Außenstelle Meeder

Einzelheiten der Kurse und Allgemeine Geschäftsbedingungen finden Sie im aktuellen Programmheft der vhs.

Anmeldungen und Anfragen bitte an:

Außenstellenleiterin
Juliane Müller

Telefon: 09561/8825-59
E-Mail: juliane.mueller@vhs-coburg.de

Die Gesundheit unserer Teilnehmer und der Kursleitung liegt uns sehr am Herzen. Bitte beachten Sie vor dem Besuch der Kurse unsere Corona-Hygieneregeln im Programmheft oder unter www.vhs-coburg.net.

Wie schreibe ich ein Testament?

- Workshop -

Welche Form und welchen Inhalt muss ein privates Testament haben? Dieser Workshop klärt Sie auf, worauf beim Aufsetzen eines Testamentes zu achten ist und gibt Ihnen Tipps, wie Sie Ihr eigenes Schriftstück formulieren, so dass es dann auch zu keinen falschen Interpretationen kommt.

Kurs-Nr.: 1131-ME-01 - Meeder
Leitung: Brigitte E. Drews, Rechtsanwältin, Schlichterin und Berufsbetreuerin
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Friedensmuseum
Termin: 29.03.2022, Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr, 1x
Gebühr: 13,10 € ab 8 Personen, 17,50 € ab 6 Personen, 26,30 € ab 4 Personen, zzgl. Material ca. 3,00 €

Indien – Land der Gegensätze

– Vortrag mit Lichtbildern -

Mit Rucksack durch den Norden zu heiligen Pilgerorten bis zu den Stämmen in Assam und Meghalya und quer durch Südindien zur Kultur der Draviden im Osten und entlang der Westküste bis in die Wüste Thar. Begegnungen mit den vielen Religionen, Heiligen, Schamanen, den heiligen Flüssen und dem Alltag der Menschen. Lassen Sie sich entführen in eine andere Welt voller Abenteuer und Spiritualität.

Kurs-Nr.: 1351-ME-01 - Meeder
Leitung: Lydia Reif, Yogalehrerin, Ayurveda-Therapeutin, Heilpraktikerin für TCM
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Friedensmuseum
Termin: 21.05.2022, Samstag, 17:00 - 18:30 Uhr, 1x
Gebühr: 8,90 € ab 10 Personen, 11,10 € ab 8 Personen, 14,80 € ab 6 Personen

Bienenhaltung für Einsteiger

Die biologischen Besonderheiten der Honigbienen und ihre interessanten Verhaltensweisen als staatenbildende Insekten sind relativ gut bekannt. Durch die Bestäubung der Wild- und Nutzpflanzen ist ihre Bedeutung in der Natur unbestritten und der dabei entstehende gesellschaftliche Nutzen übersteigt bei weitem den Wert des Honigertrags. Dieser Vortrag gibt Einblicke in die faszinierende Welt der Bienen, in die Planung und in den Umfang der Verantwortung eines Imkers.

Kurs-Nr.: 1441-ME-01 - Meeder
Leitung: Rüdiger Wintersperger, 1. Vorsitzender Imkerverein Bad Rodach
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Friedensmuseum
Termin: 15.03.2022, Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr, 1x
Gebühr: 6,50 € bei 12 Personen, 7,50 € ab 10 Personen, 9,20 € ab 8 Personen, 11,90 € ab 6 Personen, inkl. Lebensmittel 1,00 €

Feng Shui - Energiefluss zu Hause

Feng Shui ist schon mehrere tausend Jahre alt und wird in aller Welt, vor allem in Asien, angewandt und gelehrt. In diesem Vortrag erfahren Sie Allgemeines zu Feng Shui und bekommen die Möglichkeit, sich selber ein Bild vom Energiefluss in Ihren Räumen zu machen und zu welchem Element Sie gehören. Sie lernen zu erkennen, ob Blockaden vorhanden sind oder Lebensbereiche wie Reichtum oder Beziehung fehlen. Wir besprechen, was Sie tun können, um diese Lücken noch zu aktivieren. Der Referent vermittelt, wie die Grundelemente angewandt werden können und wie sich jeder Einzelne mit kleinen Hilfsmitteln selbst unterstützen kann.

Kurs-Nr.: 1451-ME-01 - Meeder
Leitung: Mathias Geuß, Feng Shui Berater
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Friedensmuseum
Termin: 31.03.2022, Donnerstag, 19:30 - 21:00 Uhr, 1x
Gebühr: 6,50 € ab 10 Personen, 8,20 € ab 8 Personen, 10,90 € ab 6 Personen

Schrauberseminar für Fahrräder

Von der Reinigung, über Wartung, Reparatur bis zur Akkupflege lernen Sie alles Wichtige, damit das Fahrrad im Frühjahr wieder startklar und verkehrssicher für den persönlichen Spaß bereit ist. Vom Fachmann bekommen Sie einen Überblick über die Basics, Tipps zur Pflege Ihres Bikes und ein kleines Überrraschungspaket. Bitte mitbringen: Schreibzeug.

Kurs-Nr.: 1461-ME-01 - Meeder
Leitung: Stephan Pelzl, Inhaber Stephans Radwelt/ Ex-Profiradsportler
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Friedensmuseum
Termin: 30.04.2022, Samstag, 16:00 - 17:30 Uhr, 1x
Gebühr: 33,50 € ab 6 Personen, ohne Ermäßigung

Markus Spiske auf Pixabay

Während der Schulferien und an Feiertagen finden in der Regel keine Veranstaltungen statt

TCM: Der psychosomatische Aspekt bei der Entstehung von Krankheiten

Der Mensch ist eine Ganzheit aus Geist-Seele-Körper. Diese Wesensglieder stehen permanent in Wechselwirkung innerhalb des Körpers, aber auch mit dem Außen. Keine andere empirische Forschung ist so tief eingedrungen in diese Zusammenhänge wie die Traditionelle Chinesische Medizin und der Ayurveda. Darstellung der psychosomatischen Aspekte beider Medizinsysteme in Bezug auf unser tägliches Leben.

Kurs-Nr.: 4101-ME-02 - Meeder
Leitung: Lydia Reif, Ayurveda-Therapeutin, Heilpraktikerin für TCM
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Friedensmuseum
Termin: 07.05.2022, Samstag, 17:00 - 18:30 Uhr, 1x
Gebühr: 8,90 € ab 10 Personen, 11,10 € ab 8 Personen, 14,80 € ab 6 Personen

---

Borreliose

Borreliose ist eine versteckte Krankheit, die von einem Zeckenbiss übertragen wird. Was Sie dabei beachten müssen, wie ein Arzt die Diagnose feststellt und mit welchen Folgen, Gefahren und Heilungschancen Sie rechnen können, klären wir in diesem Vortrag.

Kurs-Nr.: 4102-ME-01 - Meeder
Leitung: Thomas Kreisler, Facharzt für Allgemeinmedizin
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Friedensmuseum
Termin: 25.05.2022, Mittwoch, 18:00 - 19:30 Uhr, 1x
Gebühr: 8,90 € ab 10 Personen, 11,10 € ab 8 Personen, 14,80 € ab 6 Personen

---

Long-/Post-COVID-Syndrom

Bestehen nach einer akuten Infektion mit SARS-CoV-2 Symptome über 4 bzw. 12 Wochen hinweg fort, spricht man vom Long- bzw. Post-COVID-Syndrom, dessen Auftreten auf 10-15% geschätzt wird. Die häufigsten Beschwerden sind Müdigkeit (Fatigue), Atemprobleme, Leistungseinbußen und diverse psychische Symptome wie z.B. Angst oder Depressivität sowie Schlafstörungen. In diesem Vortrag erfahren Sie, was Sie selbst tun können, um diesen Beschwerden aktiv zu begegnen und Ihre Lebenskraft zu stärken.

Kurs-Nr.: 4102-ME-02 - Meeder
Leitung: Dr. med. Stephanie Geidies, Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Friedensmuseum
Termin: 27.04.2022, Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr, 1x
Gebühr: 8,90 € ab 10 Personen, 11,10 € ab 8 Personen, 14,80 € ab 6 Personen, ohne Ermäßigung

Tumisu auf Pixabay

Moderner Lebensstil - fördert Sehschwäche

- Sehtraining zur Gesundheitsförderung und Stärkung der Augen -
In einem interaktiven Vortrag erfahren Sie zunächst, was die Augen tun, wie sie es tun und warum sie es tun. Viele Menschen leiden unter trockenen und brennenden Augen, Kopfschmerzen, Nacken- und Rückenbeschwerden, die häufig z. B. durch Büroarbeit verursacht werden. Warum dann eine ungünstige Beleuchtung, eingeschränkte Bewegungsmöglichkeit des Blickes und Bewegungsmangel diese Probleme noch verstärken und wie Sie durch verschiedene Bewegungs-, Augen- und Sehübungen dem durch Entspannung und Regeneration entgegenwirken können, hören und sehen Sie in diesem Vortrag. Außerdem lernen Sie Möglichkeiten der eigenverantwortlichen Blick- und Seh-Gesundheitsvorsorge kennen und dass der Sehsinn mehr kann als nur für die Sehschärfe zu regulieren.

Kurs-Nr.: 4110-ME-01 - Meeder
Leitung: Monika Bug, Physiotherapeutin, Lymphtherapeutin, Gymnastik- und Rückenschullehrerin
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Friedensmuseum
Termin: 19.05.2022, Donnerstag, 18:30 - 20:00 Uhr, 1x
Gebühr: 11,10 € ab 8 Personen, 14,80 € ab 6 Personen, 22,30 € ab 4 Personen

---

Yoga in der Salzgrotte „La Isla Solana“

Kurs-Nr.: 4210-ME-01 - Meeder
Leitung: Sissi Scherzer, Yogalehrerin
Ort: „La Isla Solana“, Ottowinder Straße 21
Termin: 08.03.2022, Dienstag, 18:00 - 19:00 Uhr, 5x
Gebühr: 41,60 € bei 5 Personen, 52,00 € bei 4 Personen, zzgl. einmalig 42,00 € für Nutzung und Bereitstellung der Salzgrotte bitte beim 1. Mal BAR bezahlen!

Kurs-Nr.: 4210-ME-02 - Meeder
Leitung: Sissi Scherzer, Yogalehrerin
Ort: „La Isla Solana“, Ottowinder Straße 21
Termin: 26.04.2022, Dienstag, 18:00 - 19:00 Uhr, 5x
Gebühr: 41,60 € bei 5 Personen, 52,00 € bei 4 Personen, zzgl. einmalig 42,00 € für Nutzung und Bereitstellung der Salzgrotte bitte beim 1. Mal BAR bezahlen!

Wohlfühl-Yoga in der Salzgrotte „La Isla Solana“

Entspannen und Energie tanken - für alle Interessierte, die sich für eine reguläre Yogastunde vielleicht zu alt, unbeweglich oder übergewichtig fühlen. In geschützter Atmosphäre können Sie den Zugang zu Bewegung und verbessertem Körperbewusstsein finden. Auf körperliche Einschränkungen wird Rücksicht genommen. Vorerfahrungen mit Yoga sind nicht erforderlich. Der Einsatz von Klangschalen sowie die sanft angeleiteten Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen im solehaltigen Klima der Salzgrotte führen zu mehr Gelassenheit und Kraft. Empfehlung: 2 Std. vor Unterrichtsbeginn nichts mehr essen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, evtl. Handtuch und ein (Yoga-)Kissen.

Kurs-Nr.: 4210-ME-03 - Meeder
Leitung: Sissi Scherzer, Yogalehrerin
Ort: „La Isla Solana“, Ottowinder Straße 21
Termin: 10.03.2022, Donnerstag, 17:30 - 18:30 Uhr, 5x
Gebühr: 41,60 € bei 5 Personen, 52,00 € bei 4 Personen, zzgl. einmalig 42,00 € für Nutzung und Bereitstellung der Salzgrotte bitte beim 1. Mal BAR bezahlen!

Werde vhs-fan auf facebook.
www.facebook.com/vhs.coburg

Kurs-Nr.: 4210-ME-04 - Meeder
Leitung: Sissi Scherzer, Yogalehrerin
Ort: „La Isla Solana“, Ottowinder Straße 21
Termin: 28.04.2022, Donnerstag, 17:30 - 18:30 Uhr, 5x
Gebühr: 41,60 € bei 5 Personen, 52,00 € bei 4 Personen, zzgl. einmalig 42,00 € für Nutzung und Bereitstellung der Salzgrotte bitte beim 1. Mal BAR bezahlen!

Klangentspannung in der Salzgrotte „La Isla Solana“

Kurs-Nr.: 4254-ME-01 - Meeder
Leitung: Sissi Scherzer, Yogalehrerin
Ort: „La Isla Solana“, Ottowinder Straße 21
Termin: 11.03.2022, Freitag, 18:00 - 18:45 Uhr, 1x
Gebühr: 6,30 € bei 5 Personen, 7,90 € bei 4 Personen, zzgl. Eintritt Salzgrotte 8,50 €, bitte am Tag vor Ort BAR bezahlen!

Wirbelsäulengymnastik

Kurs-Nr.: 4311-ME-01 - Meeder
Leitung: Fachkraft
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Turnhalle
Termin: 08.03.2022, Dienstag, 20:00 - 20:45 Uhr, 8x
Gebühr: 25,10 € ab 10 Personen, 31,40 € ab 8 Personen, 41,90 € ab 6 Personen

Outdoor-Training – für Frauen und Männer

Kurs-Nr.: 4413-ME-01 - Meeder
Leitung: Cordula Siller, Aerobictrainerin B-Lizenz u. liz. Stepinstruktorin, Aqua-Fitness-Trainerin, ÜL-Nordic Walking
Ort: Treffpunkt: Anna-B.-Eckstein-Grundschule, Schulstr. 18
Termin: 17.05.2022, Dienstag, 18:30 - 19:30 Uhr, 5x
Gebühr: 19,80 € ab 10 Personen, 24,80 € ab 8 Personen, 33,00 € ab 6 Personen, 49,50 € ab 4 Personen

Adobe Stock

Ganzkörpertraining für jedes Alter

Kurs-Nr.: 4418-ME-01 - Meeder
Leitung: Fachkraft
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Turnhalle
Termin: 10.03.2022, Donnerstag, 19:15 - 20:00 Uhr, 8x
Gebühr: 21,00 € ab 12 Personen, 25,10 € ab 10 Personen, 31,40 € ab 8 Personen, 41,90 € ab 6 Personen

Führungen, Vorträge und Seminare könnenn nur ab der Mindestteilnehmerzahl stattfinden. Geben Sie der vhs Planungssicherheit – melden Sie sich rechtzeitig an!

Step & Bauch-Beine-Po für Einsteiger

Kurs-Nr.: 4426-ME-01 - Meeder
Leitung: Cordula Siller, Aerobictrainerin B-Lizenz u. liz. Stepinstruktorin
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Turnhalle
Termin: 08.03.2022, Dienstag, 18:30 - 19:30 Uhr, 8x
Gebühr: 33,90 € ab 10 Personen, 42,30 € ab 8 Personen, 56,40 € ab 6 Personen, 84,60 € ab 4 Personen

Dance Aerobic und Latino Dance

- auch für Anfänger geeignet -

Kurs-Nr.: 4429-ME-01 - Meeder
Leitung: Andrea Bauernfeind, Pilatestrainerin, Step-Aerobic und Zumba®-Trainerin
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Turnhalle
Termin: 10.03.2022, Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr, 8x
Gebühr: 33,90 € ab 10 Personen, 42,30 € ab 8 Personen, 56,40 € ab 6 Personen

Rehasport Herz

Kurs-Nr.: 4550-ME-01 - Meeder
Leitung: Marion Schlote, Rehasportübungsleiterin, Aqua- Fitness-Trainerin, ärztliche Betreuung: Dr. med. Lothar Hollenz
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Turnhalle
Termin: 03.02.2022, Donnerstag, 16:45 - 17:45 Uhr, Einstieg jederzeit möglich, 19x
Gebühr: Reha-Clubbeitrag pro Einheit 2,00 €, ohne Verordnung: 207,10 €

Kurs-Nr.: 4550-ME-02 - Meeder
Leitung: Marion Schlote, Rehasportübungsleiterin, Aqua-Fitness-Trainerin, ärztliche Betreuung: Dr. med. Lothar Hollenz
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Turnhalle
Termin: 31.01.2022, Montag, 17:00 - 18:00 Uhr, Einstieg jederzeit möglich, 19x
Gebühr: Reha-Clubbeitrag pro Einheit 2,00 €, ohne Verordnung: 207,10 €

Spargel und Erdbeeren

- Kulinarisches aus Franken erleben -

RitaE auf Pixabay

Lassen Sie sich ein auf neues aufregendes Geschmackserlebnis mit regionalen Spezialitäten. Wir kochen nach Gefühl und kreieren Vorspeisen, Hauptspeisen und Nachspeisen mit Spargel und Erdbeeren. Hier treffen „Herzhaft“ und „Süß“ als Gaumenschmaus aufeinander! Bitte mitbringen: Getränk, Geschirrtuch, Restebehälter und Schreibutensilien - es wird freestyle gekocht und somit gibt es keine Handouts!

Kurs-Nr.: 4612-ME-01 - Meeder
Leitung: Felix Reif, Gastronom, Ernährungsberater
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Schulküche
Termin: 31.05.2022, Dienstag, 17:30 - 21:30 Uhr, 1x
Gebühr: 31,30 € ab 8 Personen, 41,60 € ab 6 Personen, zzgl. Lebensmittel ca. 9,50 €, ohne Ermäßigung

Ladies BBQ
- Indoor Kochkurs für Frauen -
Nicht nur Männer grillen, sondern auch Frauen können das. Wer Lust auf Grillfleisch und leichte Küche zu jeder Zeit hat, ist hier genau richtig! Neben allgemeinen Tipps zum Grillen, lernen Sie Steaks richtig zu grillen, Fisch in einer Folientasche zu garen und wie man zum Grillgut noch passende Dips, Folienkartoffeln und ein gegrilltes Dessert selber macht. In diesem Seminar holen wir alles aus Ofen und Pfannen heraus. Bitte mitbringen: Getränk, Geschirrtuch, Restebehälter und Schreibutensilien - es wird freestyle gekocht und somit gibt es keine Handouts!

Kurs-Nr.: 4616-ME-01 - Meeder
Leitung: Felix Reif, Gastronom, Ernährungsberater
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Schulküche
Termin: 27.04.2022, Mittwoch, 17:30 - 21:30 Uhr, 1x
Gebühr: 31,30 € ab 8 Personen, 41,60 € ab 6 Personen, zzgl. Lebensmittel ca. 10,00 €, ohne Ermäßigung

„Grill and chill“ - grillen zu Hause – auch für Frauen!
- Bildung auf Bestellung -
Ein erfahrener Grillmeister bringt Euch die hohe Kunst des Grillens sowohl theoretisch als auch praktisch näher. Learning by doing - so ist das Konzept. Vom Grillanzünder über die allgemeine Grillehre von verschiedenen Grillmöglichkeiten bis zum Gourmet-Dip, mit vielen verschiedenen Grilltipps und Tipps zum Zeitmanagement, über leckere Gemüse und Fleischkunde bereiten wir alles gemeinsam und frisch für das tolle Geschmackserlebnis zu! Die Lebensmittel besorgt, in Absprache mit dem Gastgeber, der Dozent. Er geht auch gerne auf Ihre persönlichen Wünsche ein! Bitte mitbringen: Schreibutensilien - es wird freestyle gekocht und somit gibt es keine Handouts!

Kurs-Nr.: 4631-ME-01 - Meeder
Leitung: Felix Reif, Gastronom, Ernährungsberater
Ort: nach Vereinbarung
Termin: nach Vereinbarung, 17:30 - 21:30 Uhr, 1x
Gebühr: 28,00 € ab 8 Personen, 37,30 € ab 6 Personen, 56,00 € ab 4 Personen, zzgl. Lebensmittel, ohne Ermäßigung

Susanne Jutzelersuju-foto auf Pixabay

Sushi für Anfänger
SUSHI selbst machen - wir lernen die Grundtechniken der SUSHI-Zubereitung: MAKI und NIGIRI, auch mit vegetarischer Füllung. Bitte mitbringen: scharfes Messer, Geschirrtuch, Sushimatte aus Bambus und eventuell Getränke.

Kurs-Nr.: 4662-ME-01 - Meeder
Leitung: Liu Yan Yan
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Schulküche
Termin: 05.04.2022, Dienstag, 18:30 - 21:30 Uhr, 1x
Gebühr: 13,90 € ab 10 Personen, 17,40 € ab 8 Personen, 23,10 € ab 6 Personen, zzgl. Lebensmittel ca. 10,00 €

Beautyparty for friends – Schmink- und Sylingtipps vom Profi
- Bildung auf Bestellung -
Gönnen Sie sich mit Ihren Freundinnen ein paar „schöne“ Stunden. Sie sind schon über 50 und wollen mehr aus sich machen? Sie lernen wie Ihre reife Haut geschminkt jünger und frischer wirkt, wenn man die richtige Technik beherrscht. Spezielle Schminktechniken und Farbberatung für Make-up, Augen und Lippen, die wie ein natürliches Lifting wirken und ein paar einfache Tricks mit tollen kleinen Helfern wie Curler, Styler und Glätteisen sogen für eine kurzweilige und spaßige gemeinsame Zeit in einem schönen Ambiente. Bitte mitbringen: Bisher verwendete „Make-up Utensilien“.

Kurs-Nr.: 4734-ME-01 - Neida
Leitung: Simone Ehrlicher, Friseurmeisterin
Ort: Turmweg 5, Frisörgeschäft
Termin: nach Vereinbarung, pro Person ca. 45 Minuten, 1x
Gebühr: 46,00 € ab 3 Personen, inkl. Materialkosten 5,00 €

© Konstantin Gastmann / pixello.de

Acrylmalerei und Mischtechnik
Tauchen Sie in die Welt der Farben und Formen mit spannenden Techniken der abstrakten Malerei. Erleben Sie die Freude am Gestalten und wecken Sie Ihr Interesse am Ausprobieren und Experimentieren. Der Einstieg wird angeleitet. Die Entwicklung des Kunstwerks ist spannend: was sich zeigt sich auf dem weißen Untergrund und welche Gestalt nimmt es im Laufe des Kurses an? Zeichnerische oder malerische Vorkenntnisse sind nicht nötig. Bitte mitbringen: Schürze, Hausschuhe, Imbiss.

Kurs-Nr.: 5201-ME-01 - Großwalbur
Leitung: Lydia Reif, Künstlerin
Ort: Landhaus TAO, Badergasse 8
Termin: 02.07.2022, Samstag, 09:00 - 17:00 Uhr, weiterer Termin: 03.07.2022, Sonntag, 09:00 - 16:00 Uhr, 2x
Gebühr: 166,40 € bei 5 Personen, zzgl. Material ca. 15,00 € für Farben und für Leinwand je nach Größe, ohne Ermäßigung

Die Gebühren werden mittels der in der Anmeldekarte erteilten Abbuchungsermächtigung per Lastschrifteinzug vom angegebenen Konto abgebucht. Kosten, die durch fehlerhafte Angaben der Bankverbindung der Teilnehmer/innen, unberechtigten Widerruf oder nicht ausreichende Kontodeckung entstehen, gehen zu Lasten der Kontoinhaber. Die Abbuchung erfolgt in der Regel erst nach Kursbeginn.
Eine Einzugsermächtigung erspart Ihnen Arbeit und Gebühren!

Basic-Brush-Lettering-Workshop mit Lellousletters
- Bildung auf Bestellung -

In inspirierender Atmosphäre werden wir gemeinsam in die Welt der schönen Buchstaben eintauchen. Zuerst lernen Sie die Grundlagen des Brushpenletterings und das ABC, später üben Sie dann wie Sie die Buchstaben miteinander verbinden. Anschließend wagen Sie sich dann an ihr erstes Layout und lernen verschiedene Arten kennen, wie Sie Ihr Lettering ausschmücken können. Nach den ersten freien Schreibübungen kommen Sie zum krönenden Abschluss: einer selbst gestalteten, farbenfrohen Letteringkomposition auf eine Buntbox-Kissenschachtel, die und durch Sie eine eigene, persönliche Note erlangt. Zur Inspiration stehen Ihnen viele Testmaterialien und Bücher zur Verfügung. Einen Basic-Guide, verschiedene Stifte und die Box dürfen Sie mit nach Hause nehmen! Ein kleiner Snack steht für Sie bereit.

Kurs-Nr.: 5211-ME-01 - Großwalbur
Leitung: Nadine Siebensohn, Hobbykünstlerin, Kommunikationsdesign
Ort: Gemeindezentrum, Haus der Kirche, Pfarrgasse 2
Termin: Wochentag und Uhrzeit nach Vereinbarung, 1x 180 Minuten
Gebühr: 99,60 € ab 5 Personen, ohne Ermäßigung

Monotypie-Drucktechnik mit Pflanzen
Wir werden an diesem Wochenende mit frisch gesammelten Pflanzen experimentieren und schöne Pflanzenbilder herstellen. Es ist keinerlei Vorkenntnis nötig, nur Freude am kreativen Schaffen. Entwerfen Sie individuelle Drucke, die sich nicht wieder wiederholen können. Jeder Druck ist ein Unikat! Bitte mitbringen: eigene Druckplatte, Schürze, Hausschuhe, Imbiss. Bei Fragen zur Druckplatte können Sie sich im Vorfeld an die Dozentin wenden.

Kurs-Nr.: 5334-ME-01 - Großwalbur
Leitung: Lydia Reif, Künstlerin
Ort: Landhaus TAO, Badergasse 8
Termin: 28.05.2022, Samstag, 09:00 - 17:00 Uhr, 1x
Gebühr: 89,60 € bei 5 Personen, zzgl. Material ca. 15,00 €, ohne Ermäßigung

Werde vhs-fan auf facebook.
www.facebook.com/vhs.coburg

Drohnenfotografie - entdecke die Welt aus einer anderen Perspektive!
Sie besitzen eine gute Drohne und Sie wollen lernen wie Sie ihr fotografisches Potential anwenden können. In diesem spannenden Workshop erfahren Sie alles von den rechtlichen Grundlagen, über einen guten Bildaufbau und dem Anwendungsmenü mit seinen Einstellungsmöglichkeiten (Belichtung, Verschlusszeit, ISO Lichtempfindlichkeit) manuell und automatisch bis zum perfekten Bild. Bitte bringen Sie Ihre Drohne mit voll aufgeladenen Akkus, evtl. Ersatzrotoren, Filter für die Drohnenkamera, Verpflegung und wetterangepasste Kleidung mit. Außerdem unbedingt nötig: ein EU-Kompetenznachweis für Fernpiloten A1/A3 (ohne dies kein Aufstieg) unter www.lba.de, oder einfach QR Code scannen. Plakette mit Drohnen-ID muss auf der Drohne angebracht sein. Geeignete Modelle: DJI: Mavic Mini/Mini2, Mavic Air/Air2, Mavic/Mavic2Pro/Mavic2Zoom, Phantom4; Parrot: Anafi),Yuneec: Mantis, Typhoon-Serie, Q-Serie. Bei Regen wird der Termin verschoben. PKW ist erforderlich.

Kurs-Nr.: 5651-ME-01 - Meeder
Leitung: Martin Raab, Fotograf
Ort: Treffpunkt: Parkplatz Anna-B.-Eckstein-Grundschule, Schulstr. 18
Termin: 07.05.2022, Samstag, 15:00 - 21:00 Uhr, 1x
Gebühr: 160,00 € ab 2 Personen, ohne Ermäßigung

Yair Ventura Filho auf Pixabay

Ein Besuch bei den Tieren auf dem Hessenhof - 5 bis 8 Jahre
Wo ist was? Wissensreise durch Coburg Stadt und Land

Wie viele Eier legt die Henne Berta am Tag? Wie fühlt sich ein kleines Lämmchen an? Warum nennt man Kühe Wiederkäuer? Woher kommen unsere Lebensmittel Milch, Getreide und Fleisch? Wie leben Tiere auf so einem großen Bauernhof? Mit allen Sinnen erleben wir hautnah, wie hier Menschen und Tiere miteinander leben.

Kurs-Nr.: 6131-ME-01 - Großwalbur
Leitung: Detlef Heß, Staatlich geprüfter Wirtschafter für Landbau, Landwirt, und Mandy Hecht
Ort: Hessenhof, Oettingshäuser Str. 16
Termin: 24.03.2022, Donnerstag, 15:00 - 16:30 Uhr, 1x
Gebühr: 8,00 € ab 10 Personen, 10,00 € ab 8 Personen, 13,30 € ab 6 Personen, ACHTUNG: dieser Kurs ist nur mit einer erwachsenen Begleitperson buchbar, ohne Ermäßigung

Magische Kunststücke aus der Zauberschule - ab 8 Jahren

Naturwissenschaftliche Zaubereien wie zum Beispiel ein „magischer Ballon“ oder „gebogenes Wasser“ werden von den Zauberschülern ausprobiert. Ein guter Zauberer muss aber auch ganz genau wissen, was dahinter steckt. Wie kann man eine Flamme hüpfen lassen? Die Zauberlehrerin wird dabei helfen, die Geheimnisse dieser Kunststücke aufzudecken. Nur für die zukünftigen Zuschauer des Zauberschülers bleiben die Zaubereien auch weiterhin ein Geheimnis.

Kurs-Nr.: 6149-ME-01 - Meeder
Leitung: Dr. Helga Brachmann, Dipl.-Chemikerin (univ.), Regina Hüttner, Assistentin
Ort: Anna-B.-Eckstein Grundschule, Schulstr. 18, Schulküche
Termin: 28.06.2022, Dienstag, 16:30 - 18:30 Uhr, 1x
Gebühr: 13,30 € ab 10 Personen, 16,60 € ab 8 Personen, 22,20 € ab 6 Personen, 33,30 € ab 4 Personen, zzgl. 1,50 € Materialkosten, ohne Ermäßigung

Professor Sinnfrei sucht seine sieben Sinne
-Bildung auf Bestellung - für Vorschulkinder -

Auf spielerische Art und Weise werden in diesem Kurs für Kinder im Vorschulalter ihre Sinne „begreifbar“ gemacht. Gemeinsam mit der Handpuppe „Professor Sinnfrei“ suchen Sie jede Stunde einen Sinn und erleben dabei spannende Abenteuer. Dabei werden auf den jeweiligen Sinn angepasste Bewegungs-, Entspannungs- und Experimentierspiele durchgeführt, damit der Professor am Ende seinen Namen in „Sinnvoll“ ändern kann. Jedes Kind erhält zu Beginn eine „Sinnekarte“ und eine Schatzkiste, die nach jedem Abenteuer abgestempelt bzw. gefüllt wird. Zum Abschluss gibt es ein Sinne-Picknick mit den Eltern.

Kurs-Nr.: 6221-ME-01 - Meeder
Leitung: Anke Fröhlich, Entspannungstrainerin (DPS), Kinder- und Jugendcoach (IPE®), lizenzierter Mental-Coach
Ort: Ort nach Vereinbarung
Termin: Wochentag und Uhrzeit nach Vereinbarung, 8x 60 Minuten
Gebühr: 44,80 € ab 10 Personen, 56,00 € ab 8 Personen, 74,70 € ab 6 Personen, ohne Ermäßigung

Bildungsideen brauchen Visionäre

Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.
Das Angebot unserer Außenstellen ist in den letzten Jahren stetig gewachsen. Da uns neben der Quantität auch die Qualität am Herzen liegt, suchen wir Bürger und Bürgerinnen aus den Gemeinden, die unsere ortsnahe Arbeitsweise mit Ideen unterstützen.
Wir wollen Sie nicht mit lästigen Vereinsregularien und Mitgliedschaften belasten. Im Vordergrund steht Ihre Idee und die Hilfe bei der Realisierung. Wir würden uns freuen, wenn Sie sich in Coburg bei Frau Scheller, Telefon: 09561/8825-51, daniela.scheller@vhs-coburg.de oder bei der Außenstelle melden.

Bitte melden Sie sich für jeden Kurs / Vortrag und jede Führung an!

- Kursbeginne, Kursorte und Führungen müssen manchmal verschoben werden. Sie können nur informiert werden, wenn Ihre Anmeldung vorliegt.
- Sichern Sie sich Ihren Platz durch eine frühzeitige Anmeldung.
- Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht (außer bei Anmeldungen über das Anmeldeformular auf unserer Homepage).
- Keine Nachrichten sind gute Nachrichten! Sollten Sie nichts mehr von uns hören, findet Ihr gewünschter Kurs wie ausgeschrieben statt.
- Sie werden von uns benachrichtigt, wenn ein Kurs nicht stattfinden kann, bzw. ausfallen muss.