



VHS - Außenstelle Wettstetten
– Neue Kurse –

Frühjahr-/Sommersemester
2019

Anmeldungen möglich ab **09.02.2019**
über das Internet oder ab **Montag, den**
11.02.2019 in der Gemeinde-
verwaltung Wettstetten, Kirchplatz 10,
Zimmer-Nr. 1 (Telefon: 0841/99436-42
oder 0841/99436-0) oder in der
Hauptstelle der VHS Ingolstadt.

Öffnungszeiten der Gemeindeverwaltung
Wettstetten:

Mo., Mi., Do., Fr. von 7.30 Uhr – 12.30 Uhr
Mo. von 15.00 Uhr – 17.00 Uhr
Mi. von 14.00 Uhr – 18.00 Uhr
(am Dienstag geschlossen)

Anmeldungen sind auch per Internet
www.ingolstadt.de/vhs oder per Fax unter
0841/99436-742 mit vorgeschriebenem Formblatt
möglich!

Vordrucke erhalten Sie im VHS-Programm, bei der
Gemeindeverwaltung oder im Internet unter [http://](http://www.ingolstadt.de/vhs)
www.ingolstadt.de/vhs

Erteilung einer Einzugsermächtigung und eines
SEPA-Lastschriftmandats sind nur mit
unterschriebenem Originalformular möglich!

Falls Sie von der VHS keine gegenteilige
Mitteilung erhalten, können Sie an Ihrem
gewählten Kurs teilnehmen, auch wenn bis
Kursbeginn die Abbuchung noch nicht erfolgt
ist.

*Denn: Keine Nachrichten sind gute
Nachrichten!*

Fremdsprachen

AH85-001

Conversation in Easy English (A2/B1)

Kursleiterin: Sheila Waha

Beginn: 28.02.2019, 15 x am Donnerstag,
von 17.45 Uhr bis 19.15 Uhr

Mitzubringen: 3,- EUR Kopiergeld

Ort: Grundschule Wettstetten, Zimmer Nr.
K 3, Kellergeschoß, Handarbeits-raum

Gebühr: 132,00 €

Kreativität

AH85-010

Das reduzierte Aquarell

- Grundtechniken der Aquarellmalerei -

Kursleiterin: Gabriele Kus Chill

Beginn: 14.03.2019, 8 x am Donnerstag
von 19.00 Uhr bis 21.30 Uhr

Mitzubringen: Aquarellblock,
Aquarellfarben, Wasserbehälter, Lappen
oder Papiertücher, verschiedene
Aquarellpinsel

Ort: Grundschule Wettstetten, Zimmer Nr.
K 2, Kellergeschoß, Werkraum

Gebühr: 102,50 EUR

AH85-011

„Farben bekennen“ - Acrylmalerei

Kursleiterin: Gabriele Kus Chill

Samstag: 25.05.2019,
von 10.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Mitzubringen: Farben, Leinwand, Papier,
Pinself, Lappen, Wasserbehälter,
Wachstisch Tuch

Ort: Grundschule Wettstetten, Zimmer Nr.
K 2, Kellergeschoß, Werkraum

Gebühr: 25,50 EUR

Gesundheit und Entspannung

AH85-020

Sanfter YOGA - Entspannte Schultern und gelöster Nacken I

Kursleiterin: Erika Bauer

Beginn: 26.02.2019, 16 x am Dienstag von
18.00 Uhr bis 19.15 Uhr

Kein Kurs am 30.04.2019

Mitzubringen: rutschfeste Yogamatte,
Decke, bequeme Kleidung

Ort: Grundschule Wettstetten, Zimmer Nr.
K 1, Kellergeschoß, Musikraum

Gebühr: 116,50 EUR

AH85-021

YOGA - Entspannte Schultern und gelöster Nacken II

*Vertiefung der Asana-Arbeit - für
Teilnehmer mit Vorkenntnissen*

Kursleiterin: Erika Bauer

**Beginn: 26.02.2019, 16 x am Dienstag
von 19.30 Uhr bis 20.45 Uhr**

Kein Kurs am 30.04.2019

Mitzubringen: rutschfeste Yogamatte,
Decke, bequeme Kleidung

Ort: Grundschule Wettstetten, Zimmer
Nr. K 1, Kellergeschoß, Musikraum

Gebühr: 116,50 EUR

AH85-022

Qi Gong

Kursleiterin: Birgit Seitz

**Beginn: 13.03.2019, 10 x am Mittwoch
von 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr**

Mitzubringen: bequeme Kleidung,
rutschfeste dicke Socken oder
Hallenturnschuhe mit dünner Sohle

Ort: Schulturnhalle Wettstetten

Gebühr: 58,50 EUR

AH85-023

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

*Bewusstes Anspannen und Entspannen
von Muskeln*

Kursleiterin: Regine Först

**Beginn: 13.03.2019, 8 x am Mittwoch von
18.15 Uhr bis 19.15 Uhr**

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Matte,
Decke, Kissen

Ort: Grundschule Wettstetten, Zimmer Nr.
K 1, Kellergeschoß, Musikraum

Gebühr: 46,50 EUR

AH85-024

Autogenes Training

Konzentrierte Selbstentspannung

Kursleiterin: Regine Först

**Beginn: 13.03.2019, 8 x am Mittwoch von
19.30 Uhr bis 20.30 Uhr**

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Matte,
Decke, Kissen

Ort: Grundschule Wettstetten, Zimmer Nr.
K 1, Kellergeschoß, Musikraum

Gebühr: 46,50 EUR

*Die Gemeinde Wettstetten bietet
in Zusammenarbeit mit der VHS
Ingolstadt für das Frühjahr-/
Sommersemester 2019 Kurse an,
die in der Grundschule, Eingang
Echenzeller Str. 11 (altes
Schulgebäude) oder in der
Schulturnhalle in Wettstetten
durchgeführt werden.*

*Bitte beachten Sie, dass in den
Schulferien und an gesetzlichen
Feiertagen **keine Kurse**
stattfinden!*

**Viel Spaß und Erfolg bei den
Kursen wünscht Ihnen**

**Ihre VHS-Außenstelle
Wettstetten**

