

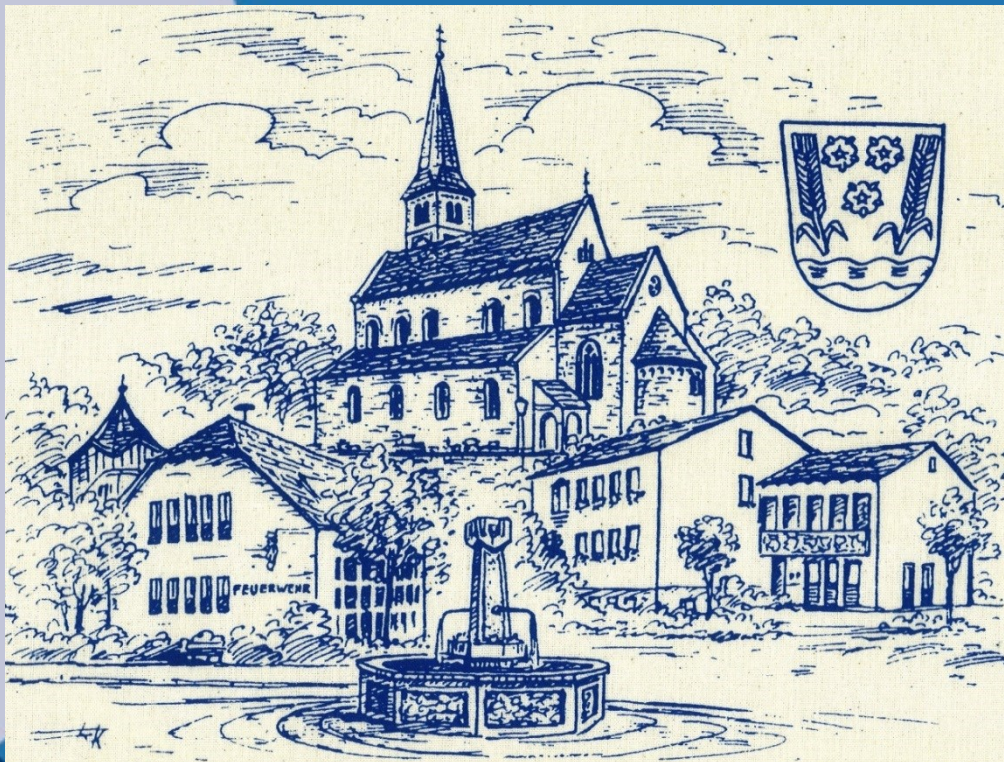


# Volkshochschule Straubing-Bogen

Sie finden uns auch auf unserer Webseite  
<http://vhs-straubing-bogen.de>  
Dort können Sie sich direkt zu Ihrem Kurs anmelden.

## PROGRAMMHEFT

DER VHS-AUßENSTELLE AITERHOFEN  
JANUAR BIS JULI 2018



1. Vorsitzender: Josef Laumer, Landrat  
Leiter: Alfons Wolf, Mitglied des Kreistages  
Geschäftsführer: Sepp Koller, Dipl. Ing. agr. (FH)

Geschäftsstelle Bildungszentrum Oberalteich  
Klosterhof 1 – 2 | 94327 Bogen-Oberalteich  
☎ 09422 - 505 600 ☎ 09422 - 505 620  
[vhs@vhs-straubing-bogen.de](mailto:vhs@vhs-straubing-bogen.de)  
<http://vhs-straubing-bogen.de>

Es gelten die **Allgemeinen Geschäftsbedingungen** auf unserer Webseite!

# Ihr Team der vhs Straubing-Bogen

## Leitung

1. Vorsitzender  
Verwaltungsratsvorsitzender  
Leiter

**Landrat Josef Laumer,**

**Alfons Wolf,** Mitglied des Kreistages

## Verwaltung / Maßnahmen im vhs-Bildungszentrum Oberalteich

Geschäftsführer,  
Zentrale Maßnahmen

**Sepp Koller** Tel: 09422-505600  
[koller.sepp@vhs-straubing-bogen.de](mailto:koller.sepp@vhs-straubing-bogen.de)

Info & Anmeldung  
Zentrale Maßnahmen

**Christine Schöberl** Tel: 09422-505600  
[schoeberl.christine@vhs-straubing-bogen.de](mailto:schoeberl.christine@vhs-straubing-bogen.de)

Verwaltung Außenstellen

**Sabine Hartmannsgruber** Tel: 09422-505603  
[hartmannsgruber.sabine@vhs-straubing-bogen.de](mailto:hartmannsgruber.sabine@vhs-straubing-bogen.de)

Buchhaltung

**Christa Neumeier** Tel: 09422-505602  
[neumeier.christa@vhs-straubing-bogen.de](mailto:neumeier.christa@vhs-straubing-bogen.de)

Geschäftszeiten:

Montag bis Freitag von 8:30 bis 12 Uhr  
Montag und Donnerstag von 13:30 bis 16 Uhr

## Kurse in den Außenstellen im Landkreis Straubing-Bogen

Außenstellenleiter:

11 ehrenamtliche und 2 hauptamtliche Mitarbeiter /-innen

Bankverbindung:

**Sparkasse Niederbayern-Mitte**  
**IBAN: DE41 742500000240019042**  
**BIC: BYLADEM1SRG**

## Verantwortlich für die Außenstelle Aiterhofen

**Herr Reinhard Zwicknagl**

**Strasse: Kirchplatz 6b**

**Ort: 94365 Parkstetten**

**Telefon: 09421/ 830470**



**E-Mail: [aiterhofen@vhs-straubing-bogen.de](mailto:aiterhofen@vhs-straubing-bogen.de)**

SG30100AI

## **Yoga**

Beginn: Dienstag, 09.01.2018  
Zeit: 19.30 bis 21.00 Uhr  
Dauer: 10 Abende  
Gebühr: 70,- €  
Ort: Mehrzweckhalle Aiterhofen  
dann, nach Fertigstellung im  
Gemeindehaus Geltolfing

Kursleiter: Helmut Gürster

**Mit einfachen Übungen im Yoga, in  
Verbindung mit dem Atem, zu mehr Ruhe  
und Gelassenheit finden.**

SG30224AI

## **Bodyforming**

Beginn: Montag, 08.01.2018  
Zeit: 18.00 bis 19.00 Uhr  
Dauer: 12 Abende  
Gebühr: 40€  
Ort: Mehrzweckhalle Aiterhofen  
Kursleiter: Margit Lorenz

**Mit kontrollierten Bewegungen werden  
zielgerichtet Bauch, Beine, Po, Wirbelsäule  
und Beckenboden in Anspruch genommen  
zur Stärkung der dortigen Muskulatur.**

SG30211AI

## **Eltern-Kind-Turnen**

Beginn: Montag, 08.01.2018  
Zeit: 16.00 bis 17.00 Uhr  
Dauer: 12 Nachmittage  
Gebühr: 40,- €  
Ort: Mehrzweckhalle Aiternoren  
Kursleiter: Claudia Schulz

**Eltern und Kinder erforschen gemeinsam  
eine immer wieder anders aufgebaute  
Gerätelandschaft.**



SG30222AI

## **Haltungstraining sanft und effektiv**

Beginn: Montag, 08.01.2018  
Zeit: 17.00 bis 18.00 Uhr  
Dauer: 12 Termine  
Gebühr: 40€  
Ort: Mehrzweckhalle Aiterhofen  
Kursleiter: Margit Lorenz

**Mobilisation, Stabilität und  
Haltungstraining werden innerhalb  
fließender harmonischer Bewegungen  
verbunden.**

SG30244AI

## **Kinderturnen für 5 bis 7-jährige**

Beginn: Montag, 08.01.2018  
Zeit: 15 bis 16.00 Uhr  
Dauer: 12 Nachmittage  
Gebühr: 40,- €  
Ort: Mehrzweckhalle Aiterhofen  
Kursleiter: Claudia Schulz

**Mit Geräteturnen und gemeinsamen  
Spielen werden Beweglichkeit und  
Gesamtkoordination gefördert.**

SG30223AI

## **Seniorengymnastik am Stuhl**

Beginn: Mittwoch, 10.01.2018  
Zeit: 14.30 bis 15.0 Uhr  
Dauer: 10 Nachmittage  
Gebühr: 34,- €  
Ort: Mehrzweckhalle Aiterhofen  
bzw.  
nach Fertigstellung  
Gemeindehaus Geltolfing  
Kursleiter: Christine Riedl

**Mit gezieltem Training werden  
Gleichgewicht, Ausdauer, Kraft,  
Beweglichkeit und Koordination geschult.**

SK21400AI

### **Nähkurs für Anfänger**

Beginn: Mittwoch, 21.2.2018

Zeit: 19.00 bis 22.00 Uhr

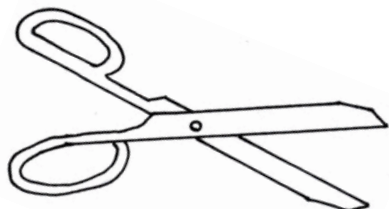
Dauer: 2 Abende

Gebühr: 24,- €  
zzgl. anfallender  
Materialkosten

Ort: Gemeindehaus Geltolfing

Kursleiter: Brigitte Kiefl

**Wer gerne nähen möchte und noch keine Vorkenntnisse hat lernt Grundkenntnisse im Umgang mit der Nähmaschine, mit verschiedenen Stoffarten und fertigt unter Anleitung nette Kleinigkeiten.**



SK21200AI

### **Weidenflechten**

Beginn: Montag, 19.03.2018

Zeit: 18.30 bis 22.30 Uhr

Dauer: 1 Abend

Gebühr: 16,- €

Ort: VHS-Raum in der  
Mehrzweckhalle Aiterhofen

Kursleiter: Frau Spanner

**Weidenflechten mit verschiedenen Modellbeispielen für Anfänger und Fortgeschrittene**

**.. und wenn SIE einen Kurs suchen und ihn bisher nicht gefunden haben - >>> Rufen Sie uns an und wir organisieren ihn wenn irgend möglich.**

09421/ 830470

[aiterhofen@vhs-straubing-bogen.de](mailto:aiterhofen@vhs-straubing-bogen.de)

SB55000AI

### **Computereinstieg für Anfänger und Senioren**

Beginn: Dienstag, 06.02.2018

Zeit: 18.30 bis 20.45

Dauer: 5 Abende

Gebühr: 67,50 €

Ort: Gemeindehaus Geltolfing

Kursleiter: Dieter Englert

**Überblick über die wichtigsten Anwendungen wie Schreiben, Speichern, Kopieren, Ordner erstellen und Internetsuche.**

SS40900AI

### **Italienisch für Anfänger**

Beginn: Freitag, 12.01.2018

Zeit: 19.00 bis 20.30

Dauer: 10 Abende

Gebühr: 60,- €

Ort: Tagungsraum Kindergarten  
Aiterhofen

Kursleiter: Oskar Kofler

**Für Anfänger und Wiedereinsteiger. Es werden Kenntnisse für den aktiven Sprachgebrauch aufgefrischt und weiterentwickelt.**

RK20800AI

### **Djembe-Trommelkurs**

Beginn: Dienstag, 05.12.2017

Zeit: 18.45 bis 19.45

Dauer: 10 Abende

Gebühr: 43,50 €

Ort: Grundschule Aiterhofen

Kursleiter: Hans Nicke

**Trommelworkshop für Einsteiger und Quereinsteiger. Rhythmus pur bis zum mehrstimmigen Zusammenspiel.**