vhs

Volkshochschule
Jevensetdt e.V.

Kursprogramm
Herbst 2020/21

www-vhs-jevenstedt.de

Die VHS Jevenstedt

Liebe Freunde der Volkshochschule,

Auch wir mussten durch den Ausbruch des Corona-Virus eine Zwangspause einlegen und können auch jetzt noch nicht alle Kurse uneingeschränkt anbieten. Dafür hoffen wir auf Ihr Verständnis. Dieses Semester finden daher keine Kochkurse statt.

Vielen Dank an die Gemeinde, dass wir für unsere Angebote die Räumlichkeiten der Schule nutzen dürfen. Weiterhin danken wir allen Mitgliedern, Dozenten, Anzeigenkunden, dem Hausmeister und seinen Helferinnen, ohne deren Beteiligung eine ausgewogene Programmgestaltung nicht möglich wäre.

Ihre VHS

Geschäftsstelle:

Am Ring 47
24808 Jevenstedt
Telefon: 04337-913784
Vorstand@VHS-Jevenstedt.de

Vorstand:

1. Vorsitzende	Marina Sievers
2. Vorsitzende	Angelika Haase
Kassenwartin	Petra Matzen
Schriftführerin	Katrin Husen
Beisitzer	Anke Suhr
	Birte Sohrbeck

Bankverbindung:

Förde Sparkasse
IBAN: DE19 2105 0170 0001 3257 11
BIC: NOLADE21KIE

VR Bank Schleswig-Mittelholstein eG
IBAN: DE54 2169 0020 0004 2146 92
BIC: GENODEF1SLW

telefonische Anmeldung:
Telefon: 04337-1059
Mo-Do 09:00-11:00 Uhr /15:00-17:30 Uhr
Angelika Haase Massage Praxis
Neue Schulstraße 2 , 24808 Jevenstedt
Kontakt: Anmeldung@VHS-Jevenstedt.de

online unter:
www.vhs-jevenstedt.de/alle-kurse

Ferienzeiten:

Herbstferien	05.10.2020 - 17.10.2020
Weihnachtsferien	21.12.2020 - 06.01.2021
Blutspenden	18.11.2020

„Was wir wissen,
ist ein Tropfen;

was wir nicht wissen, ein
Ozean“

Isaac Newton
englischer Naturforscher

Impressum:
Auflage: 2900 • Herausgeber/Gestaltung: VHS Jevenstedt e.V. • Verteilung über die VHS
V.i.S.d.P: Marina Sievers • Druck: Gemeindebriefdruckerei
Bildrechte: Für den Seemann ©Fotolia/Urheber sutulastock• Für den Einstein ©Fotolia/Urheber makis7 • Für das Mädchen ©Fotolia/Urheber: Masson

Pilates - gut für Figur und Haltung

Montag	***ab 17.08.20***
Kurs I	*7 x 17:00-18:00*
Kurs II	*7 x 18:00-19:00*
Gebühr:	*21,00 €*
Montag	***ab 19.10.20***
Kurs III	*11 x 17:00-18:00*
Kurs IV	*11 x 18:00-19:00*
Gebühr:	*33,00 €*
Teilnehmer	*max. 15*
Ort	*Schule / kleine Halle*
Kursleiter:	*Sandra Fürst*

Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken, die Körpermitte, im Pilates auch „Powerhouse" genannt. Die Übungen sind sehr effektiv und zeigen rasch Erfolge.

Bitte mitbringen: *Sportkleidung, eigene Matte, Sportschuhe, Wasser, Handtuch*

vhs Volkshochschule Jevenstedt e.V.

Bitte beachten Sie folgende Hygieneregeln:

Treten Sie nur einzeln ein und halten Sie 1,5 m Abstand.

Waschen Sie sich vor Kursbeginn und bei Bedarf die Hände mit Flüssigseife für mindestens 20-30 Sekunden und nutzen Sie Einmalhandtücher. Bitte desinfizieren Sie sich die Hände.

Halten Sie bitte die Hust- und Nies-Etikette ein. Husten und niesen Sie in die Armbeuge.

Halten Sie 1,5 m Abstand, keine Berührungen, Umarmungen und kein Händeschütteln. Nutzen Sie keine Materialien gemeinsam.

Tragen Sie bitte eine Mund-Nasen-Bedeckung, bis Sie Ihren zugewiesenen Platz eingenommen haben.

Tragen Sie vor Beginn von Sportkursen Sportkleidung, Sportschuhe können in der Umkleide gewechselt werden, nur 1 Person zeitgleich in der Umkleide. Benutzen Sie nur eigene Sportmatten. Benutzte Sportgeräte sind vor und nach dem Kurs zu desinfizieren.

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen die Räumlichkeiten nicht betreten.

Vorbeugende Wirbelsäulengymnastik

Dienstag	***ab 18.08.20***
Kurs I	*7 x 18:00-19:00*
Gebühr:	*21,00 €*
Dienstag	***ab 20.10.20***
Kurs II	*11 x 18:00-19:00*
Gebühr:	*33,00 €*
Teilnehmer	*max. 15*
Ort	*Schule / kleine Halle*
Kursleiter:	*Erika Krüger*

Die Wirbelsäule mobilisieren, kräftigen und dehnen. Ein bunter Mix an Übungen, mit und ohne Kleingeräte.

Bitte mitbringen: *Sportkleidung, eigene Matte, Sportschuhe, Wasser, Handtuch*

Tanz dich fit mit ZUMBA©

Dienstag	***ab 18.08.20***
Kurs I	*6 x 19:00-20:00*
Gebühr:	*24,00 €*
Dienstag	***ab 12.01.21***
Kurs I	*2 x 19:00-20:00*
Gebühr:	*8,00 €*
Teilnehmer	*max. 15*
Ort	*Schule / kleine Halle*
Kursleiter:	*Anneke Eichler*

Zumba© ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz- und Fitness-Workout. Es ist dynamisch, motivierend und macht Riesenspaß. Es verbindet grundlegende Elemente aus Aerobic, Krafttraining, Intervalltraining und Tanz, um bestmögliche Ergebnisse in Bezug auf Kalorienverbrennung, Ausdauer sowie Formung der Figur zu erreichen. Die Tanzbewegungen und -schritte sind für jedermann geeignet und leicht zu erlernen. Der Spaß steht im Vordergrund.

Bitte mitbringen: *Sportkleidung, Sportschuhe, Wasser, Handtuch*

Fit ab 50

Mittwoch	***ab 19.08.20***
Kurs I	*7 x 18:00-19:00*
Gebühr:	*21,00 €*
Mittwoch	***ab 21.10.20***
Kurs II	*10 x 18:00-19:00*
Gebühr:	*27,00 €*
Teilnehmer	*max. 15*
Ort	*Schule / kleine Halle*
Kursleiter:	*Andrea Möller*

Fitness ist ein wesentlicher Bestandteil der körperlichen Leistungsfähigkeit. Ziel des Kurses ist diese Leistungsfähigkeit zu erhalten. Mit verschiedenen Beanspruchungen wie z.B. Beweglichkeit, Ausdauer, Kraft, Koordination und Schnelligkeit soll dieses Ziel individuell erreicht werden.

Bitte mitbringen: *Sportkleidung, eigene Matte, Sportschuhe, Wasser, Handtuch*

Rücken und Ganzkörpertraining

Mittwoch	**ab 19.08.20**
Kurs I	7 x 19:00-20:00
Gebühr:	49,00 €
Mittwoch	**ab 21.10.20**
Kurs II	7 x 19:00-20:00
Gebühr:	49,00 €
Teilnehmer	max. 14
Ort	Schule / kleine Halle
Kursleiter:	Helga Jessen

Den Rücken stärken ist Ziel dieses Kurses. Mit einem ganzheitlichen Bewegungskonzept zur Verbesserung der Rückengesundheit und Verhinderung der Chronifizierung von Rückenschmerzen.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, eigene Matte, Sportschuhe, Wasser, Handtuch

Vielseitiges Fitness-Programm

Mittwoch	**ab 19.08.20**
Kurs I	7 x 20:00-21:00
Gebühr:	17,50 €
Mittwoch	**ab 21.10.20**
Kurs II	10 x 20:00-21:00
Gebühr:	25,00 €
Teilnehmer	max. 15
Ort	Schule / kleine Halle
Kursleiter:	Melanie Hasselmann

Ein Ganzkörpertraining mit dem Schwerpunkt, die Muskelkraft und Muskelausdauer speziell von Bauch, Beine, Po und Oberkörper (Arme, Brust, Rücken) zu trainieren. Nicht zu vergessen ist das Verbessern der Problemzonen durch die Zunahme an Muskelmasse, eine Erhöhung der Muskelspannung und das straffere Aussehen des Körpers. Das vielseitige Fitnesstraining wird abwechselnd mit Tubes, Hanteln und dem Stepp unterstützt.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, eigene Matte, Sportschuhe, Wasser, Handtuch

Heizung - Sanitär - Bauklempnerei
Heino Voß
Inhaberin: Maren Loft
Meisterbetrieb - Tel. 0 43 37 - 3 32
Itzehoer Chaussee 14 - 24808 Jevenstedt
www.heino-voss.de

Den Rücken stärken - Ab auf die Matte

Donnerstag	***ab 20.08.20***
Kurs I	*7 x 17:30-18:30*
Gebühr:	*21,00 €*
Donnerstag	***ab 22.10.20***
Kurs II	*11 x 17:30-18:30*
Gebühr:	*33,00 €*
Teilnehmer	*max. 15*
Ort	*Schule / kleine Halle*
Kursleiter:	*Erika Krüger*

Gut durchtrainiert, entspannt, schmerzfrei – wer möchte nicht so über seinen Rücken sprechen können? Tatsache ist aber: Von allein wird sich dieser traumhafte Zustand nicht einstellen.
Dieser Kurs beinhaltet überwiegend Funktionsgymnastik sowie Übungen zur Dehnung, Kräftigung und Beweglichkeit.

Bitte mitbringen: *Sportkleidung, eigene Matte, Sportschuhe, Wasser, Handtuch*

Pilates für Anfänger

Donnerstag	***ab 03.09.20***
Kurs I	*5 x 18:15-19:30*
Gebühr:	*15,00 €*
Donnerstag	***ab 22.10.20***
Kurs II	*9 x 18:15-19:30*
Gebühr:	*27,00 €*
Teilnehmer	*max. 8*
Ort	*Schule / Mensa*
Kursleiter:	*Uta Wieneke*

Beim Pilates geht es um die Verbesserung der Körperhaltung, Stärkung der Bauch -und Rückenmuskulatur sowie um mehr Flexibilität der Gelenke und Muskeln. Die Übungen sind einfach und effektiv und werden mit bewusster Atmung und Präzision durchgeführt. Wir steigern dadurch unser Körperbewusstsein, verbessern Beweglichkeit und Balance und Stärken den Beckenboden sowie die gesamte Körpermuskulatur.
Bitte mitbringen: *Sportkleidung, eigene Matte, Sportschuhe, Wasser, Handtuch*

EP: Elektro-Pöppel
TV, HiFi, Video, Telecom, PC Multimedia, Haushaltsgeräte, Elektro-Anlagen – eigener Kundendienst
Ihr Fachgeschäft vor Ort

Verkauf Beratung
Reparatur Installation

www.elektro-poeppel.de
Itzehoer Chaussee 21 · 24808 Jevenstedt
Tel.: 0 43 37 / 91 99 52 · E-Mail: Elektro-Poeppel@t-online.de

Fit for Fun - Ganzkörpertraining

Donnerstag	***ab 20.08.20***
Kurs I	7 x 18:30-19:30
Gebühr:	17,50 €
Donnerstag	***ab 22.10.20***
Kurs II	10 x 18:30-19:30
Gebühr:	25,00 €
Teilnehmer	max. 15
Ort	Schule / kleine Halle
Kursleiter:	Melanie Hasselmann

Nach einer Erwärmungsphase zu mitreißender Musik kurbeln wir im Step-Aerobic-Teil (keine aufbauenden Choreographien!) unsere Fettverbrennung an und verbessern unsere Kondition. Im Kräftigungsteil werden Muskeln an Bauch, Beinen, Po und Rücken beansprucht. Dazu verwenden wir Zusatzgeräte wie Tubes, Hanteln, Bälle und Brasils. Zum Abschluss der Stunde folgt eine Dehnphase.

Bitte mitbringen: *Sportkleidung, eigene Matte, Sportschuhe, Wasser, Handtuch*

Intervallfasten: Gesund abnehmen

Donnerstag	***12.11.20***
Infoabend	19:00-22:00
Gebühr:	6,00 €
Teilnehmer	max. 15
Ort	Schule
Kursleiter:	Jessica Danco-Wendlinger

Gesundheits- und Ernährungsberaterin

Intervallfasten ist der wichtigste neue Trend der Ernährungsmedizin. Die Methode kann dabei helfen, gesund abzunehmen und das Körpergewicht zu halten.
Der entscheidende Unterschied von Intervallfasten zu längeren Fastenkuren oder Crash-Diäten: Der Stoffwechsel wird nicht gedrosselt, die Muskelmasse nicht abgebaut. Das ist sehr wichtig, denn dadurch wird der gefürchtete Jo-Jo-Effekt vermieden.
Welche Methode ist die richtige für mich und worauf sollte man achten? Ist Intervallfasten auch für mich sinnvoll?
Diese Fragen wollen wir klären. Außerdem gibt es noch ein paar einfache Rezeptvorschläge (kochen dürfen wir leider nicht).

Gesellschaft

Englisch zum Auffrischen

Montag	***ab 21.09.20***
Kurs I	*10 x 18:30-20:00*
Gebühr:	*40,00 €*
Teilnehmer	*max. 10*
Ort	*Schule*
Kursleiter:	*Bärbel Memmer*
	Thomas Buck

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die ihre Englischkenntnisse auffrischen möchten. Sprachhemmungen werden abgebaut, der Wortschatz wird erweitert bzw. wieder aktiviert. Die Betonung liegt auf dem Sprechen, Grammatik spielt eine untergeordnete Rolle.

"Die Kurssprache ist vorwiegend Englisch"

Genuss

Käseverkostung

Donnerstag	***Termin 1: 22.10 .20***
	Termin 2: 29.10.20
	19:00-20:30
Gebühr:	*7,00 €*
Teilnehmer	*max. 15*
Ort	*Schule/Klassenraum*
Kursleiter:	*Holtseer Landkäserei*

Mit Liebe zum Käse, der Milch unserer Mitgliedsbetriebe und der Basis überlieferten Wissen, schaffen wir seit jeher einzigartige Käsesorten, sagt die Käserei Holtseer über sich selbst.
An diesem Abend wird zuerst Wissenswertes zum Thema Käse übermittelt, was dann verkostet und zum Schluss auch gekauft werden kann.
Die VHS stellt Selter zur Verfügung.

Wenn Sie einen Finanzpartner haben, der Sie auf Ihrem Weg begleitet und unterstützt.

Sprechen Sie mit uns.

foerde-sparkasse.de

Wenn's um Geld geht

Förde Sparkasse

Volkshochschule Jevenstedt e.V.

Beitrittserklärung

Die VHS Jevenstedt e. V. ist ein eingetragener gemeinnütziger Verein, der auf die Initiative, Einsatzbereitschaft und finanzielle Förderung seiner Mitglieder angewiesen ist. Der Jahresbeitrag von 10,50 € wird auf einen Kurs Ihrer Wahl angerechnet.

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

☐ *Ich überweise den Jahresbeitrag in Höhe von 10,50 € nach Rechnungserhalt.*

☐ *Ich wünsche Bankeinzug*

VHS - Jevenstedt e.V., Am Ring 47, 24808 Jevenstedt

Gläubiger-Identifikationsnummer DE44ZZZ0000011480

SEPA-Lastschriftmandat

Ich/Wir ermächtige(n) die VHS Jevenstedt e.V., Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise(n) ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die von der VHS Jevenstedt e.V. auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann/Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem/unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kreditinstitut _____

IBAN *DE _ _ I _ _ _ _ _ _ _ _ I_ _ _ _ _ _ _ _ _ _ I*

_____

Datum, Ort und Unterschrift

Unterstützen Sie unsere Arbeit und werden Sie Mitglied!

Daueranmeldung

Volkshochschule Jevenstedt e.V.

Kurs ________________________________ *Wochentag* ____________________

Name/Vorname: ____

Straße: ____

PLZ/Ort: ____

Telefon: ____

E-Mail: ____

Die Anmeldung verpflichtet Sie zur Teilnahme an dem von Ihnen gewählten Kurs. Die Verpflichtung endet mit einer mündlichen Kündigung oder der Beendigung des Kursangebotes von Seiten der VHS Jevenstedt e.V..

____

Datum, Unterschrift

- -

SEPA-Lastschriftmandat

Ich/Wir ermächtige(n) die VHS Jevenstedt e.V., Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise(n) ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die von der VHS Jevenstedt e.V. auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Kreditinstitut ____

IBAN *DE _ _ I _ _ _ _ _ _ _ _ _ I_ _ _ _ _ _ _ _ _ _I*

____

Datum, Unterschrift

Ihr Spezialist vor Ort

Sven Bargstädt
Fehmarnstr. 20
24782 Büdelsdorf
T 04331 437002
sven.bargstaedt@drklein.de

DR. KLEIN
Die Partner für Ihre Finanzen.

Musikschule

Blockflöte, Sopran, Alt, Tenor und Klavier

für Anfänger und Fortgeschrittene, Dienstag und Donnerstag: Zeit nach Absprache.
Ein Flötenkreis für Kinder und Erwachsene existiert. Bei Interesse bitte anfragen.
Anmeldung bitte direkt bei der Kursleiterin: ***Ulrike Kalz, 04331-26267***

Akkordeon / Keyboard

Montag, ab 15.30 Uhr, Zeit nach Absprache
Anmeldung bitte direkt beim Kursleiter: ***Klaus Burmeister, 04321-529206***

Klavier

Montag, ab 15.30 Uhr, Zeit nach Absprache
Anmeldung bitte direkt beim Kursleiter: ***Klaus Burmeister, 04321-529206***

Klarinette / Saxophon

Montag, ab 15.30 Uhr, Zeit nach Absprache
Anmeldung bitte direkt beim Kursleiter: ***Klaus Burmeister, 04321-529206***

Schlagzeug

Einzelunterricht (60 Minuten) Zeit und Tag nach Absprache, Leihinstrument vorhanden
Anmeldung direkt beim Kursleiter: ***Heiko Petersen 04331-75540***

Willi Rohwer GmbH

Motorsägen · Rasenmäher · Spielzeug · Fahrräder

Itzehoer Chaussee 61
24808 Jevenstedt

Tel. 0 43 37 - 91 71 0
Fax 0 43 37 - 91 71 71

www.willirohwer.de

Sommer im Wald

Mittwoch ***26.08.20***
14.30-17.30
Gebühr: *10,00 €*

Alter : *5 - 10 Jahre*
Teilnehmer *max. 10*
Ort *Schwaber Wald, Schwabe 12-14 rein, nächster Waldeingang*
Kursleiter: *Michaela Thomsen zertifizierte Waldpädagogin*

Bitte die Telefonnummer eines Elternteiles angeben

Habt ihr schon mal hingeschaut? Seit dem Frühling hat sich der Wald ganz schön verändert! Wir wollen auf farbenfrohe Entdeckungstour im dichten Blätterwald gehen und schauen, was sich im Tannenwald so regt. Wir folgen den Ameisenstraßen bis hin zu ihrer Burg und erfahren
mehr über das Leben der kleinen starken Waldarbeiter. Über Tierbeobachtungen und Experimenten an verschiedenen Stationen lernen wir die Sommerseite des Waldes kennen. Bitte wetterfeste Kleidung und eine kleine Tee Zeit mitbringen.

Der Kurs findet ausschließlich draußen statt.
Bei extremer Wetterlage findet der Kurs nicht statt.

Der Märchenwald I – Eine unentdeckte Welt

Mittwoch	***16.09.20***
	14.30-17.30
Gebühr:	*10,00 €*
Alter :	*5 - 8 Jahre*
Teilnehmer	*max. 10*
Ort	*Schwaber Wald, Schwabe 12-14 rein, nächster Waldeingang*
Kursleiter:	*Michaela Thomsen zertifizierte Waldpädagogin*

Bitte die Telefonnummer eines Elternteiles angeben

Der Kurs findet ausschließlich draußen statt.

Bei extremer Wetterlage findet der Kurs nicht statt.

Um den Wald gibt es viele Mythen, Märchen und Geschichten. Seit vielen Jahrhunderten gilt der Wald bei uns Menschen als etwas Bedrohliches und auch heute sind diese Erzählungen z.B. vom bösen Wolf und anderen Wesen des Waldes noch in voller Munde. Es gibt allerdings Geschichten, die den Wald in einem positiven Licht darstellen. Kinder sollen sich nicht fürchten, sondern Gefallen finden, in dem Erfahrungsraum Wald auf Entdeckungsreise zu gehen, auf den Spuren von Elfen, Zwergen und anderen Zauberwesen.
In diesem Kurs möchte ich mit den Kindern kleine Projekte, verbunden mit Spaziergängen durch den Wald durchführen, begleitet von einer Geschichte. Hauptsächlich beschäftigen wir uns, auch auf kleinen Spaziergängen, mit den Themen:

• Welche zauberhaften Wesen kennen wir aus Geschichten? • Wie finden wir Zauberwesen; wir mischen eine „Zwergen- Seh-Salbe“ • Wenn alle Vorbereitungen getroffen sind gehen wir auf die Suche • Wir bauen ein Zwergen Dorf

Bitte wetterfeste Kleidung, eine kleine Tee Zeit (Getränk und Kekse) sowie eine Taschenlampe sollten die Kinder dabei haben.

Dorfstraße 11
24808 Jevenstedt
Tel.: 04337 / 338

Herbstzauber im Wald

Mittwoch ***04.11.20***
14:30-17:30
Gebühr: *10,00 €*

Alter : *5-8 Jahre*
Teilnehmer *max. 10*
Ort *Schwaber Wald, Schwabe 12-14 rein, nächster Waldeingang*
Kursleiter: *Michaela Thomsen zertifizierte Waldpädagogin*

Bitte die Telefonnummer eines Elternteiles angeben

An diesem Nachmittag möchte ich mit Kindern ab 5 Jahren den Herbst im Wald „suchen". Was ist typisch für diese bunte Jahreszeit und was machen die verschiedenen Tierarten? Die Natur bietet im Herbst vielfältige Möglichkeiten, jetzt ist mehr Nahrung vorhanden als zu jeder anderen Jahreszeit. Diese Früchte des Waldes dienen den Tieren als Wintervorrat und uns als mannigfaltigen Bastelvorlagen:
– mit Naturmaterialien malen
– Waldmobiles herstellen
- was tun Bienen im Winter? Wir lauschen am Bienenstock.
– was machen die großen Waldtiere im Winter?
– Wer schläft im Winter und wen trifft man im Winterwald?
– Wir bauen ein Winterquartier

Der Kurs findet ausschließlich draußen statt.
Bei extremer Wetterlage findet der Kurs nicht statt.

Bewegungslieder und Geschichten für Kinder von 2-4 Jahren

Montags ***ab 17.08.20***
Kurs I *7x 15:00-15:30*
Kurs II *7x 15:30-16:30*
Gebühr: *14,00 €*
Montags ***ab 19.10.20***

Kurs III *8x 15:00-15:30*
Kurs IV *8x 15:30-16:30*
Gebühr: *16,00 €*
Teilnehmer *max. 3*
Ort *Schule Tobe Rasen*
Kursleiter: *Susan Werner*

*Bewegungslieder, auch Tierlieder - **OPEN-Air**- für Kinder von 2-4 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen.*

Bitte dem Wetter entsprechend ausrüsten und eine Decke bzw. Isomatte mitbringen.

Je 30 min
15:00-15:30 oder 15:30-16:00

Schneiderin
Terminabsprache bitte unter:
0179 45 60 800
Monique Werbel
Heisch 21
24808 Jevenstedt
schneiderinwerbel@web.de
Werbel

Videoclip Dancing für Kinder von 5 - 9 Jahren

Montag	***ab 17.08.20***	*In diesem Kursus lernst du tanzen wie die Stars in den*
Kurs I	*7 x 16:00-16:45*	*Videoclips. Wir lernen Grundschritte und eine einfache*
Gebühr:	*17,50 €*	*Choreographie, auch kannst du deine eigenen Ideen*
Montag	***ab 19.10.20***	*mit einbringen.*
Kurs II	*11 x 16:00-16:45*	
Gebühr:	*27,50 €*	*Let`s dance!*

Teilnehmer *max. 15*
Ort *Schule / kleine Halle*
Kursleiter: *Jette Carstensen*

Hip Hop Dancing für Kinder von 8 - 12 Jahren

Dienstag	***ab 18.08.20***	*Erlernt werden die Grundlagen*
Kurs I	*7 x 17:00-17:45*	*(Basic Stepps, Kicks, Turns, Jumps) um das Hip-Hop*
Gebühr:	*17,50 €*	*typische Rhythmusgefühl und die erforderliche*
Dienstag	***ab 20.10.20***	*Körperkoordination entwickeln zu können. Zudem*
Kurs II	*11 ab 17:00-17:45*	*verbessern gezielte Dehn- und Lockerungsübungen*
Gebühr:	*27,50 €*	*die körperliche Fitness und die Konzentration.*

Teilnehmer *max. 15*
Ort *Schule / kleine Halle*
Kursleiter: *Jette Carstensen*

Itzehoer Lösungen
» **Berufsunfähigkeit-Schutz**

Vertrauensmann
» **Ingo Knittler**
Versicherungsfachmann (BWV)
Dorfstr. 21, 24808 Jevenstedt
» **04337 913828**
knittler@itzehoer-vl.de

Itzehoer Versicherungen
... und gut V

www.knittler.itzehoer-vl.de

Auszug aus den AGB

Den gesamten Wortlaut unserer Geschäftsbedingungen finden Sie im Internet unter www.vhs-jevenstedt.de

***Anmeldung**: Bitte melden Sie sich vorwiegend online unter www.vhs-jevenstedt.de an. Es ist unbedingt eine telefonische, persönliche oder schriftliche Anmeldung erforderlich. Ihre Anmeldung verpflichtet Sie zur Zahlung der Kursgebühr. Eine schriftliche oder telefonische Bestätigung erfolgt nicht, nur bei Internet-Anmeldungen verschicken wir eine Rückbestätigung. Die Kurse finden, wenn nicht anders angegeben, in den Räumen der Schule am Ochsenweg, Neue Schulstr. 13 / Am Sportplatz, 24808 Jevenstedt, statt.*

***Teilnahmegebühr**: Die Teilnahmegebühr ist am ersten Kurstag zu zahlen. Sollten Sie am 1. Kurstag verhindert sein, überweisen Sie bitte die Gebühr. Vereinsmitglieder bekommen ihren Mitgliedsbeitrag (10,50 € pro Jahr) als Kursgebühr, bei einem Kurs pro Jahr, angerechnet. Eine Erstattung oder Teilrückerstattung von Kursgebühren ist grundsätzlich nicht möglich.*

Rücktritt von VHS-Kursen**: Der Rücktritt muss spätestens 2 Werktage vor Beginn des ersten Veranstaltungstermins, schriftlich oder telefonisch bei der VHS (04337-1059) erfolgen. Nicht beim Kursleiter. Das Widerrufsformular finden Sie online unter www.vhs-jevenstedt.de in der Rubrik „Impressum" oder „Downloads. **Sie werden nur angerufen, wenn der Kursus nicht stattfindet.

***Teilnehmerzahlen:** Die Mindestzahl der Kursteilnehmer/innen wird in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben. Sie beträgt mangels einer solchen Angabe 10 Personen. Über Ausnahmen entscheidet die VHS-Leitung.*

***Haftung bei Beschädigung usw.**: Für evtl. Schäden, Unfälle oder Verluste kann die VHS Jevenstedt keinerlei Haftung übernehmen. Die Schäden, die während des Unterrichts an fremden Sachen entstehen, muss der jeweilige Kursteilnehmer ersetzen.*

Dagmar Holm
Rechtsanwältin und Notarin
- auch Fachanwältin für Familienrecht -
24808 Jevenstedt | Grüner Weg 1 | Tel. (0 43 37) 13 60
Fax (0 43 37) 10 83 | E-Mail: info@rain-notarin-holm.de
Ihre Rechtsanwältin vor Ort!
Tätigkeitsschwerpunkte:
Vertragsrecht - Familienrecht - Verkehrsrecht - Mietrecht

vhs
cloud
www.vhs.cloud