

# VHS Illmensee

## Programm Herbst / Winter / Frühling 2011/2012

Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Freunde der Volkshochschule,

Die Volkshochschule Illmensee legt wieder das neue Winter/Frühlings-Programm auf. Es bietet wiederum Möglichkeiten zum Erwerb von Wissen oder Fähigkeiten. Wir haben uns bemüht, sowohl "Gutbewährtes", als auch „Neues“ in unser Programm aufzunehmen.

Gerne möchten wir mit unserer Programmzusammenstellung auf IHRE Wünsche und Bedürfnisse eingehen. Deshalb sind wir für Anregungen und Ideen zur künftigen Programmgestaltung jederzeit aufgeschlossen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Durchblättern dieses Programms und hoffen, dass auch für Sie "ETWAS" dabei ist.

### **Anmeldung für die Kurse:**

**Für die angebotenen Kurse und Vorträge melden Sie sich - möglichst umgehend - an, indem Sie das beiliegende Anmeldeformular samt Einzugsermächtigung ausgefüllt an die Gemeindeverwaltung geben. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir nur schriftliche Anmeldungen berücksichtigen können.**

**Anmeldeformulare können Sie auch von unserer Homepage downloaden. Nähere Informationen oder Anfragen:**

**Bürgermeisteramt Illmensee, - Frau Waibel - Kirchplatz 5, 88636 Illmensee**

**Tel. 07558 / 9207- 11      FAX: 07558 / 9207-99**

**Mail: [waibel@illmensee.de](mailto:waibel@illmensee.de)    Internet: [www.illmensee.de](http://www.illmensee.de) / Gemeinde/Bildung/Volkshochschule**

### **Haftung:**

Die Haftung der VHS für Schäden jeglicher Art, ist auf die Fälle beschränkt, in denen der VHS Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last fällt. Die VHS übernimmt keine Haftung für Unfälle oder Diebstähle. Die VHS muss die jeweilige Hausordnung der benutzten Räumlichkeiten einhalten. Auch die Wege zwischen Wohn- und Veranstaltungsort erfolgen auf eigene Gefahr. Bei Kindern wird die Übernahme der Haftung durch die Eltern vorausgesetzt. Beim Besuch von Veranstaltungen, die mit körperlichen Übungen oder Anstrengungen verbunden sind, setzt die VHS eine vorhergehende ärztliche Untersuchung voraus.

## **PILATES und RÜCKEN-FITNESS**

Pilates dient zur Entspannung, Vitalisierung von Körper, Seele und Geist. Besonders trainiert werden dabei Beckenboden, Bauch- und die tiefliegende Rückenmuskulatur. Pilates-Kurse werden oft von den Krankenkassen übernommen. Näheres über den jeweiligen Kursbeginn, Ort usw. direkt bei:  
Siegfried Forster, Illmensee, Pilateskursleiter/Präventionstrainer(Rücken),  
Tel.: 07558/939680 oder bluesiggi@gmx.de

## **TANZEN ZU MELODIEN AUS ALLER WELT**

Dieses Tanzangebot richtet sich an Frauen und Männer jeden Alters, allein oder als Paar. Getanzt wird zu Melodien aus aller Welt. Tanzen ist eine der schönsten Bewegungsformen, um Gedächtnis, Gleichgewichtssinn und die körperliche Beweglichkeit zu fördern. Diese gesellige Tanzform trägt zur Kommunikation bei und bereitet Freude. Es werden keine Standardtänze getanzt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Dieses Angebot wird von manchen Krankenkassen mit Bonuspunkten belohnt. Nähere Infos auch direkt bei Frau Lehmann 07558/1209  
Leitung: Angelika Lehmann, Illmensee  
Beginn: Ganzjährig - montags - 19:30 bis 21:00 Uhr (Quereinstieg jederzeit möglich)  
Ort: Illmensee, im Pfarrheim am Kirchplatz

## **HILFE ZUR SELBSTHILFE ! - BASIS-KURS - HALTUNGS- UND ATMUNGSSHULUNG NACH DER ZILGREI-METHODE -**

Sie sitzen beruflich oder privat viel am Computer...., oder haben durch sonstige Arbeiten/ Freizeitsport öfters Nacken-, Schulter- oder Handgelenksprobleme, Tennisarm, Spannungskopfschmerzen, oder leiden unter Schlafstörungen?

Sie möchten gerne selbst aktiv werden und etwas dagegen unternehmen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. In diesem dreistündigen Grundkurs erlernen Sie die Basistechnik der Haltungs- und Atmungsschulung nach der ZILGREI-Methode zum Zweck der Selbstbehandlung. Staunend werden Sie schnell erleben, wie diese besondere Atmungsmethode und Haltungstechnik Ihren Körper regeneriert, und das bei einem Zeitaufwand von nur max. 15 Min. täglich, auszuführen an jedem Ort und ohne jegliche Hilfsmittel ! Auch gut zur Prophylaxe !

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie Socken und Schreibutensilien mit.

Leitung: Inge Krumpschmid, Illmensee, Zilgrei-Lehrerin  
Termin: Dienstag, 22. Nov. 2011 (bei Bedarf weitere Termine)  
Dauer: ein Abend, 18:00 - 21:00 Uhr  
Ort: Illmensee, Untere Sonnenhalde 3  
Gebühr: 36.-- €  
Teilnehmer: mind. 3 Pers. / max. 4 Pers.

## **VORTRAG: „WELCHE BOTSCHAFTEN GIBT MIR DIE SEELE DURCH DEN KÖRPER“**

Erfahren Sie wie Körper, Geist und Seele zusammenwirken, und warum die Seele manchmal keinen anderen Ausweg weiß, als Signale über den Körper zu geben. – Was Sie selber tun/verändern können und was hilft.

Referentin: Christa Lari'jana Ott, Deggenhausertal, Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Termin: Donnerstag, 24. November 2011, 19:30 Uhr  
Dauer: 19:30 - ca. 21:00 Uhr  
Ort: Illmensee, Rathaus, Kirchplatz 5, - Sitzungssaal -  
Gebühr: 10.-- €  
Teilnehmer: mind. 10 Pers.

## **GITARRESPIELEN OHNE NOTEN - GRUNDKURS -**

Dieser Kurs eignet sich für Anfänger, die das einfache Gitarrenspiel lernen möchten, sowie Personen, die es mal wieder probieren wollen. Es werden alle Grundgriffe, das Stimmen der Gitarre, einfache Schlagtechniken und das Begleiten und Singen von bekannten alten und aktuellen Liedern erlernt. / Bitte eigene Gitarre mitbringen.

Leitung: Manfred Merkle, Illmensee  
Beginn: Dienstag, 29. Nov. 2011, 18:30 Uhr  
Dauer: 12 mal, jeweils 18:30 – 19:15 Uhr  
Ort: im Kindergarten Storchennest, Am Pfarrgarten, Illmensee  
Gebühr: 68.-- €, (65.-- Kursgebühr plus 3.-- € Unkostenbeitrag für Kopien)  
Teilnehmer: mind. 4 Personen / max. 6 Personen

## **GENIEßEN SIE DIE ADVETSZEIT EINMAL ANDERS !**

Kerzenlicht, liebliche Düfte, sanfte Musik, genießen und entspannen! So stellen sich viele die vorweihnachtliche Zeit vor. Dieser Kurs lädt dazu ein, Tanzmeditationen im Kerzenschein, Duftreisen bei verzaubernden Klängen, und andere Überraschungen zu erleben.

Genießen und regenerieren Sie sich. Tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie bitte Socken, eine Isomatte, eine Decke und ein kleines Kissen mit.

Leitung: Inge Krumpschmid, Illmensee  
Beginn: Dienstag, 29. November 2011, 18.00 Uhr  
Dauer: 4 mal, jeweils 18:00 – 19:30 Uhr ( 29.11., 06.12., 13.12., 20.12.2011)  
Ort: Illmensee, Untere Sonnenhalde 3  
Gebühr: 46,- €  
Teilnehmer: mind. 3 Pers. / max. 4 Pers.

## **WIR MACHEN DUFTSEIFEN UND WEITERE DUFTÜBERRASCHUNGEN KINDERKURS ( 8 - 13 Jahre)**

Möchtest du mal was ganz Besonderes verschenken? Dann bist du in diesem Kurs genau richtig. Hier darfst du deine eigene Duftseife herstellen. Aus Seifenspänen und kleinen Überraschungszutaten zauberst du deine eigene Duftseife, die du auch verschenken kannst. Und weil das ganz leicht ist und schnell geht, erlebst du im Anschluss noch weitere Duftabenteuer (eine duftige Süßspeise, Duftspiele und eine Duftreise).

Bei Unverträglichkeiten oder Allergieverdacht und für weitere Informationen wenden Sie sich bitte direkt an Inge Krumpschmid, Tel. 0 75 58 / 92 18 27.

Jedes Kind sollte eine Schürze und Hausschuhe mitbringen und eine kleine Plastikbox/-tüte zum Transport der Seife.

Leitung: Inge Krumpschmid, Illmensee, Wellnesstrainerin u. Kosmetikerin  
Termin: Dienstag 13. Dez. 2011  
1 mal: 14:00 – 16:00 Uhr  
Ort: Illmensee, Untere Sonnenhalde 3  
Gebühr: 22,- € incl. Materialkosten  
Teilnehmer: min. 4 / max. 4 Pers.

## **BURN OUT - NICHT MIT MIR ! Seminarwoche im Berggasthof Hotel Höchsten**

Für ganzheitlich interessierte Personen ab 45 Jahren.

Sind Sie beruflich und/oder persönlich sehr ausgefüllt und angespannt, an einer Veränderung zum Besseren interessiert und auf der Suche nach Wegen, Lösungen u. Wellness, dann sind Sie bei dieser Seminarwoche richtig.

Referentin: Christa Lari'jana Ott, Deggenhausertal, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Termin: Mo. 09. Jan. bis Fr. 13. Jan. 2012 - ganztags

Alternative: Mo. 12. März. bis Fr. 16. März 2012 - ganztags

Ort: Berggasthof Hotel Höchsten, Illmensee-Höchsten

Gebühr: 455.-- € incl. Vollverpflegung tagsüber / ohne Frühstück oder  
675.-- € incl. Vollverpflegung mit Übernachtung und Frühstück

Anmeldung und nähere Info direkt im Berggasthof Höchsten 07555/92100

## **PC - EINFÜHRUNG**

Für alle die noch keine bzw. kaum Kenntnisse im Umgang mit dem Computer haben. Erklärt wird der Umgang mit Word. Was kann ich damit anfangen? Wie kann ich eine/n Einladung/Text gestalten? Evtl. wird auch der Umgang mit dem Internet erklärt, bzw. wie lege ich eine Mailadresse an, oder wie verschicke ich Dateien?

Es wird individuell auf den Wissensstand der Teilnehmer eingegangen.

(Für Jedermann/frau, gerne auch Senioren).

Leitung: Maria Eisele, Ruschweiler

Beginn/ Dienstag, 10. Januar 2012, 09.00 - 11:00 Uhr und

Dauer: Dienstag, 17. Januar 2012, 16:00 - 18:00 Uhr (2 mal)

Ort: Ruschweiler, Obere Dorfstraße 14/1

Gebühr: 32.-- €

Teilnehmer: max. 3 Pers.

## **ARBEITEN MIT TON FÜR KINDER**

In diesem Kurs lernen die Kinder die Grundkenntnisse der Aufbaukeramik.

(Nähere Informationen direkt bei Frau Ehrlinspiel, Tel. 07558/434)

Leitung: Wilma Ehrlinspiel, Illmensee

Beginn: Samstag, 14. Jan. 2012, 14:00 Uhr

Dauer: 6 mal, jeweils 14:00 - 15:30 Uhr

Ort: Illmensee, Grundschule, im Werkraum

Gebühr: 28.-- € plus Materialkosten

(die zusätzlichen Materialkosten sind direkt an die Kursleiterin zu bezahlen)

Teilnehmer: mind. 8 Pers. / max. 10 Pers.

## **ORIENTALISCHER TANZ FÜR ANFÄNGER MIT VORKENNTNISSEN ORIENTALISCHER TANZ FÜR MITTELSTUFE**

Orientalischer Tanz ist Ausdruck der natürlichen Weiblichkeit. Unabhängig von Alter und Figur können Frauen durch diesen Tanz ihr gesundheitliches und seelisches Wohlbefinden wieder herstellen, beziehungsweise erhalten. Die Beweglichkeit wird trainiert, die Haltung verbessert und der Stoffwechsel angeregt.

Lernen Sie Ihren Körper als Ganzes wieder bewusst wahrzunehmen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder Socken  
ein Tuch oder Schal für die Hüfte und ISO-Matte oder Decke

Leitung: Uschi Groß, Wilhelmsdorf

Beginn: Montag, 16. Jan. 2012, 19:00 bis 20:00 Uhr Mittelstufe

Beginn: Montag, 16. Jan. 2012, 20:15 bis 21:15 Uhr Anfänger mit Vorkenntnissen

Dauer: 10 mal,

Ort: Kindergarten Illmensee, Am Pfarrgarten

Gebühr: 40.-- €

Teilnehmer: mind. 6 Pers. / max. 10 Pers.

## **SPIELEN SPIELEN SPIELEN --- FARBEN FARBEN FARBEN EIN SCHNUPPERKURS FÜR KINDER von 4 - 6 JAHREN**

Jede Farbe freut sich in Kinderhänden zu landen...ja, Kind und Farbe wollen die Lust am Spielen richtig genießen und dabei entstehen die schönsten Geschichten !!!

Jedes Kind bringt Wachskreiden in allen Farben und einen großen Malblock mit in den Kurs.

Weitere Infos bitte direkt bei der Kursleiterin erfragen: 07558/9217887

Leitung: Silvana Jazzetti, Malerin, Illmensee

Beginn: Montag, 16. Januar 2012, 15:30 Uhr

Dauer: 3 mal, jeweils 15:30 - 16:45 Uhr Uhr

: Illmensee, Kindergarten, Am Pfarrgarten

Gebühr: 15.-- €

Teilnehmer: mind 7 Kinder / max. 8 Kinder

## **ORIENTALISCHER TANZ - Ü 50 - zum Genießen -**

Der orientalische Tanz vermittelt uns ein neues Körpergefühl.

Durch das isolierte Bewegen einzelner Muskelgruppen wird der ganze Bewegungsapparat auf sanfte Art und Weise gestärkt. Besonders der Rücken, sowie die Beckenbodenmuskulatur werden schonend aufgebaut und gestärkt. Im Vordergrund steht aber Spaß an der Bewegung zur Musik unter Gleichgesinnten. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder Socken,  
ein Tuch für die Hüfte, ISO-Matte oder Decke

Leitung: Uschi Groß, Wilhelmsdorf

Beginn: Dienstag, 17. Jan. 2012, 9:30 Uhr

Dauer: 6 mal, jeweils 9:30 bis 10:30 Uhr

Ort: Großer Fremdenverkehrsraum, Drei-Seen-Halle

Gebühr: 30.-- €

Teilnehmer: mind. 6 Pers. / max. 10 Pers.

## **FREUDE AN FARBEN - MALKURS MIT PASTELLKREIDE -**

Gerade in den Wintermonaten kann man sich wirklich freuen, Farben zu gestalten ! Dieser Kurs ist für alle, mit oder ohne Vorkenntnisse. Pastellkreide ist ein sehr beliebtes Material und eignet sich sowohl für Farbstimmungen wie auch für gegenständliche Motive. Pastelle und Papier kann man bei der Kursleiterin erwerben.

Weitere Infos bitte direkt bei der Kursleiterin erfragen: 07558/9217887

Leitung: Silvana Jazzetti, Malerin, Illmensee  
Beginn: Dienstag, 17. Januar 2012, 18:00 Uhr  
Dauer: 6 mal, jeweils 18:00 - 19:30 Uhr  
: Illmensee, Kindergarten, Am Pfarrgarten  
Gebühr: 45.-- € plus Materialkosten  
Teilnehmer: mind. 6 Pers. / max. 10 Pers

## **BLOCKFLÖTENSPIEL MIT SOPRAN- ODER ALTFLÖTE**

### **Für Anfänger und Fortgeschrittene / für Kinder und Erwachsene**

Die Blockflöte hat seit einigen Jahren wieder international an Bedeutung gewonnen. Oft werden im Unterricht der Grundschule die Grundbegriffe des Flötenspiels erlernt. Dieser Kurs bietet die Chance auf der Blockflöte weiterhin Fortschritte zu machen. Auch Spiel, Entspannung und Atemübungen kommen dabei nicht zu kurz. Das richtige Üben wird ebenfalls vermittelt. So kann sich das eigene Musizieren auf die Entwicklung des Gehirns, sowie auf die Stärkung des Immunsystems positiv auswirken, wie es schon seit langem bekannt ist. Nähere Info auch direkt bei Frau Happach, Tel. 07558/921257 Der erste Termin ist ein Treffen zum Kennenlernen, das auch der Einteilung in Gruppen dient. Wenn bereits vorhanden, bitte Flöte und Flötenschule mitbringen.

Leitung: Antje Happach, Ruschweiler  
Beginn: Dienstag, 24. Jan. 2012, 15:00 Uhr  
Dauer: 12 mal, jeweils 15:00 bis 16:00 Uhr  
Ort: Illmensee, Drei-Seen-Halle, kleiner Fremdenverkehrsraum  
Gebühr: 50.-- €  
Teilnehmer: pro Gruppe mind. 5 Pers. / max. 6 Pers.

## **5 - ELEMENTE - KÜCHE**

Schon vor tausenden Jahren war es in China wichtig, was man aß und trank. Man wusste, dass eine richtige Ernährung nicht nur Krankheiten vorbeugen und gesund erhalten, sondern genauso Gesundheit wiederherstellen konnte. Das Wissen über die Wirkung einzelner Nahrungsmittel wurde von Generation zu Generation weiter gegeben.

Aus dieser ganzheitlichen Sichtweise gibt es weder „gute“ noch prinzipiell „schlechte“ Nahrungsmittel, sondern je nach Typ und Konstitution die passende Ernährung. Der Kurs bietet an 3 Abenden eine Einführung in die Prinzipien der chinesischen Ernährungslehre, die Wirkung der Nahrungsmittel und die praktische Anwendung im Alltag.

Leitung: Petra Messmer, Heilpraktikerin, Fleischwangen  
Beginn: Mittwoch, 25. Januar 2012, 20:00 Uhr  
Dauer: 3 mal, jeweils 20:00 - 22:00 Uhr  
: Illmensee, Praxis Nathalie Pohl, Kirchplatz 7,  
Gebühr: 50.-- €  
Teilnehmer: mind. 5 Pers. / max. 8 Pers

## **VORTRAG: „EINBLICKE IN DAS SYSTEMISCHE FAMILIENSTELLEN oder WAS MACHT DIE FAMILIE IN MEINEM LEBEN“**

Vom „Familienstellen“ hat schon mancher gehört. Aber was ist dies wirklich – und wie funktioniert das? In wiefern kann es uns nützliche Einsichten in die Dynamik in unserem Leben (Familie, Beruf, Partnerschaft) geben und wie können Lösungen gefunden werden.

Referentin: Christa Larijána Ott, Deggenhausertal, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Termin: Donnerstag, 26. Januar 2012, 19:30 Uhr

Dauer: 19:30 - ca. 21:00 Uhr

Ort: Illmensee, Rathaus, Kirchplatz 5, - Sitzungssaal -

Gebühr: 10.-- €

Teilnehmer: mind. 10 Pers.

## **HUI CHUN GONG - EIN JUNGBRUNNEN FÜR LEBENSENERGIE U. LEBENSFREUDE**

Hui Chun Gong bedeutet: „Übungen zur Rückkehr des Frühlings“. Wobei hier nicht die Jahreszeit gemeint ist, sondern die frühlingshafte Frische und Ausstrahlung der Jugend. Diese aus dem alten China stammende Bewegungsmethode - ähnlich dem Chi Gong – besticht durch ihre Einfachheit und die begrenzte Anzahl der Übungen. Somit ist Hui Chun Gong in jedem Alter erlernbar. Das Erleben der Übungen lässt Sie nach kurzer Zeit spüren, wie sich Ihre vitalen Kräfte und damit Ihre Lebensenergie und die Lebensfreude deutlich erhöhen. Hui Chun Gong ist ein wahrer Jungbrunnen.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie Socken mit (keine Turnschuhe!)

Leitung: Inge Krumpschmid, Gelassenheitstrainerin

Beginn: Dienstag, 21. Februar 2012 „FRÜHLINGSANFANG“

Dauer: 8-mal, jeweils von 9:00 – 10:30 Uhr oder 18:00 – 19:30 Uhr

Ort: Illmensee, Untere Sonnenhalde 3

Gebühr: 78,- €

Teilnehmer: mind. 3 / max. 4

## **AQUARELL-KURS FÜR ANFÄNGER UND FORTGESCHRITTENE**

Auch in diesem Jahr findet wieder, der seit vielen Jahren bewährte Aquarell-Kurs unter der Leitung des Illmensee'r Künstlers - Herrn Ehrlinspiel - statt.

Leitung: Erich Ehrlinspiel, Illmensee

Beginn: Mittwoch, 22. Febr. 2012, 18:30 Uhr

Dauer: 6 mal, jeweils 18:30 - 21:00 Uhr

: Illmensee, Drei-Seen-Halle, großer Fremdenverkehrsraum

Gebühr: 65.00 €

Teilnehmer: mind. 8 Pers. / max. 10 Pers

## **WIR KOCHEN VERSCHIEDENES (KOCHKURS FÜR FRAUEN UND MÄNNER) WIR KOCHEN VERSCHIEDENES (KOCHKURS FÜR JUGENDLICHE)**

An 3 Abenden wird Sie der Koch des Berggasthofes Hotel Höchsten in die verschiedenen Arten des Kochens einweisen, bzw. Ihre Kenntnisse erweitern.

Geplant ist je ein „Schwäbischer-“, ein „Asiatischer-“ und ein „Italienischer-Abend“.

An jedem Abend wird ein Mehr-Gänge-Menü gekocht und anschl. gemeinsam gegessen.

Leitung: Berthold Rappert, Koch im Berggasthof Hotel Höchsten

Beginn: Montag, 05. März 2012, 18:30 Uhr (Frauen und Männer)

Dauer: 3 mal (05.3., 12.03., u. 19.03. 2012) jew. 18:30 – 21:30 Uhr, anschl. Essen

Beginn: Mittwoch, 07. März 2012, 18:30 Uhr (Jugendliche)

Dauer: 3 mal (07.3., 14.03., u. 21.03. 2012) jew. 18:30 – 21:30 Uhr, anschl. Essen

Ort: Berggasthof Hotel Höchsten, Illmensee-Höchsten

Gebühr: 69.-- €, inkl. der verbrauchten Lebensmittel bzw. des anschl. Essens

Teilnehmer: mind. 5 Pers. / max. 10 Pers.

## **EINFÜHRUNG IM UMGANG MIT EBAY**

Wie werde ich meinen ganzen Krempel los, den ich nicht mehr brauche?

Wie kann ich damit Geld verdienen? Wie stelle ich Artikel ein?

Wie verschicke ich am Besten und worauf muss ich achten?

Leitung: Maria Eisele, Ruschweiler

Termin: Dienstag, 06. März. 2012, 08:30 - 11:00 Uhr

Ort: Ruschweiler, Obere Dorfstraße 14/1

Gebühr: 17.-- €

Teilnehmer: max. 3 Pers.

## **ORIENTALISCHER TANZ FÜR MÄDCHEN (6 – 10 Jahre)**

In diesem Schnupperkurs für Mädchen im Grundschulalter wird ein Gefühl für orientalische Musik und Bewegung vermittelt. Spielerisch werden Hüftkreise, Handwellen und Schimis erlernt. Das freie Tanzen wird gefördert. - Bitte ein buntes Tuch mitbringen. -

Leitung: Nathalie Pohl, Illmensee, Physiotherapeutin

Beginn: Do. 15. März 2012, 15:00 Uhr

Dauer: 3 mal, 15.3., 22.03. und 29.03.2012, jeweils 15:00 - 16:00 Uhr

Ort: Praxis, Nathalie Pohl, Kirchplatz 7, Illmensee

Gebühr: 18.-- €

Teilnehmer: max. 6 Teilnehmer

## **LERNEN MIT FREUDE für Schüler von 12 – 18 J. nach der Geisselhart-Methode**

Deutschlands bekanntester Gedächtnistrainer stellt Merktechniken vor, so stark vereinfacht, dass sie für Schüler auf nahezu alle Schulfächer leicht und effektiv übertragbar sind.

Schon nach 1 – 2 Stunden gibt es greifbare Erfolgserlebnisse und somit ein gesteigertes Selbstbewusstsein und mehr Freude am Lernen.

Leitung: Roland Geisselhart – Coaching – Friedrichshafen

(Deutschlands bekanntester Gedächtnistrainer und Buchautor / bekannt aus Funk u. TV)

Termin: Mittwoch, 21. März 2012, 16:30 Uhr bis ca. 18:00 Uhr

Ort: Illmensee, großer Fremdenverkehrsraum

Teilnehmer: mind. 20 Pers.

Gebühr: 5.-- €

Bei genügend Interesse findet hierzu zu einem späteren Zeitpunkt ein Tagesseminar statt,

## **ERFOLGSFORMEL: GEDANKEN-POWER nach der Geisselhart-Methode**

### **Die Zukunft beginnt im Kopf – klare Ziele – leichtere Wege !**

In diesem Vortrag stellt Deutschlands bekanntester Gedächtnistrainer seine Methoden vor, mit denen es gelingt,

- mehr mentale Power und Motivation zu erreichen;

- die alltäglichen Gedanken souverän zu beherrschen, zu steuern und zu fokussieren;

- per Test den ganz persönlichen Motivations-Knackpunkt herauszufinden, u.v.m.

Leitung: Roland Geisselhart – Coaching – Friedrichshafen

(Deutschlands bekanntester Gedächtnistrainer und Buchautor / bekannt aus Funk u. TV)

Termin: Mittwoch, 21. März 2012, 19:30 Uhr bis ca. 21:00 Uhr

Ort: Illmensee, großer Fremdenverkehrsraum

Teilnehmer: mind. 20 Pers.

Gebühr: 5.-- €

Bei genügend Interesse findet hierzu zu einem späteren Zeitpunkt ein Tagesseminar statt.