selbstverteidigung

Ein für die Kleinsten entwickeltes Frühförderprogramm. Mit unterschiedlich strukturierten und an das Alter angepassten Übungen steigern wir stufenweise die Leistung. Ihr Kind bereitet sich optimal auf die Schule vor und das Ganze mit einer großen Menge Spaß. Wir machen Spiele, die Action garantieren, aber auch lehrreich sind. Selbstbewusstsein in Kombination mit schulpädagogischen und kindgerechten Elementen. So fällt es eher schüchternen Kindern leicht, in der Gruppe "aus sich raus zu gehen" und lebhaftere Kinder lernen, sich zu integrieren. Der Kinderkurs basiert auf erprobten Konzepten.

Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Getränk

Adler-Gruppe (5 - 8 Jahre)

30045 ab 05.03.20

Do, 15 Termine, 17.00 - 18.00 Uhr
AOK, Hindenburgstr. 43, Sandra Pirker und
Klaus Pirker

ab 7 Pers. **60,00 €**



Selbstverteidigung Hapkido-Korea

Für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren

In lockerer Atmosphäre trainieren Kleine und Größere einzeln wie auch gemeinsam. Besonders für junge Sportler ist es wichtig, das Erlernte an kraftmäßig überlegenen Gegnern auszuprobieren.

Mit dem Hapkido-Selbstverteidigungsprogramm entscheidest du dich für eine intelligente Sportart, bei der du bestimmt Spaß und Action haben wirst. Gefahrensituationen rechtzeitig zu erkennen und zu vermeiden, aber im Notfall mutig und sicher mit realistischen Selbstverteidigungstechniken zu reagieren. Du lernst Elemente aus Kampfkunstparcours und Selbstbehauptung. In Gesellschaft mit vielen Gleichgesinnten lernst

du, dich zu verteidigen sowie andere schützen zu können. Die Techniken wurden speziell für Jugendliche entwickelt und stammen aus der Koreanischen Selbstverteidigungsart Hapkido. Um sich selbst und andere zu verteidigen, brauchst du nicht besonders sportlich oder groß und kräftig zu sein. Der Kurs basiert auf erprobten Konzepten, die auch im Schulsport angewandt werden.

Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Getränk.

30046 ab 04.03.20

Mi, 15 Termine, 18.00 - 19.00 Uhr
Zugspitz-Realschule - Turnhalle,
Sandra Pirker und Klaus Pirker
ab 9 Pers.

56,00 €

Besuchen Sie uns im Internet auf www.vhs-gap.de



Ehrenamtskarte



Die Ehrenamtskarte ist ein Zeichen der Anerkennung und des Dankes des Landkreises Garmisch-Partenkirchen an die zahlreichen Bürgerinnen und Bürger, die sich seit vielen Jahren überdurchschnittlich ehrenamtlich engagieren.

Inhaber/innen der Ehrenamtskarte erhalten bei uns 20% Ermäßigung auf ausgewählte Kursangebote.

Mehr Informationen und weitere Akzeptanzpartner finden Sie auf www.ehrenamtskarte-gap.de

Der FREIZEIT-PASS



Der FREIZEIT-PASS bietet Bürgerinnen und Bürgern mit Wohnsitz im Landkreis Garmisch-Partenkirchen viele Vergünstigungen bei der Inanspruchnahme von kommunalen und öffentlichen Einrichtungen.

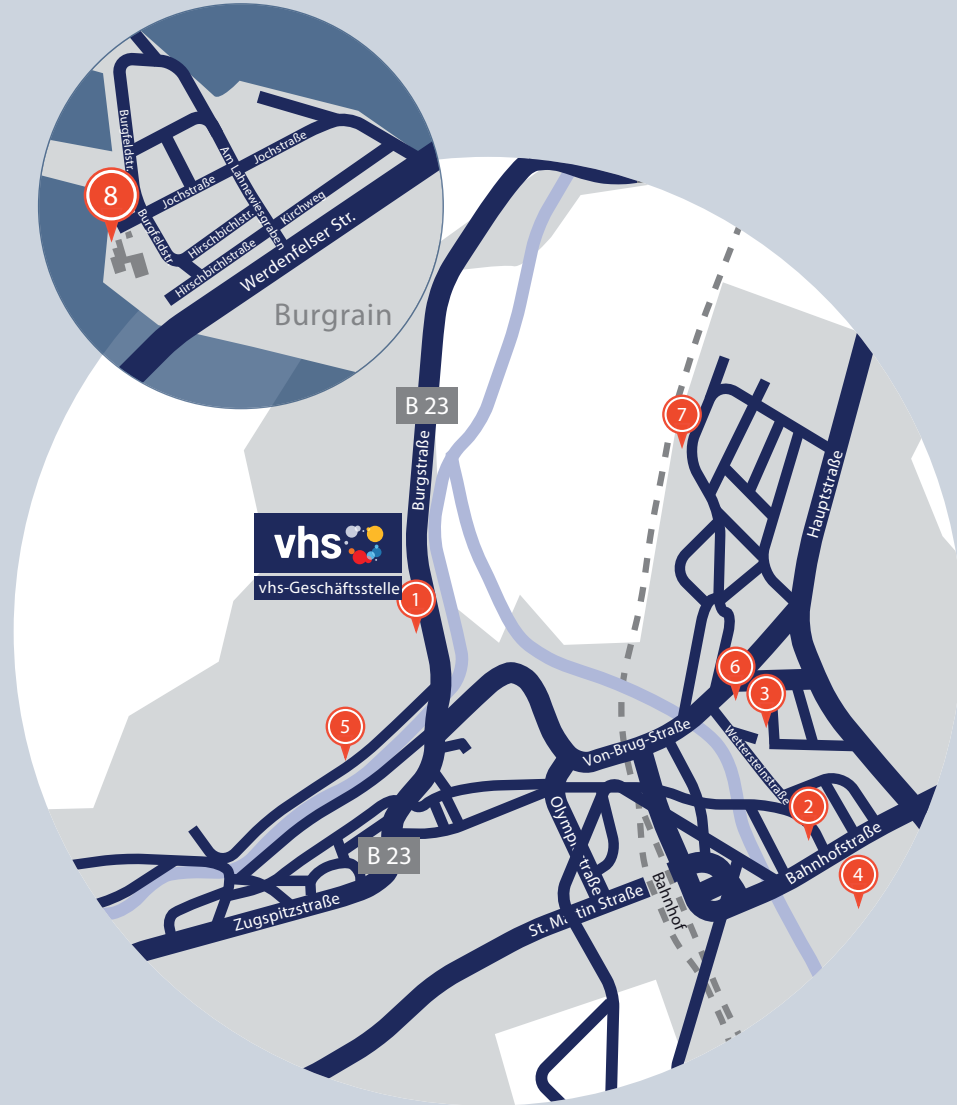
Inhaber/innen des Freizeitpasses erhalten bei uns 20% Ermäßigung auf ausgewählte Kursangebote.

Mehr Informationen und weitere Akzeptanzpartner finden Sie auf www.freizeit-pass.de

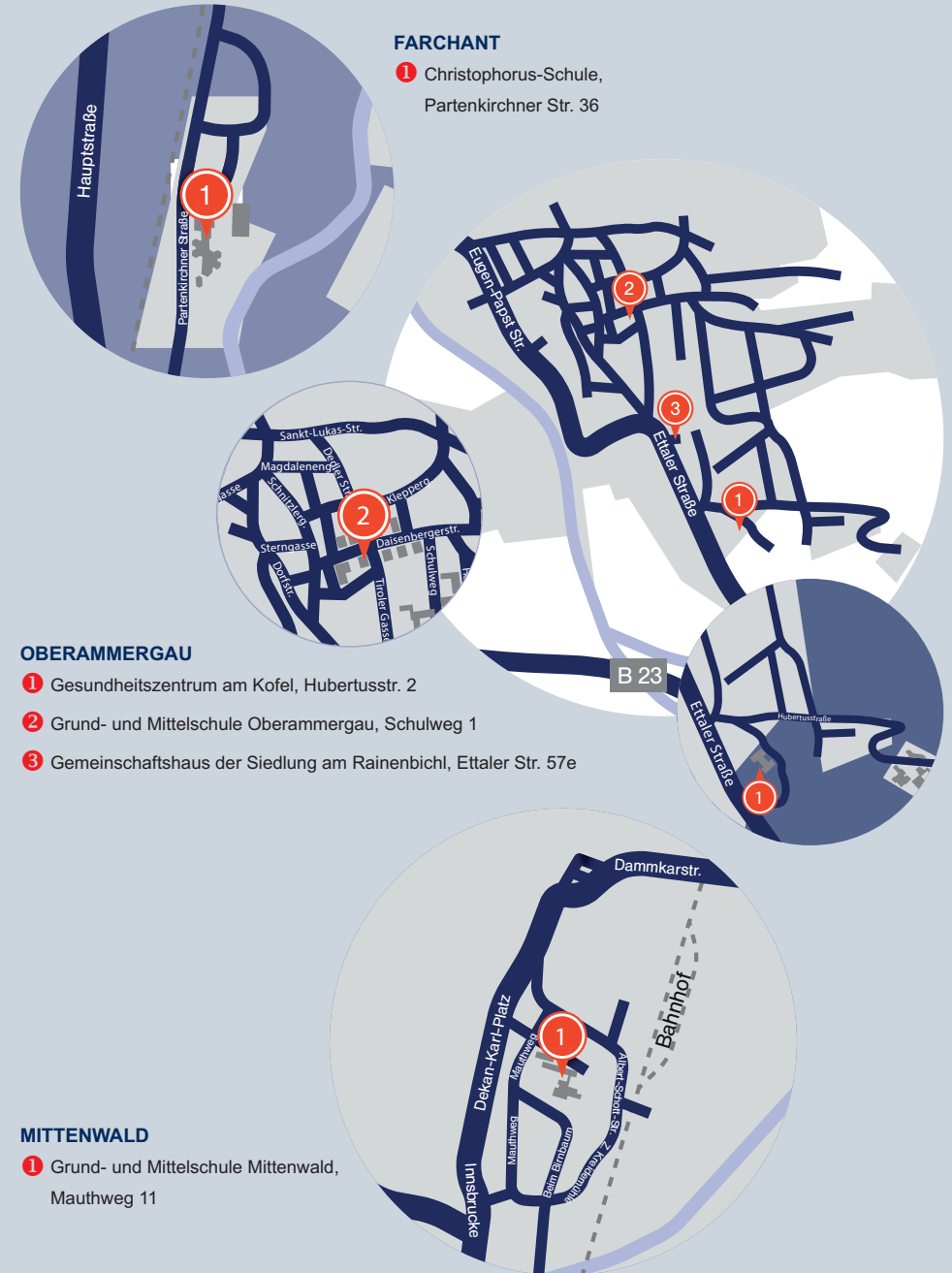
Wir danken unseren Anzeigenkunden:

Agip Tankstelle	Garmisch-Partenkirchen
Apotheke St. Martin	Garmisch-Partenkirchen
Augenoptik Waurick	Garmisch-Partenkirchen
Bäckerei Krätz	Garmisch-Partenkirchen
Baumgärtner Raumausstattung	Oberau
Blumen Türpitz	Garmisch-Partenkirchen
Buchhandlung Adam	Garmisch-Partenkirchen
Buchhandlung Gräfe und Unzer	Garmisch-Partenkirchen
Bürgerstiftung Mehrwert	Garmisch-Partenkirchen
Chocolaterie Amelie	Garmisch-Partenkirchen
Druckerei Pfühler	Mittenwald
Druckerei Mayr	Miesbach
Eisenwaren Lidl	Garmisch-Partenkirchen
Elektro Drechsler	Garmisch-Partenkirchen
Gesundheitszentrum	Oberammergau
Hospizverein Werdenfels e.V.	Garmisch-Partenkirchen
Katholisches Kreisbildungswerk e.V.	Garmisch-Partenkirchen
Klinikum	Garmisch-Partenkirchen
Kreissparkasse	Garmisch-Partenkirchen
Kosmetik- und Make-up Studio	
Andrea Schäfer	Garmisch-Partenkirchen
Kulturbeutel e.V.	Garmisch-Partenkirchen
Langmatz GmbH	Garmisch-Partenkirchen
Pannke Colorio	Garmisch-Partenkirchen
Papiergroßhandel Polz	Garmisch-Partenkirchen
Rechtsanwälte Wölke und Kollegen	Weilheim
Richter Busreisen	Oberammergau
Schneiderei Albrecht	Garmisch-Partenkirchen
Spichtinger GmbH	Garmisch-Partenkirchen
Sprenger Getränke	Grainau
Tanzkreis Werdenfels	Garmisch-Partenkirchen
Trachtenhaus Grasegger	Garmisch-Partenkirchen
Waldburg-Zeil Kliniken	Oberammergau

Wenn Sie die Herausgabe des vhs-Programmheftes ebenfalls durch eine Anzeige unterstützen möchten, senden wir Ihnen gerne weitere Informationen zu. Ihre Ansprechpartnerin: Katrin Schweiger, Tel. 08821/9590-10



- 1 vhs Garmisch-Partenkirchen e.V., Burgstr. 21
- 2 Werdenfels-Gymnasium, Wettersteinstr. 30
- 3 Zugspitz-Realschule, Gamsangerweg 1
- 4 St.-Irmengard-Schulen, Hauptstr. 45
derzeit: Bahnhofstr. 9-11
- 5 Grund- und Mittelschule am Gröben,
Maximilianstr. 31
- 6 AOK Gesundheitstreff, Hindenburgstr. 43
- 7 DanCity, Amselstr. 1
- 8 Grundschule Burgrain, Burgfeldstr. 27



FARCHANT

- 1 Christophorus-Schule,
Partenkirchner Str. 36

OBERAMMERGAU

- 1 Gesundheitszentrum am Kofel, Hubertusstr. 2
- 2 Grund- und Mittelschule Oberammergau, Schulweg 1
- 3 Gemeinschaftshaus der Siedlung am Rainenbichl, Ettaler Str. 57e

MITTENWALD

- 1 Grund- und Mittelschule Mittenwald,
Mauthweg 11

Anmeldung

Die Veranstaltungen der Volkshochschule Garmisch-Partenkirchen e.V. (vhs) sind offen für alle. Eine vorherige Anmeldung ist für alle Veranstaltungen erforderlich. Diese kann persönlich, telefonisch, schriftlich, per Fax oder online erfolgen. Die Anmeldungen werden in zeitlicher Reihenfolge bearbeitet. Eine gesonderte Anmeldebestätigung erfolgt nicht. Sollten sich Änderungen ergeben (z. B. Kurs ausgebucht, Kursausfall, -verschiebung, Dozentenwechsel), werden Sie benachrichtigt. Für Anmeldungen zu Prüfungen beachten Sie bitte ggf. die gesonderten Hinweise und Rücktrittsbedingungen.

Zustandekommen des Vertrages

Der Vertrag kommt mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung und der Annahme durch die vhs unter Anerkennung der Allgemeinen Geschäftsbedingungen zustande. Die Teilnahme an Veranstaltungen ohne vorherige Anmeldung verpflichtet zur Zahlung der gesamten Kursgebühr. Die volle Kursgebühr wird auch dann fällig, wenn der Teilnehmende nicht zur Veranstaltung erscheint oder einen Kurs vorzeitig abbricht.

Zahlungsverpflichtung

Die Teilnahmegebühr wird mit der Anmeldung zur Zahlung fällig. Die Bezahlung erfolgt in der Regel per SEPA-Lastschriftinzug. Voraussetzung hierfür ist die Erteilung eines sog. SEPA-Lastschriftmandats. Die vhs bucht die fällige Teilnahmegebühr in der Regel eine Woche vor Veranstaltungsbeginn ab. Falls die Kursgebühr bis zum ersten Kurstag noch nicht abgebucht sein sollte, sind Sie trotzdem verbindlich angemeldet. Bei Sprachkursen, bei der sich die Teilnahmegebühr nach der Teilnehmerzahl richtet, erfolgt die Abbuchung der Aufzahlung (für Kleingruppen) nach dem Stichtag (2. Kurstag). Eine Änderung der Teilnahmegebühr nach dem Stichtag ist nicht möglich. Gebühren der Bank für etwaige Rücklastschriften aufgrund fehlerhafter Angaben oder aufgrund Widerspruchs sind vom Teilnehmenden zu tragen. Außerdem besteht die Möglichkeit der Zahlung in bar oder per ec-Karte zu den Öffnungszeiten der Geschäftsstelle.

Rücktritts-/Kündigungsrecht

Die vhs kann vom Vertrag zurücktreten, wenn die im Programm angegebene Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird, bei Ausfall eines Kursleitenden oder anderer nicht von ihr zu vertretender Gründe. In diesen Fällen wird die bereits entrichtete Teilnahmegebühr erstattet bzw. verrechnet. Weitere Haftungsansprüche sind ausgeschlossen.

Bitte beachten Sie, dass die vhs bei nicht fristgerechter Bezahlung der Teilnahmegebühr nicht zur Leistungserbringung verpflichtet ist. Bei nicht fristgerechter Zahlung besteht kein Anspruch des Teilnehmenden auf Kursteilnahme.

Der Teilnehmende kann vom Vertrag:

1. bis acht Tage vor Kursbeginn oder bis zum genannten Anmeldeschluss durch schriftliche oder mündliche Erklärung kostenlos zurücktreten.
2. sieben bis drei Tage vor Kursbeginn (gilt nicht für Veranstaltungen mit Anmeldeschluss) durch schriftliche oder mündliche Erklärung mit einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von EUR 5,00 zurücktreten.
3. weniger als drei Tage vor Kursbeginn, nach genanntem Anmeldeschluss sowie nach Kursbeginn durch schriftliche Erklärung nur aus wichtigem Grund (z.B. Wegzug, schwere Erkrankung, Berufswechsel) und gleichzeitiger Vorlage eines schriftlichen Nachweises (z. B. Ab-/Ummeldung, ärztliches Attest) zurücktreten. Der Rücktritt ist spätestens zwei Wochen nach Erkenntniserlangung schriftlich mitzuteilen. Von den bezahlten Kursgebühren behält die vhs den Betrag für die erbrachten Teilleistungen zuzüglich einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von EUR 5,00 ein. Eine Abmeldung beim Kursleitenden gilt nicht als Rücktritt.

Leistungsumfang

Der Umfang der Leistungen, Beginn und Dauer der Veranstaltungen sind jeweils im Programm (Heft und Internetseite) angegeben. Die vhs behält sich vor, Veranstaltungen durch einen anderen Kursleitenden durchführen zu lassen. Aus sachlichem Grund und in einem den Teilnehmenden zumutbaren Umfang kann die vhs Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung verändern. Im Falle einer Teilnehmerbegrenzung behält sich die vhs Überbelegungen vor, soweit dies unter Berücksichtigung von Inhalt und Konzept der Veranstaltung den Teilnehmenden zumutbar ist.

Teilnahmebescheinigungen

Teilnahmebescheinigungen stellen wir auf Wunsch kostenlos aus, wenn mindestens 80% des Kurses besucht wurden. Wenn der Kurs länger als zwei Semester zurückliegt, beträgt die Bearbeitungsgebühr EUR 5,00.

Urheberschutz

Fotografieren und audiovisuelle Mitschnitte sind in den Veranstaltungen nicht gestattet. Ausgeteiltes Lehrmaterial darf ohne Genehmigung der vhs nicht vervielfältigt werden.

Datenschutz

Die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt gemäß der Datenschutzerklärung der vhs. Diese ist im Programm (Heft und Internetseite) veröffentlicht. Ansonsten gelten die gesetzlichen Datenschutzbestimmungen.

Hausordnung

Es gelten die jeweiligen Hausordnungen der Veranstaltungsorte. Bitte behandeln Sie die Räume und Einrichtungen pfleglich, hinterlassen Sie die benutzten Räume in ordnungsgemäßem Zustand, schließen Sie die Fenster und schalten Sie die Beleuchtung aus. Beachten Sie das generelle Rauchverbot in allen Veranstaltungsräumen.

Haftung

Die Haftung der Volkshochschule für Schäden jedweder Art, soweit es sich nicht um Schäden aus der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit handelt, gleich aus welchem Rechtsgrund sie entstehen mögen, ist auf die Fälle beschränkt, in denen der Vhs Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last fällt. Bei Veranstaltungen für Kinder im schulpflichtigen Alter beschränkt sich die Aufsichtspflicht der vhs auf die Dauer der Veranstaltung. Bei Studien- und Busfahrten ist die vhs nicht Veranstalter, es gelten die Reiserechtsbedingungen des jeweiligen Unternehmens.

Soweit die vhs einen Internetzugang zur Verfügung stellt, ist dessen Nutzung nur zum Zweck der Kursteilnahme zulässig. Internetseiten mit pornografischem, rassistischem oder diskriminierendem Inhalt dürfen nicht aufgerufen werden. Bei Zuwiderhandlung haftet der Teilnehmende für entstandene Schäden.

Sonstiges

Alle früheren Geschäftsbedingungen verlieren hiermit ihre Gültigkeit. Mündliche Nebenabreden sind nicht getroffen. Änderungen bedürfen der Schriftform. Sollten einzelne Bestimmungen dieser Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise nichtig sein, wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Bestimmungen nicht berührt.

Stand: Dezember 2018

Registration

The courses and events (hereinafter referred to as "courses/events") of the vhs Garmisch-Partenkirchen e.V adult education centre (hereinafter referred to as "the vhs") are available to everyone.

Prior registration is required for all the courses/events. You may register personally, by telephone, in writing, by fax or on-line. The registrations are processed in the order in which they are received. We do not send out a confirmation of registration. You will be notified in the event of any changes (e.g. the course/event is sold out, cancelled or postponed, if there is a change in instructor). For registrations for examinations, please note the special remarks and terms of cancellation.

Establishment of the Agreement

The Agreement is established as a result of registration for a course/event along with an acceptance of the General Terms and Conditions and acceptance by the vhs. Attendance at courses/events without prior registration shall result in an obligation to pay the full fee for the course/event. The full fee for the course/event will also be due if the individual does not attend or prematurely discontinues the course/event.

Payment obligation

The course/event fee shall be due for payment upon registration. Payment shall generally be effected by SEPA direct debit. So-called SEPA direct debit authorisation shall form the prerequisite for this procedure. The vhs will generally debit the fees due from your account one week before the start of the course/event. If the fee has not been debited by the first day of the course/event, you are still registered bindingly. In the case of language courses where the course fee is based on the number of participants, your account will be debited with the supplement (for small groups) after the effective date (2nd day of the course). The course fee cannot be changed after the effective date. Any bank fees or charge backs due to incorrect information or objection shall be borne by the registree/participant. There is also the option of paying in cash or by ec card during the opening hours of the vhs office.

Right of withdrawal/cancellation

The vhs may withdraw from the Agreement if the minimum number of participants has not been reached, the instructor is not available or in the event of other causes which the vhs is not accountable for. In these cases, the fee that has already been paid shall be reimbursed or offset, as applicable. Other liability claims

are excluded.

Please note that the vhs is not obliged to perform if the course/event fee is not paid in due time. If payment is not made in due time, the registree/participant has no claim to attendance/participation at the course or event.

The registree/participant may withdraw from the Agreement

1. with no charge by declaring withdrawal in writing or orally up to eight days before the course/event starts or by the deadline for registration indicated,
2. with a processing fee to the amount of EUR 5 by declaring withdrawal in writing or orally seven to three days before the course/event starts (does not apply for courses/events with a registration deadline),
3. for an important cause only (e.g. a move to a different place, severe illness, job change) by declaring withdrawal in writing less than three days before the course/event starts, after the specified registration deadline or after the course/event has started and by presenting written evidence (e.g. official notification of change of address, medical certificate). The withdrawal must be declared in writing no later than two weeks after gaining knowledge of such circumstances. The vhs will deduct from the fee for the course/event the amount due for the partial performance rendered plus a processing fee to the amount of EUR 5.

Giving notice of withdrawal to the instructor shall not be deemed a withdrawal.

Scope of performance

The scope of the performance, start and duration of the courses/events are indicated in the printed program and program on our homepage. The vhs reserves the right to have courses and events carried out by other instructors/speakers. The vhs may change the venue and time of the event for objective reasons and within a scope that the participants can be reasonably expected to accept. In the case of a limited number of participants, the vhs reserves the right to overbook the course to an extent that the participants can be reasonably expected to accept in view of the contents and concept of the event.

Certificates of attendance

We issue certificates of attendance upon request free of charge for attendance of at least 80% of the course/event. If the course took place more than two semesters ago, we charge a processing fee of EUR 5.

Copyright

It is not permitted to photograph and make audiovisual recordings during a course/event. Teaching materials that are handed out may not be reproduced without the consent of the vhs.

Data privacy

The collection, storage and processing of personal data shall be carried out in accordance with the data privacy statement of the vhs. The statement is published in the programme (print version and online version on our homepage). The statutory data protection regulations shall apply otherwise.

House rules

The respective house rules of the venues of the courses/events shall apply. Please treat the premises and furnishings with due care, leave the rooms/premises in a proper condition, close the windows and turn off the lights. Observe the general smoking ban applying at all of the venues.

Liability

The liability of the vhs for any and all kinds of damage shall be limited to cases where the vhs is guilty of intentional or gross negligence if and to the extent that there is no damage resulting from a violation of life, body or health, regardless of the legal cause leading to such damage. In the case of courses/events for children of school age, the vhs's duty of supervision shall be limited to the duration of such course/event. In the case of study trips and bus trips, the vhs is not the operator; the terms and conditions of the respective operator shall apply.

If the vhs provides Internet access, the use of such access shall only be permitted for the purpose of participation in a course/event. It is forbidden to visit websites with pornographic, racist or discriminatory contents. In the event of a violation, the registree/participant shall be liable for any damage.

Miscellaneous

All previous terms and conditions hereby become invalid. There are no oral side agreements. Changes must be effected in writing. In the event that individual provisions of these Terms and Conditions are fully or partially invalid, this shall not affect the validity of the other provisions.

Version: December 2018

A		E		J	
Adobe Lightroom	91	Einbürgerungstest	67	Judentum	20
Alphabetisierung	68	Einnahmen-Überschussrechnung	93		
Arabisch	83	Englisch	40, 75, 76, 77	K	
Arthrose	60	Erdställe	9	Keramik	34
Auge	45, 96	Erste Hilfe	58	Kinder und Jugendliche	95, 96, 97, 98, 99, 100, 101
		Exkursion	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 27, 31	KinderUni	96, 97
B				Klima	14
Backen	41	F		Kochen	39,40
Basteln	98, 99	Farchant	55	Konversation	40, 76, 77, 78, 80, 81
Bauchtanzen	29	Faszien	48	Kopfschmerzen	61
Bergwerk	16	Fatburner	56	Kosmetik	49, 50
Berufsberatung	90	Finanzbuchführung	92, 93	Kosten- und Leistungsrechnung	93
Berufsbezogene Deutschsprachförderung	67	Finanzwirtschaft	93	Kostenfreie Veranstaltung	13, 14, 21, 25, 26, 27, 43, 59, 60, 61, 84, 90
Bilanzierung	93	Fitness	54, 55, 56		
Bildbearbeitung	91	Fitness-Boxen	55	Krün	13
Blog	87, 88	Fotografie	31	Kultur vor Ort	27
Bob Ross®	33	Französisch	77, 78	Kunsth Handwerk	34
Bobspport	17	Frauen	22, 58		
Body-Fit	55, 56	Führung	11, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 27	L	
Burgrain	27, 28, 29, 50, 55, 84			Landeskunde	80
Büropraxis	85	G		Latino Linedance	30
		Gedächtnis	21, 95	Lech	11
C		Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen (GER)	64	Lesung	24
Controlling	93	Geologie	9, 10	Line Dance	29
CyberMonday	89, 90	Gesellschaftstanz	27	Literatur	23, 25, 26
		Goldschmieden	35	Livestream	89, 90
D		Golf	50	Lohn und Gehalt	93
Datenschutz	87	Grainau	24		
DATEV	93	Gymnastik	52	M	
Demenz	43			Macarons	41
Denksport	21	H		Malen	32, 33, 98
Deutsch als Fremdsprache (DaF)	41, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 84	Haftung	19	Männer	52
Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)	67	Hapkido	57, 58, 100, 101	Marshall-Center	18
Dirndl, Tracht & Co	37, 38	Hochbeet	12	Meditation	44
		Hund	99	Mittenwald	13, 21, 38, 49, 56, 77, 81
				Morgengymnastik	51
		I		München	20
		Immobilien	20	Musik	98
		Internet	87		
		Internet und Email	86		
		Italienisch	78, 79, 80, 81		

N		Sprachencafé	81	X	
Nähen	35, 36, 37, 38	Step	55, 56	Xpert Business	92, 93
NATO School	19	Steptanz	28, 29	Y	
		Steuerpraxis	93	Yoga	45, 46, 47, 48, 100
O		Stimme	30	Z	
Oberammergau	9, 10, 12, 15, 17, 19, 20, 21, 47, 50, 53, 56, 59, 60, 61, 74, 84, 87	Südpolarmeer	18	Zaubern	99
Office-Anwendungen	85	Synagoge	20	Zeichnen	32
Osteoporose	59			Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP)	42
		T		Zertifikat	73, 92, 93
P		Tai Chi	43	Zugspitze	14
Patientenverfügung	19	Tanzen	27, 28, 29, 30, 60	Zumba®	56
Peißenberg	16	Tanztherapie	60		
Personalwirtschaft	93	Tastschreiben	85, 95		
Pilates	48, 49	Testament	20		
Porta Claudia	15	Textverarbeitung	85		
Prüfung	73, 92	Tiergestützte Pädagogik	99		
Psyche im Fokus	43	Tod	25, 26		
		Töpfern	34, 98		
		Treffpunkt Gesundheit	59, 60, 61		
Q		V			
Qi Gong	44	Vererben	20		
Quellen	10	vhs - Lernportal	84		
		Vorsorgevollmacht	19		
R		Vortrag	9, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 24, 43, 59, 60, 61		
Rißbach	13	W			
Römer	15	Wald	14		
Rundfunk	22	Wanderung	9, 10, 12, 15, 16, 17		
		Wassergymnastik	53		
S		Wasserkraft	11		
Schach	21	Webinar	86, 92, 93		
Scharnitz	15	Wiedereinstieg	90		
Schmuck	34, 35	Wiesmahl	12		
Schneefernerhaus	14	Windows	86, 87		
Schneidern	36, 38	Wirbelsäulengymnastik	51, 52		
Sehen	45, 96	Wochenend-Angebot	10, 13, 15, 16, 20, 22, 24, 30, 33, 34, 50, 58		
Selbstverteidigung	57, 58, 100, 101				
Senior/innen	27, 46, 51, 52, 58, 75, 76, 86, 87				
Skisprungschanze	16				
Smartphone	31				
Spanisch	82, 83				

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Garmisch-Partenkirchen e.V. (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Vorname, Adresse, Telefon-/Mobilnummer, E-Mail, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir für statistische Zwecke und um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkahrungen zu treffen. Für besondere Kursformate, z. B. Kinderkurse oder Prüfungen, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer sowie Ihrer E-Mail-Adresse erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen und Ihre Telefonnummer(n), an den jeweiligen Kursleitenden zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z. B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert-Prüfungen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter.

Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen und Maßnahmen der berufsbezogenen Deutschsprachförderung müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit bzw. Jobcenter gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

4. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

5. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet bzw. Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

6. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, unentgeltlich Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen **widersprechen** und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten unserer Datenschutzbeauftragten lauten: schlegel@vhs-gap.de, Tel.: 08821 9590-50

Kursanmeldung

Unter Anerkennung der im Programmheft abgedruckten Allgemeinen Geschäftsbedingungen der vhs melde ich mich hiermit verbindlich für folgende Kurse an. Es erfolgt keine Anmeldebestätigung. Sie werden nur benachrichtigt, wenn der Kurs bei Eingang Ihrer Anmeldung voll belegt ist oder die Veranstaltung nicht stattfindet.

Name* _____

Vorname* _____

Straße* _____

PLZ, Ort* _____

Telefon / Mobil* _____

Fax _____

E-Mail* _____

Geburtsdatum: Tag Monat Jahr*

KursNr.	Kurstitel
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Ort/Datum _____

Unterschrift _____

Bitte füllen Sie nun noch das umseitige SEPA-Dauerlastschriftmandat aus.

* zwingend anzugeben



Ich ermächtige die vhs Garmisch-Partenkirchen e.V. widerruflich, die von mir zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit durch Lastschrift von meinem Konto einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule Garmisch-Partenkirchen e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.
Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung meines Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

By signing this mandate form, you authorise the creditor, Volkshochschule Garmisch-Partenkirchen, to send instructions to your bank to debit your account in accordance with the instructions from the creditor.

As part of your rights, you are entitled to a refund from your bank under the terms and conditions of your agreement with your bank. A refund must be claimed within 8 weeks starting from the date on which your account was debited.

Zahlungsempfänger:

vhs Garmisch-Partenkirchen, Burgstr. 21, 82467 Garmisch-Partenkirchen

Gläubiger-ID-Nummer: DE36ZZZ00000370346

Mandatsreferenz: wird ergänzt

Kursteilnehmer – Vor- und Nachname (Kontoinhaber) / Name of participant

Kontoinhaber – Vor- und Nachname / Name of depositor

Straße und Hausnummer / Street name and number

PLZ und Ort / Postal code and city

Kreditinstitut / Credit institution

IBAN

Ort, Datum / Location, date (dd/mm/yyyy)

Unterschrift des Kontoinhabers / Signature of the depositor

EINFACH ERBRECHT



- Erbaueinandersetzung
- Testamentsgestaltung
- Pflichtteilsrecht
- Erbschaftssteuerrecht
- Vorsorgevollmacht
- Teilungsversteigerung
- Vermächtnisansprüche etc.

Mohrenplatz 9, 82467 Garmisch-Partenkirchen
Te l. 08821/9669385

Ledererstr. 12, 82362 Weilheim
Te l. 0881/9249015

Fanschuhstr. 16, 86956 Schongau
Te l. 08861/900784

Rechtsanwälte

Florian Enzensberger

Fachanwalt für Erbrecht

Maximilian Maar

Fachanwalt für Erbrecht
Fachanwalt für Steuerrecht

Rechtsanwälte Wölke & Kollegen

www.woelke-partner.de

LIEDER IM PARK 2020

3. Benefiz-Festival vom 17.-19. Juli im Kurpark Garmisch

**YOUNG-STARS-NIGHT - AUSTRO-POP-NIGHT -
KULT-NIGHT „IT´S MAGIC“**

Valentin Schmidbauer - DeHörmann - Veronika Rieger -
Louis Gabler - Ami Warning - Dimonic - Auf A Wort - Franz Benton -
Anne Haigis - Kiko Pedrozo - Hansi Zeller - Finni Melchior



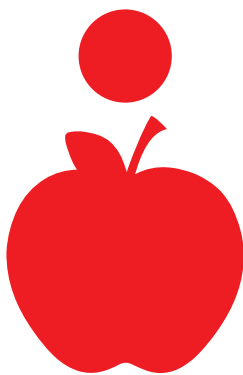
Festival-Ticket: 33,- € Einzeltickets ab 15,- €

Bei schlechtem Wetter finden die Konzerte im Festsaal Werdenfels statt.

www.kulturbeutel-gap.de/tickets



Sorglos ist einfach.



Wenn man weiß, dass man
für seine Gesundheit das
Beste bekommt.
Wir beraten Sie gern.

**Sparkassen-
Gesundheits-Schutz Plus.**

| Die Versicherungen
| der Sparkassen

 **Kreissparkasse
Garmisch-Partenkirchen**