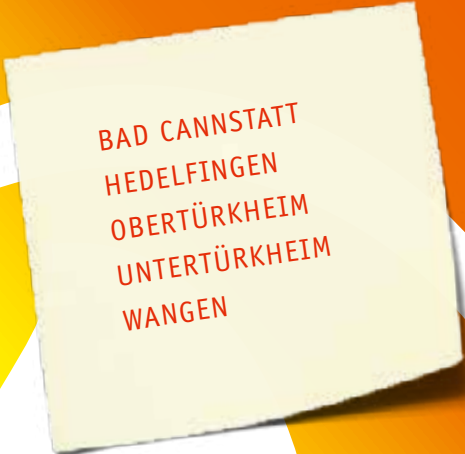


# STADTTEIL-PROGRAMM

FEBRUAR–SEPTEMBER 2020

volkshochschule stuttgart  
[www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de)



BAD CANNSTATT  
HEDELFINGEN  
OBERTÜRCKHEIM  
UNTERTÜRCKHEIM  
WANGEN

# Inhaltsverzeichnis

## **Bad Cannstatt – ab Seite 2**

Schätze des Stadtteils; Alltagswissen; Persönlichkeitsentwicklung; Kultur – Kunst – Geschichte; Genuss und Kreativität; Bewegung – Tanz – Entspannung, Fremdsprachen: Arabisch, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Türkisch; Beruf und Karriere

## **Hedelfingen – ab Seite 27**

Bewegung – Tanz – Entspannung

## **Untertürkheim – ab Seite 29**

## **Wangen – ab Seite 30**

Allgemeine Geschäftsbedingungen – ab Seite 31

## **Liebe Leserin, lieber Leser,**



gerade noch haben wir in einem ereignisreichen Jahr das 100jährige Bestehen der Volkshochschule Stuttgart gefeiert und schon öffnet sich vor uns mit dem neuen Programm für die Stadtbezirke ein Weg, der die Erkenntnisse und die Anstöße aus diesem besonderen Jahr aufgreift und weiterführt.

Entscheidend für ein funktionierendes soziales Leben ist der gesellschaftliche Zusammenhalt. Bestimmende Faktoren, die sozusagen den Kitt einer Gesellschaft ausmachen, sind neben den familiären Strukturen, Vereinen und Institutionen. Eine der Institutionen mit einer langen Tradition, die die verschiedensten Kulturen und die unterschiedlichen Generationen zusammen bringt, ist die Volkshochschule Stuttgart. Durch ihre vielfältigen Kooperationen in allen Stuttgarter Stadtbezirken können unterschiedliche Bezugsgruppen zusammengebracht und damit der individuelle Lebensweltbezug erweitert werden.

Diesen Prozess innerhalb der Stadtbezirke unterstützen die ehrenamtlichen Stadtteilbeauftragten, die in engem Austausch mit den Bürgerinnen und Bürgern vor Ort stehen, die Bedürfnisse aufgreifen und gemeinsam mit der vhs in Bildungsangebote umwandeln. Einen herzlichen Dank für dieses großartige Engagement!

Das Entdecken unterschiedlicher Lebenswelten ermöglicht unter anderem das Angebot „So schmeckt meine Sprache“, das in unterschiedlichen Bezirken angeboten wird – Spanisch in Mühlhausen (201-76327) und Arabisch in Bad Cannstatt (201-63580 und 201-63590). Die Auseinandersetzung mit Fragen rund um Nachhaltigkeit wird unter anderem in Weilimdorf mit einem Angebot zum „Gelebens Klimaschutz – Müllreduktion im Alltag“ (201-14170) ermöglicht oder dem Upcycling-Näh-Workshop (201-32610) in Kooperation mit dem Sozialkaufhaus Bad Cannstatt.

Ich hoffe nun sehr, dass ich Sie neugierig machen konnte und Sie Lust darauf haben, sich neuen Wegen zu öffnen und auf die eine oder andere Weise in andere Lebenswelten einzutauchen. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Entdecken der vielfältigen Angebote und der Besonderheiten der Stuttgarter Stadtbezirke.

Mit freundlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink, which appears to be 'Fritz Kuhn'. The signature is written in a cursive, flowing style.

Fritz Kuhn  
Oberbürgermeister der Landeshauptstadt Stuttgart  
Aufsichtsratsvorsitzender der Volkshochschule Stuttgart

# Bad Cannstatt

## Schätze des Stadtteils

### Wie kommt das Programm ins Radio und Fernsehen? – SWR live erleben!

Führung durch das Funkhaus

Gewinnen Sie einen Eindruck von einem der modernsten Medienunternehmen Europas. Schauen Sie den Machern des Rundfunks über die Schulter und erfahren Sie alles, was Sie schon immer über die Arbeitsweise des zweitgrößten Senders der ARD wissen wollten.

Es erwarten Sie folgende Höhepunkte:

- Multimedia-Präsentation SWR
- Besuch des Hörfunkbereichs
- evtl. Besichtigung eines Hörspielstudios
- Einblicke in das Hörfunkarchiv des SWR
- Besichtigung der Fernsehstudios
- Besuch der hauseigenen Werkstätten

Die Reihenfolge wird mit Rücksicht auf den aktuellen Programmbe-trieb geplant. Änderungen sind vorbehalten.

Bitte bedenken Sie, dass Sie gut 2 km zu Fuß unterwegs sein werden. Eine Pause oder Sitzmöglichkeiten gibt es leider nicht.

Die Führung seitens des SWR ist kostenlos. Die erhobene Gebühr deckt die der vhs entstehenden Kosten.

### 201-08130

Do 18.03.20 18.15–21.00

EUR 5.00 Verwaltungsgebühr

Anmeldung erforderlich

Treffpunkt: SWR Funkhaus Hauptpforte, Wilhelm-Camerer-Straße, 70150 Stuttgart

### Das Wilhelma Theater – Ein Stuttgarter Juwel!

Backstage-Führung im Wilhelma Theater mit anschließendem Besuch des Gastspiels Oper légère „Barbier von Sevilla“

Das Schicksal des Wilhelma-Theaters ist ein ereignisreiches Kapitel der Stuttgarter Stadtgeschichte. Als Bürgertheater gedacht, avancierte es zum intimen Hoftheater für König Wilhelm I. von Württemberg. Spätere Nutzungen, etwa als Operntentheater in der Zeit vor dem Ersten Weltkrieg oder als „Lichtspielhaus“, setzten dem klassizistischen Bau so sehr zu, dass man zu Beginn der 70er Jahre an Abriss dachte. Nach aufwändiger Restaurierung stieg es wie Phoenix aus der Asche wieder zu altem Glanz empor. Heute zählt es mit dem pompejischen Zuschauerraum zu den schönsten noch erhaltenen Theaterräumen des 19. Jahrhunderts. Seit 1987 wird das Theater von der Staatlichen Hochschule für Musik und Darstellende Kunst genutzt.

Entdecken Sie das bauliche Kleinod auf ungewöhnlichen Wegen, von der Unterbühne bis zum Zuschauerraum mit der Königsloge. Nach einer Pause von 1 Std. besuchen Sie gemeinsam die Aufführung des Gastspiels Oper légère „Der Barbier von Sevilla“. Für die Führung ist Trittsicherheit erforderlich! Bitte achten Sie auf geeignetes Schuhwerk.

### 201-08225

Hermann Mike Mack

Sa 14.03.20 17.00–22.00

EUR 30.00 inkl. Führung und Eintrittskarte für das Theaterstück (Kat 2/EUR 20.00)

Anmeldung erforderlich.

Anmeldeschluss 03.03.20, danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich!

Treffpunkt: Haupteingang Wilhelmatheater, Neckartalstr. 6, 70376 Stuttgart

### Das Stuttgarter Polizeimuseum

Spektakuläre Verbrechen aus zwei Jahrhunderten

Führung

In eindrucksvollen Themeninseln präsentiert das neue Polizeimuseum Stuttgart Polizeiarbeit aus zwei Jahrhunderten. Faszinierende Einblicke in die Techniken der Tatortarbeit und Spurensicherung, damals wie heute, sowie eine »wertvolle« Falschgeldsammlung und eine authentisch inszenierte Polizeiwache aus den 60er Jahren warten auf Sie. Die dunkle Rolle der Stuttgarter Polizei während des Nationalsozialismus wird eingehend beleuchtet, die neuen Herausforderungen an die Polizeiarbeit zu Zeiten der RAF thematisiert. Darüber hinaus werden Polizeiuniformen vom 19. Jahrhundert bis in die Gegenwart, die Entwicklung des Straßenverkehrs und die damit verbundenen Polizei-Aufgaben sowie viele andere spannende polizeihistorische Original-Exponate auf der 220 qm großen Ausstellungsfläche präsentiert.

Kommen Sie mit auf die spannende und abwechslungsreiche Führung durch das Polizeimuseum!

Bitte unbedingt Personalausweis oder Reisepass mitbringen!

Diese Führung eignet sich für Personen ab 16 Jahren.

### 201-08260

Polizeihistorischer Verein

Fr 24.04.20 17.00–19.00

EUR 9.00

Anmeldung erforderlich. Anmeldung nur namentlich mit Anschrift, keine Mehrfachanmeldung möglich.

Treffpunkt: Vor dem Haupteingang des Polizeipräsidium Stuttgart (Pragsattel), Hahnemannstraße 1, 70191 Stuttgart

## Stuttgart im Untergrund – Einmal den Nesenbach von innen sehen!

### Große Kanalführung

Ein unvergessliches Erlebnis ist der Einstieg hinab in das Stuttgarter Kanalsystem, das Sie über einen Schacht in den Hauptsammler Nesenbach erreichen. Bei diesem besonderen Rundgang erhalten Sie einen einmaligen Einblick in die Kanalisation unter der Stadt. Sie erfahren viel Wissenswertes über den Betrieb einer Kanalisation und erhalten Antwort auf die Frage was mit dem Badewasser passiert, wenn Sie den Stöpsel gezogen haben.

Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit im Informationszentrum der Stadtentwässerung Stuttgart das eben Erfahrene zu vertiefen. Sie erhalten Schutzkleidung (Overall, Schuhe, Stirnlampe) und eine kurze sicherheitstechnische Unterweisung vor der Führung.

Nur für trittsichere Personen ab 18 Jahren geeignet! Bei starkem Regen entfällt die Führung. In diesem Falle werden Sie per E-Mail oder telefonisch benachrichtigt.

Bitte pünktlich kommen wegen der Sicherheitsunterweisung!

Hinweis: Bitte die Mobilfunknummer oder eine Telefonnummer angeben! Treffpunkt: Informationszentrum Stadtentwässerung Stuttgart, Am Neckartor, 70190 Stuttgart

Wegbeschreibung: Stadtbahnhaltestelle Neckartor, von dort ist der Weg zum Treffpunkt „Informationszentrum Stadtentwässerung Stuttgart“ ausgeschrieben.

### 201-08280

Tobias Brückner

Mi 04.03.20 14.45–16.00

EUR 5.00 Verwaltungsgebühr

### 201-08285

Tobias Brückner

Mi 03.06.20 16.00–17.00

EUR 5.00 Verwaltungsgebühr

## Der Deutsche Wetterdienst in Stuttgart – den Experten über die Schulter geschaut

Vortrag und Führung mit Aufstieg eines Wetterballons

Haben Sie sich auch schon gefragt, wie eine moderne Wetteransage, Unwetter- oder auch Feinstaubwarnung eigentlich erstellt wird? Dann kommen Sie mit zur Regionalzentrale Stuttgart des Deutschen Wetterdienstes. Dort erfolgt die komplette Wetterüberwachung für Baden-Württemberg. Zunächst wird Ihnen Herr Steiner vom DWD den Nutzen des Aufstiegs eines Wetterballons näher erläutern (Grundlagen der Aerologie). Beim Rundgang durch die Wetterzentrale wird Ihnen das Arbeitsfeld direkt am Arbeitsplatz des Meteorologen vorgeführt. Danach hören Sie einen kurzen und fachkundigen Vortrag über die neuesten Erkenntnisse der zunehmend problematischen Klimaerwärmung.

Zum Abschluss ist eine Führung durch das Messfeld des Klimagartens und Erläuterung der dortigen meteorologischen Instrumente eingeplant und Sie haben die Chance den Aufstieg eines Wetterballons live mitzuerleben.

Die Führung wird durchgeführt von den Meteorologen des Deutschen Wetterdienstes (DWD) und findet vor Ort am Schnarrenberg statt.

Eine genaue Wegbeschreibung finden Sie auf der Homepage des DWD, Niederlassung Stuttgart: [www.dwd.de/DE/derdwd/standorte/niederlassung/stuttgart@html](http://www.dwd.de/DE/derdwd/standorte/niederlassung/stuttgart@html)

### 201-08290

Clemens Steiner

So 08.03.20 10.00–13.00

EUR 16.00

Treffpunkt: vor dem Eingang des DWD Stuttgart, Am Schnarrenberg 17, 70376 Stuttgart

## Sekt – Wein – Römer, Sektkellerei Rilling in Bad Cannstatt

Ein Familienunternehmen mit Tradition

Führung mit Sektprobe

Entdecken Sie in der traditionsreichen Familiensektkellerei Rilling in Bad Cannstatt, am Ufer des Neckars, die Feinheiten der Sektbereitung und die geschmackvolle Vielfalt von Sekt. Gegründet wurde das Unternehmen 1887 als Weinhandlung von Ludwig Rilling. Seit 1935 besteht die Sektkellerei und hat in den folgenden Jahren die Sektbereitung in Deutschland durch technische Innovation entscheidend mitgeprägt. Rilling Sekt wird heute noch als Familiengesellschaft in der vierten Generation geführt. Einblicke und geschichtliche Hintergründe aus der Römerzeit erhalten Sie bei der Besichtigung des über 400 Jahre alten Hauskellers. Lassen Sie sich anschließend bei einer gemütlichen Sektprobe die Feinheiten der Württemberger Hochgewächs Sektsorten näher bringen. Die hierfür verwendeten Trauben, die im Unternehmen selbst gekeltert werden, stammen ausschließlich von mit der Kellerei langjährig verbundenen Weingärtnern aus Württemberg. Die Führung und Sektprobe wird von Fachpersonal der Sektkellerei Rilling durchgeführt.

### 201-08340

Sa 28.03.20 11.00–13.00

EUR 18.00 Gebühr inkl. Sektprobe

Anmeldung erforderlich bis 23.03.2020.

Treffpunkt: Brückenstr. 12 (Kellerei-Verkauf), 70376 Stuttgart

## Den Neckar erleben, Zusammenhänge erfahren.

### Besichtigung der Staustufe Cannstatt

Bei der Staustufe in Bad Cannstatt handelt es sich um die sechste Staustufe des Neckars zwischen Deizisau und Heilbronn im Bereich des Wasserstraßen- und Schifffahrtsamtes Stuttgart. Sie besteht aus einer Doppelschleuse, einem Wehr und einem Wasserkraftwerk zur Energiegewinnung. Wehr und Kraftwerk wurden von 1927 bis 1930 gebaut, die Doppelschleuse entstand zwischen 1955 und 1958. Das Wehr wurde als Walzenwehr mit zwei jeweils 38 m breiten Feldern und einer Verschlusshöhe von 5,60 m errichtet. Mit Rücksicht auf die Cannstatter Mineralquellen und die enge Besiedlung kam als Standort der Doppelschleuse nur der Bereich zwischen der König-Karls-Brücke und der Eisenbahnbrücke in Frage. Es kamen damit in der Wahl der Betontechnologie wie in der Konstruktions-technik der Tore und Wehrverschlüsse nur Sonderbauweisen zum Einsatz. Selbst heute nach ca. 60 Jahren Betrieb lässt sich die Fugenlinie der Schaltafeln erkennen.

Bitte achten Sie auf festes Schuhwerk und dem Wetter angepasste Kleidung! Die Besichtigungstour über die Staustufe ist nicht barrierefrei.

Kinder in Begleitung Erwachsener möglich.

### 201-08780

Walter Braun

Fr 15.05.20 16.30–18.30

EUR 5.00 Verwaltungsgebühr

Treffpunkt: Schleusenzufahrt Cannstatt, Schöne Straße, 70372 Stuttgart (rechtes Ufer unterhalb König-Karls-Brücke)

## Führung durch den Kurpark Bad Cannstatt

Cannstatt war einst ein nobler Kurort, einer der renommiertesten in Europa. Nur wenigen ist dies bewusst, doch noch heute gibt es einen stimmungsvollen Kurpark mit zwei grundverschiedenen Teilen. Die Buchautorin Agnes Pahler erläutert die Hintergründe um die reichen Mineralquellen, die in Cannstatt warm aus der Erde sprudeln. In einem Spaziergang erkunden wir den Park und seine Bestandteile, die verschiedene gartengeschichtliche Stilrichtungen verdeutlichen. Die oberen Kuranlagen bergen noch immer einen Jugendstilpavillon und Gestaltungselemente der 1960er-Jahre, am Abgang finden wir die Gottlieb-Daimler-Gedenkstätte, aus dem unteren Parkteil ist eine Grünfläche für die Anwohner/innen geworden.

### 201-58120

Agnes Pahler

Sa 20.06.20 15.00–16.30

EUR 12.00

Anmeldung erforderlich

Treffpunkt: U-Bahnhaltestelle Kursaal (U2), stadtauswärts, vor dem Mineralbad Cannstatt, 70372 S-Bad Cannstatt

## Alltagswissen

### Gehirn – Fit

#### Krafttraining für unsere Gehirnzellen

Unsere hauseigene Denkfabrik möchte auch fit gehalten werden – und nicht nur unser Körper. Mit zunehmenden Jahren nimmt unsere geistige Leistungsfähigkeit ab, wenn man nicht rechtzeitig gegensteuert. Die Vergesslichkeit nimmt zu und das Selbstbewusstsein wird immer geringer. Also kurbeln wir unser Gehirn an, indem wir es in einem netten Kreis von Gleichgesinnten mit einfachen, wirkungsvollen Übungen, die wissenschaftlich abgesichert sind, trainieren. Und Spaß macht es auch noch. Was man gerne tut, macht man gut. Auch Normalos können zu Höchstleistungen auf- laufen! Das Schöne daran: Unser Gehirn wird nicht überlastet. Es kann zwar ermüden, aber ein Muskelkater ist ausgeschlossen. Gemeinsames Aufgabenlösen in der Gruppe fördert die Konzentration, die Kreativität und den Teamgeist. Positive langfristig wirkende Veränderungen der Gedächtnisleistungen sind Ihre Belohnung. Bitte Schreibzeug mitbringen.

### 201-41200

Verena Wieland-Huber

Do 13.02.–07.05.20 jew. 09.30–11.30, 12-mal

Kurs auch am 27.03. und 16.04.20

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 156.00



### Schon gewusst...

In Münster können Sie sich zusätzlich zur „Gehirn-Fitness“ auch körperlich fit halten mit Aquafitness – mehr hierzu finden Sie mit der Kursnummer 201-50030 auf [www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de)

# Persönlichkeitsentwicklung

Erlernen Sie an einem besonderen Trainingsort – dem IKONE Studio in Bad Cannstatt – die eigenen Fähigkeiten der Selbst-Präsentation auf einer Bühne oder vor einer Kamera. Unter der professionellen Anleitung von Christiane Maschajechi dürfen Sie trainieren, wie es auch Medienmenschen, die in der Öffentlichkeit stehen, tun. Diese Schnuppertage geben Ihnen die Möglichkeit, einzelne Themen, die Sie interessieren auszuprobieren. Die Kurse bauen nicht zwangsläufig aufeinander auf, sondern beinhalten jeweils verschiedene Perspektiven – sie unterscheiden sich je nach Aspekt des Trainingsthemas und beinhalten dadurch auch verschiedene Übungen.



## Selbstperformance: Selbstbildanalyse

Egal ob für die Karriere oder als Inventur wo Sie in Ihrem Leben gerade stehen. Wir machen den Persönlichkeits-Check, ob Sie da sind, wo Sie sein möchten, oder wie Sie dahin kommen! Eine kreative Bestandsaufnahme – probieren Sie Coachingtechniken, Schauspielübungen und Techniken aus der Biographiearbeit kennen zur Selbstbestimmung.

### 201-39191

Christiane Maschajechi  
So 29.03.20 11.00–16.00  
EUR 50.00  
IKONE-Studio, Überkingenstr. 12, 70372 Stuttgart (Eingang Zeissgasse)

## Selbstperformance: Präsenz und Selbst-Wirkung

Egal ob für den beruflichen Kontext oder für die Selbstpräsentation im Internet oder vor Gruppen. Probieren Sie ein paar professionelle Techniken aus, die Ihnen etwas über sich und Ihre Wirkung und Fremdwahrnehmung erzählen. Verstärken Sie Ihren persönlichen Ausdruck!

### 201-39192

Christiane Maschajechi  
So 24.05.20 11.00–16.00  
EUR 50.00  
IKONE-Studio, Überkingenstr. 12, 70372 Stuttgart (Eingang Zeissgasse)

## Selbstperformance:

### Körpersprache + persönlicher Ausdruck

Mit kreativen Techniken und Übungen aus dem Schauspiel arbeiten wir mit unserem Körperinstrument und verstärken bewusst unsere gewünschte Wirkung auf andere und trainieren, wie wir in verschie-

denen – z.B. Konfliktsituationen – Auswege und Möglichkeiten finden, sie zu entschärfen und dennoch zu unserem Recht zu kommen.

### 201-39193

Christiane Maschajechi  
So 21.06.20 11.00–16.00  
EUR 50.00  
IKONE-Studio, Überkingenstr. 12, 70372 Stuttgart (Eingang Zeissgasse)

## Selbstperformance: Stimme und Sprache

Die Stimme sagt viel über die Person aus. Mit Stimmfarbe und Stimmnuancen lassen sich viele Stimmungen ins Gesprochene verwandeln. Verschiedene Emotionen, verschiedene Nuancen, sowie abwechslungsreiches und spannendes Einsetzen der stimmlichen Möglichkeiten. Nutzen Sie Ihre Anlagen!

### 201-39194

Christiane Maschajechi  
So 19.07.20 11.00–16.00  
EUR 50.00  
IKONE-Studio, Überkingenstr. 12, 70372 Stuttgart (Eingang Zeissgasse)

## Selbstperformance: Frei Sprechen/Speaker's Corner

Egal ob Sie ausprobieren möchten, wie man ein Gedicht frei vorträgt, Statements abgibt, oder vielleicht möchten Sie den Anfang eines Vortrags ausprobieren. Werden Sie Teil des „Speaker's Corner“. Bringen Sie gerne Ihr Thema/Ihr Anliegen mit. Lernen Sie, wie Sie ein Publikum begeistern, mitreißen können!

### 201-39195

Christiane Maschajechi  
So 20.09.20 11.00–16.00  
EUR 50.00  
IKONE-Studio, Überkingenstr. 12, 70372 Stuttgart (Eingang Zeissgasse)

## Schon gewusst...



Die Vortragsreihe geht im Herbst mit folgenden Themen weiter: Künstlerische Texte sprechen, Vortrags-Kunst, Speaker's Corner mit Weihnachtstexten vor einem Publikum. Seien Sie gespannt und probieren Sie sich weiter aus!

## Kultur – Kunst – Geschichte

### Familienforschung im Stadtarchiv

#### Workshop und Führung

Familienforschung ist in; Prominente lassen sich bei ihrer Ahnenforschung im Archiv von Fernsehteams begleiten. Doch wie funktioniert Familienforschung und wo finde ich die nötigen Unterlagen? In der Veranstaltung werden für die Familienforschung interessante und nützliche Quellen vorgestellt, ihre Nutzung erläutert sowie im Original gezeigt. Die Veranstaltung richtet sich vor allem an Personen mit Interesse an der eigenen Familiengeschichte, die bisher noch keine oder nur wenig Erfahrung mit der Familienforschung gemacht haben.

**201-08190**

Alexander Morlock

Di 12.05.20 16.15–18.30

EUR 5.00 Verwaltungsgebühr

Treffpunkt: Stadtarchiv Stuttgart (Lesesaal), Bellingweg 21, 70372 Stuttgart Bad-Cannstatt (Gebührenfreie Parkmöglichkeiten im Innenhof)

### Cannstatter Blockflöten-Orchester

Das Repertoire umfasst anspruchsvolle mittelschwere Literatur aus allen Epochen. Eine Hospitation (Schnupperkarte) ist jederzeit möglich. Die Kontaktaufnahme mit der Dozentin (über den Fachbereich) ist empfehlenswert.

#### Voraussetzungen:

Voraussetzung ist das Beherrschen von Sopran- und Altblockflöte. Spieler/innen tieferer Blockflöten sind besonders willkommen.

**201-27315**

Ulrike Perschmann

Mi 19.02.–08.07.20 jew. 20.15–21.45, 10-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 97.00

14-tägig nach Absprache mit der Dozentin

## Genuss und Kreativität

### Upcycling-Näh-Workshop

Im Lager der Kaufhäuser stapeln sich die Kleidersäcke. Doch nicht alle Stücke können in den Kaufhäusern wieder zum Verkauf angeboten werden. Einige haben Löcher, Flecken, ihre Form verloren oder sind ausgebleichen. Die Stoffe selbst sind jedoch oft noch zu gebrauchen. Und auch zuhause findet sich das ein oder andere Stück, das sich wiederverwerten lässt. Um unsere und Ihre Wegwerfquote zu verbessern, laden wir Sie ein, den alten, scheinbar ausgedienten Kleidungsstücken noch eine Chance zu geben.

Nähmaschinen und andere Nähutensilien gibt es vor Ort. Stoffe kommen aus dem Lager der Kaufhäuser, dürfen aber selbstverständlich auch von zu Hause mitgebracht werden.

In Kooperation mit DAS KAUFHAUS – Second-Hand-Sozialkaufhaus. Bitte mitbringen: Alte Bettlaken, Gardinen, Hemden, Sweatshirts, Geschirrtücher, etc. Diese werden zu schönen Hüllen jeder Art (z.B. für Kissen, Bücher, Wärmflaschen).

**201-32610**

Hanne Lohse

Mi 19.02.20 und Do 20.02.20

jeweils 15.30–18.30

EUR 5.00

Das Kaufhaus, Kreuznacher Str. 53, 70372 Stuttgart



### Schon gewusst...

Wenn Sie mehr Lust an kreativen Angeboten haben, schauen Sie in das Programm von Untertürkheim. Hier gibt es ein Angebot zur Ebru-Malerei. Mehr Infos finden Sie auf Seite 29.

### An die Töpfe, fertig, los ... Grundkochkurs

Im Grundkurs werden die Grundlagen erarbeitet, einfache Gerichte zubereitet, aber weit mehr als Spiegelei und Fleischkäse. Sie lernen typische Zubereitungsarten kennen. Ebenso werden Grundkenntnisse in der Speisezubereitung, Arbeitsorganisation, Lagerung und Einkauf erlernt.

**201-53190**

Ursula Weinberger

Di 24.03.20 18.00–21.30

Die kreative Küche, Kühlbrunnengasse 6, 70372 Stuttgart

EUR 79.00 inkl. EUR 15.00 Lebensmittel

NEU

### **Kochkurs für Kinder! Kochen – besser als die Großen – ist das Motto! – Bad Cannstatt (10–12 J.)**

Hier könnt ihr richtig kochen lernen. Wir bereiten alles zu was schmeckt mal „wie bei Oma“ Gulasch, Püree und feine Möhrchen, einen leckeren Gemüseintopf oder einen coolen Veggie-Burger, Wraps oder mal was Veganes. Doch lieber Lust auf Kuchen und Torten? Selbstgemachtes Eis? Oder Crunchy-Müsli? Wir backen und kochen uns durch das ganze Jahr!

**201-53220**

Ursula Weinberger

Di 14.04.20 11.00–14.00

Die kreative Küche, Kühlbrunnengasse 6,  
70372 Stuttgart

EUR 59.00 inkl. EUR 10.00 Lebensmittel, Kursunterlagen,  
Getränke (keine Softdrinks, bitte auch keine mitgeben)

NEU

### **Backen für Ostern – Mehrgenerationen Backkurs – Bad Cannstatt**

Backen mit Oma, Opa, Onkel, Mama, Papa, Kind ... dieser Backkurs macht einfach Spaß. Das Beste, die Sauerei ist nicht in Ihrer eigenen Küche und wir haben jede Menge Platz!

**201-53240**

Ursula Weinberger

Di 07.04.20 13.00–16.00

Die kreative Küche, Kühlbrunnengasse 6,  
70372 Stuttgart

EUR 49.00 inkl. EUR 10.00 Lebensmittel, Kursunterlagen,  
Getränke

NEU

### **Geheime Liebschaft, Wein und Essen**

Kellerführung bei den Fellbacher Weingärtnern

Wir sind zu Gast bei der zweitältesten Genossenschaft Württembergs und erfahren bei einer Kellerführung Wissenswertes über den Weg des Weines von der Traube bis zur Abfüllung. Ein absolutes Highlight der Führung ist dabei der stimmungsvolle Barriquekeller. Anschließend probieren wir, zu einem kleinen Imbiss, die hochprämierten Weine und erfahren, welcher Wein zur feinen Küche passt. Ein unterhaltsamer Abend, der alle Weinkenner/innen – und solche, die es werden wollen – begeistern wird.

**201-53910**

Martina Feth

Mi 22.04.20 19.30–22.00

Fellbacher Weingärtner, Kappelbergstr. 48, 70734 Fellbach

EUR 33.00 inkl. EUR 16.00 Wein und Imbiss

Keine Ermäßigung möglich

### **Craft-Beer-Tasting**

Es erwartet Sie ein Rundgang durch die Welt der Biere. Craft-Beer – also Bier, das in kleineren Mengen von kleinen Brauereien gebraut wird – ist wortwörtlich in aller Munde. Ein Profi in Sachen Bier wird Ihnen dabei helfen, die unterschiedlichen Aromen herauszuschmecken, die durch verschiedene Hopfen- oder Malz-Sorten oder durch den Brauprozess entstehen. Dazu gibt es kleine Fingerfood-Häppchen.

**201-53950**

Michalis Karanastassis

Fr 13.03.20 18.00–21.00

Mon Petit Café, Küblergasse 3, 70372 Stuttgart-Bad Cannstatt  
EUR 36.00 inkl. EUR 18.00 für das Bier



### **Schon gewusst...**

Eine interessante Kombination aus Sprache und Speisen können Sie bei den Angeboten „So schmeckt meine Sprache“ erleben. Mehr hierzu finden Sie auf Seite 22.



# Bewegung – Tanz – Entspannung

## Line Dance

Line Dance ist ein Tanzstil, der aus den USA kommt. Man tanzt nebeneinander in der Reihe zu Country-Musik sowie Pop- und Rock-Rhythmen. Die Choreografien sind schnell erlernt und fordern zum Mittanzen auf. Ein/e Tanzpartner/in wird nicht benötigt. Für den Fortgeschrittenen-Kurs sollten mindestens drei Kurse bei der Kursleiterin belegt worden sein oder der/die Teilnehmer/in über entsprechende Vorkenntnisse verfügen, wie z.B. folgende Schritte: Step-Turn, Coaster-Step, Sailor-Step, Monterey Turn. Interessent/innen für die Mittelstufe sollten an mehreren Kursen teilgenommen haben, entsprechende Schritte müssen aber nicht beherrscht werden. Bitte mitbringen: Hallenschuhe mit glatter Sohle und Getränk.

Für Einsteiger/innen

### 201-30503

Viviane Trick

Fr 08.05.–17.07.20 jew. 18.00–19.00, 8-mal

Kein Kurs am 22.05.20

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 49.00

Für Fortgeschrittene

### 201-30504

Viviane Trick

Fr 08.05.–17.07.20 jew. 19.00–20.00, 8-mal

Kein Kurs am 22.05.20

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 49.00

Für Einsteiger/innen

### 201-30505

Viviane Trick

Fr 08.05.–17.07.20 jew. 20.15–21.15, 8-mal

Kein Kurs am 22.05.20

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 49.00

## Orientalischer Tanz – Workshop

Tanz mit Leib und Seele

Der orientalische Tanz bringt Lebensfreude und Selbstaussdruck. Wir arbeiten an speziellen Techniken und Hüftbewegungen, die wir für unsere Trommelchoreographie einsetzen. Zum Schluss verfeinern wir noch das Ganze mit einem „Schuss“ Ausdruck.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, ein/e auf der Hüfte sitzende/r Rock/Hose und Tücher zur Betonung der Hüftbewegungen

### 201-30816

Tanja Stoll

Sa 16.05.20 11.00–14.00

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 19.00

## Meridian Qigong

Das Meridian-Qigong verbindet in besonderer Weise Bewegung und Ruhe. Für jeden der 12 klassischen Meridiane (Energiebahnen im Körper) gibt es eine spezielle Übung, die das Qi direkt aktiviert. In der anschließenden Ruhephase wird die Wahrnehmungsfähigkeit trainiert. Das Meridian-Qigong wird dem medizinischen Qigong zugeordnet.

### 201-44640

Susanne Thiel

Do 13.02.–02.04.20 jew. 10.00–11.30, 7-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 56.00

## Wirbelsäulen Qigong – Chan Mi Qigong

Geschmeidigkeit und Flexibilität der Wirbelsäule und aller Gelenke werden gezielt gefördert. Beständiges Schwingen ermöglicht sanfte, fließende Bewegungen, die durch die Wirbelsäule ausgeführt werden. Die wieder gewonnene Durchlässigkeit löst Blockaden und der freie Energiefluss gibt neue Vitalität.

### 201-44700

Susanne Thiel

Do 18.06.–16.07.20 jew. 10.00–11.30, 5-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 40.00

### Yoga in der Mittagspause in Bad Cannstatt

In der Mittagspause erledigen Sie in aller Schnelle das Nötigste und hinterher fühlen Sie sich noch erschöpfter als vorher? Auch im wöchentlichen (Berufs-) Alltag ist es möglich zu entspannen und Energie zu tanken. In diesem Kurs lernen Sie Entspannungstechniken, die Sie sowohl im Sitzen als auch im Liegen oder Stehen durchführen und so in Ihr tägliches Leben integrieren können. Hinterher fühlen Sie sich sowohl körperlich als auch geistig erfrischt und steigern somit Ihr Wohlbefinden.

#### 201-47061

Do 13.02.–28.05.20 jew. 12.00–13.00, 12-mal  
EUR 80.00  
TV Cannstatt, Gymnastikraum, Elwertstraße 10,  
70372 Stuttgart

NEU

### Yoga am Abend

Yoga ist ein Übungsweg, der uns zu innerem Frieden und zu mehr Gelassenheit führen kann. Körper- und Atemübungen schulen das Körperbewusstsein und tragen zur Entwicklung von Achtsamkeit bei. Phasen der Tiefenentspannung und kurze Meditationen führen uns in die innere Stille und geben uns neue Kraft für den Alltag.

#### 201-47000

Martina Künstner  
Mi 11.03.–08.07.20 jew. 18.30–20.00, 12-mal  
Kein Kurs am 01.04. und 27.05.20  
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart  
EUR 96.00

#### 201-47060

Marion Delsor  
Di 18.02.–26.05.20 jew. 19.00–20.30, 12-mal  
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart  
EUR 96.00

### Bodystyling

Bodystyling ist ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining, bei dem mit dem Eigengewicht des Körpers, sowie verschiedenen Hilfsmitteln, wie Hanteln gearbeitet wird. Der Schwerpunkt des Trainings liegt auf Kraftausdauer mit dem Ziel die Muskulatur zu kräftigen und in Form zu bringen und das Körpergewicht zu reduzieren. Der Kurs ist für Einsteiger/innen und Fortgeschrittene geeignet.

#### 201-48225

Kristina Frank  
Mi 12.02.–24.06.20 jew. 20.20–21.20, 15-mal  
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart  
EUR 85.00

### Bodyworkout

#### am Abend

Ein Mix aus Gymnastik, Rückenfit, Bauch, Beine, Po und Stretching macht diese Stunde zu einer abwechslungsreichen Trainingseinheit. Fühlen Sie Kräftigung, Geschmeidigkeit und neue Stärke in Ihrem Körper fließen. Nach überstandenen Training werden es Ihnen ihr Rücken und Ihre Haltung danken.

#### 201-48260

Ioanna Stamkopoulou  
Mi 19.02.–15.07.20 jew. 18.15–19.15, 17-mal  
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart  
EUR 91.00

### Wirbelsäule trainieren – Rücken stärken

Der Alltag führt leicht zu einseitigen muskulären Belastungen und damit einhergehend zu Muskelverspannungen und -abschwächungen. Durch gezielte Kräftigungs-, Dehnungs- und Mobilisationsübungen wird insbesondere die Rücken- und Bauchmuskulatur angesprochen und trainiert und dadurch die Wirbelsäule aufgerichtet und stabilisiert. Verbesserung des Körpergefühls und Entspannung helfen, Rückenbeschwerden vorzubeugen.

#### 201-48535

Kristina Frank  
Mi 12.02.–24.06.20 jew. 19.20–20.20, 15-mal  
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart  
EUR 80.00

### Rückenfit – Pilates trifft Yoga

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht das rumpfstabilisierende Training. Dabei wird die Muskulatur rund um die Wirbelsäule gestärkt und gekräftigt. Ergänzt werden die einzelnen Kurseinheiten mit Bewegungselementen aus den Bereichen Yoga und Pilates.

#### 201-48695

Isabelle Griesshaber  
Do 13.02.–02.07.20 jew. 20.15–21.15, 15-mal  
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372  
Stuttgart  
EUR 82.00

NEU

### **Bauch, Beine, Po & Rücken**

Nach einem gelenkschonenden und kreislaufanregenden Aufwärmen wird die Bauch-, Gesäß- und Oberschenkelmuskulatur durch viele Wiederholungen, große und kleine Bewegungen gekräftigt. Ergänzend erfolgt die Kräftigung der Rückenmuskulatur, abschließend sanftes Dehnen und Entspannen des gesamten Körpers.

#### **201-49120**

Andrea Schlapazk

Mo 17.02.–29.06.20 jew. 19.10–20.10, 15-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 80.00

#### **201-49130**

Andrea Schlapazk

Mo 17.02.–29.06.20 jew. 20.15–21.15, 15-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 80.00

### **Pilates trifft Yoga**

Die Verbindung aus meditativen Asanas (Körperübungen) und Pranayama (Atem und Energie) plus kraftvolle Pilates-Übungen bringt Energie für Körper und Seele. Dadurch erreichen wir eine Stabilisierung des inneren Gleichgewichts, wir beugen Rückenschmerzen und Verspannungen vor und tun etwas für den Muskelaufbau und die Figurstraffung. Die Stunde wird mit Dehnungsübungen und kleinen Meditationseinheiten, die Entspannung und Ruhe bringen, abgerundet. Dieser Kurs bietet ein harmonisches und ganzheitliches Trainingssystem. Vorkenntnisse in Pilates und Yoga sind nicht erforderlich.

#### **201-49620**

Jennifer Lee-Hausser

Mo 17.02.–29.06.20 jew. 16.30–17.45, 15-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 105.00

### **Pilates 50plus**

Pilates 50 plus ist ein ideales Training für Späteinsteiger/innen, um besonders die tiefen Muskeln zu kräftigen. Die Körpermitte wird stabilisiert und die Wirbelsäule gestreckt - alle Übungen werden konzentriert und harmonisch ausgeführt.

Mit den angepassten Pilatesübungen aus dem klassischen Pilatesprogramm kann man viel Vitalität, Beweglichkeit und Kraft in die zweite Lebenshälfte bringen.

#### **201-49650**

Gabriela Manz-Stemmler

Di 11.02.–23.06.20 jew. 16.45–17.45, 15-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 84.00

### **Pilates für Anfänger/innen**

Pilates – eine Trainingsmethode für jung und alt. Es werden die Muskeln geformt, die Tiefenmuskulatur trainiert, die Körperhaltung verbessert und der Stoffwechsel angeregt. Pilates ist ein ganzheitliches Training für Körper und Geist.

Dieser Kurs beinhaltet Pilates-Übungen für Anfänger/innen.

#### **201-49680**

Jennifer Lee-Hausser

Mo 17.02.–29.06.20 jew. 17.45–18.45, 15-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 84.00

### **Pilates**

Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken, die Körpermitte, im Pilates auch „Powerhouse“ genannt. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Die Bewegungen werden sehr bewusst und mit großer Konzentration ausgeführt.

Gut für alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen. Keine Vorkenntnisse nötig! In jedem Alter geeignet!

#### **201-49690**

Gabriela Manz-Stemmler

Di 11.02.–23.06.20 jew. 17.50–18.50, 15-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 84.00

### Pilates für Anfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen

Pilates – eine Trainingsmethode für Jung und Alt. Es werden die Muskeln geformt, die Tiefenmuskulatur trainiert, die Körperhaltung verbessert und der Stoffwechsel angeregt. Pilates ist ein ganzheitliches Training für Körper und Geist.

#### 201-49765

Isabelle Griesshaber

Do 13.02.–02.07.20 jew. 19.15–20.15, 15-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart  
EUR 84.00

### Fitness Mix

Bewegungsmangel und einseitige Belastungen führen längerfristig dazu, dass Muskulatur ab-, der Fettansatz aufgebaut wird und das Kreislaufsystem allmählich seine Leistungsfähigkeit verliert. Alle Formen von Fitnesstraining wirken diesem Prozess entgegen. Geschult werden Beweglichkeit, Koordinationsfähigkeit, Kraft und Ausdauer. Je nach Stundenaufbau bilden Entspannungsübungen den Abschluss.

#### 201-50100

Gabriela Manz-Stemmler

Di 11.02.–23.06.20 jew. 19.00–20.00, 15-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart  
EUR 85.00

### Brasil Dance

Im Mittelpunkt des Kurses steht internationale und motivierende Musik, Rhythmus, Bewegung und Tanz. Der Kurs ist für Personen jeden Alters, auch für Anfänger/innen, geeignet. Die Musik ist eine Mischung aus Samba, Lambada, Merengue, Reggaeton, Salsa, Cumbia und Pop. Im Rausch des Tanzes trainieren die Teilnehmer/innen mit Begeisterung ihre Kraft, Koordination und Ausdauer. Es ist ganz einfach, wir freuen uns auf Sie.

#### 201-51145

Antonia Engelmann

Do 13.02.–02.07.20 jew. 18.00–19.00, 15-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart  
EUR 89.00

### Zumba® in English

Zumba is a Latin American-inspired dance-fitness-workout. Everybody can participate, regardless of their previous dancing experience and fitness level. Some people call Zumba a „secret“ training session, because it's so much fun you don't even realize you're actually working out. Cherry on top: it helps you boost your self-confidence and improves your well-being and overall fitness. We're sure you're gonna love to be active, tone your muscles, get rid of some extra kilos and learn new dance steps!

#### 201-51464

Ainur Akhmetova

Di 11.02.–23.06.20 jew. 20.05–21.05, 15-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13,  
70372 Stuttgart  
EUR 89.00



### Selbstverteidigung: WingChun für Eltern mit Kind (3 bis 10 Jahre) – Stark für Alltag und Schule

WingChun ist ein reines Selbstverteidigungssystem. Im Mittelpunkt stehen die Verbesserung von Koordination und Konzentration, des Körpergefühls und vor allem die Stärkung des Selbstbewusstseins. Lernen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind klare Grenzen zu setzen und wie Sie sich in Gefahr- und Stresssituationen verbal und körperlich verteidigen können.

#### 201-52098

Alexander Lemuth

Mo–Do 06.04.–09.04.20 10.00–11.00

EUR 45.00 für ein Elternteil und ein Kind

EUR 30.00 jede weitere Person

Stadtteil- und Familienzentrum Generationshaus – Hallschlag  
Am Römerkastell 69, 70376 Stuttgart

## Arabisch

### Arabisch A1, So schmeckt meine Sprache

für Anfänger/innen

Eine schmackhafte Begegnung mit der arabischen Sprache und Kultur für Anfänger/innen. In diesem Kurs werden kleine Spezialitäten zubereitet und die Vielfalt der arabischen Sprache erlebt.

**201-63580**

Reeda Jounblat

Sa 18.04.20 11.00–14.00

Stadtteiltreff Veielbrunnen, Morlockstr. 18,  
70372 Stuttgart

EUR 29.00 inkl. 5 EUR Lebensmittel

NEU

### Arabisch A2/B1, So schmeckt meine Sprache

für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen

Eine schmackhafte Begegnung mit der arabischen Sprache und Kultur für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen. In diesem Kurs werden kleine Spezialitäten zubereitet und die Vielfalt der arabischen Sprache erlebt.

**201-63590**

Dana Hammad

Sa 28.03.20 11.00–14.00

Stadtteiltreff Veielbrunnen, Morlockstr. 18,  
70372 Stuttgart

EUR 29.00 inkl. 5 EUR Lebensmittel

NEU

## Englisch

### Englisch B1/B2, Conversation

**201-64715**

Di 11.02.–19.05.20 jew. 18.00–19.30, 12-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 114.00 inkl. Kursunterlagen

reduzierte Teilnehmerzahl

ab Unit 9/10, Fairway new B1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-501614-9

### Englisch B1, Conversation, Vocabulary and Grammar Revision

**201-64727**

Edwina Heilmann

Mi 12.02.–20.05.20 jew. 18.15–19.45, 12-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 93.00 inkl. Kursunterlagen

### Englisch B2, Aufbaustufe I

**201-64750**

Karl Veltzé

Di 11.02.–19.05.20 jew. 10.45–12.15, 12-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 114.00 reduzierte Teilnehmerzahl

ab Unit 1, New Headway Upper-Intermediate, Oxford University Press, ISBN 978-01947186-91

## Französisch

### Französisch B1-B2, Révision et perfectionnement

Vous souhaitez rafraîchir votre français, enrichir votre vocabulaire et réviser certains points de grammaire? Alors rejoignez-nous! Notre programme? La vie quotidienne ainsi que l'actualité. Nos supports? Le magazine «Ecoute», des chansons, des documents vidéo et une lecture.

**201-69970**

Sandrine Maurice

Mi 12.02.–20.05.20 jew. 10.30–12.00, 12-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 155.00 inkl. Kursunterlagen

Kleingruppe

## Französisch C1, Table ronde

Vous souhaiteriez vous entretenir en français tout en élargissant votre lexique et tout en révisant certains points grammaticaux ? Alors rejoignez-nous ! Notre programme ? La vie quotidienne ainsi que l'actualité politique et culturelle. Nos supports ? Des textes de presse et du magazine „Ecoute“, des chansons, des documents vidéo et audio et une lecture. Et le tout dans la bonne humeur !

### 201-70320

Sandrine Maurice

Mi 12.02.–24.06.20 jew. 09.00–10.30, 15-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 115.00 inkl. Kursunterlagen

## Italienisch

### Italienisch A1, Stufe I

#### 201-71650

Vittorio Rumolo

Mi 04.03.–08.07.20 jew. 18.00–19.30, 15-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 111.00

ab Lektion 1

### Italienisch, Trekking per Stoccarda

Max-Eyth-See

Camminare nella natura e scoprire angoli nascosti della città, parlare in italiano e tenersi in forma.

Percorso di circa 10 Km

Per ulteriori informazioni consultare la nostra pagina: [www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de)

Equipaggiamento: abbigliamento comodo indicato al tempo atmosferico e scarpe adatte. Eventuale zaino con giacca impermeabile, spuntino, bottiglietta d'acqua.

#### 201-72865

Antonella Ferraris Engel

Sa 09.05.20 10.00–13.00

EUR 12.00

Anmeldung bis 08.05.20 möglich.

## Spanisch

### Spanisch A2, Stufe III

#### 201-76450

Mirta María Peralta Abad

Do 13.02.–28.05.20 jew. 18.00–19.30, 12-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 149.00 Kleingruppe

ab Lektion 9

## Türkisch

### Türkisch A1, Stufe II

#### 201-78920

Semih Cekici

Mo 02.03.–15.06.20 jew. 18.00–19.30, 12-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart

EUR 114.00 reduzierte Teilnehmerzahl

ab Lektion 3

## Beruf und Karriere

### Alphabetisierung: Beratung

Wir informieren und beraten Sie über unser Kursangebot zur Grundbildung und Alphabetisierung. Sie erfahren, welcher Kurs für Sie geeignet ist.

#### 201-83500I

Birgit Kunzmann

Mo 09.03.20 18.00–19.30

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart  
gebührenfrei

### Alphabetisierung: Grundstufe

Durch verschiedene Lebensumstände bedingt war es Ihnen vielleicht nicht möglich, ausreichend lesen und schreiben zu lernen. Dieser Kurs ist für Erwachsene, die keine oder kaum Buchstabenkenntnisse haben, nun aber Deutsch lesen und schreiben von Grund auf lernen möchten.

#### 201-83501

Birgit Kunzmann

Mo 16.03.–29.06.20 jew. 18.15–19.45, 12-mal

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart  
EUR 96.00 Ratenzahlung möglich, Ermäßigung auf Anfrage.

Eine Einstufungsberatung ist erforderlich. Bitte kommen Sie am Mo, 09.03.2020, 18.00–19.30, zum Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, zu einem Beratungsgespräch.

## Hedelfingen

### Bewegung – Tanz – Entspannung

#### Safe on eBike

Aufladen, aufsatteln und mit Stil abfahren! eBike zu fahren, ist hipp, macht fit, hält gesund und erobert immer mehr die Straßen. Der Workshop „Safe on eBike“ bietet genau das richtige Sicherheitspaket für Ein- bzw. Umsteiger an. Im Kurs lernen Sie den sicheren Umgang mit dem eBike bzw. Pedelec und erfahren nebenbei allerhand nützliche Tipps und Tricks. Auf einem Übungsparcours werden spielerisch spezielle Fahrsituationen erprobt, um ein sicheres Fahrgefühl für das Rad zu entwickeln.

Bitte mitbringen: eigenes eBike bzw. Pedelec, Fahrradhelm, Wetter angepasste Kleidung, ausreichend Getränke und Verpflegung.

#### 201-52270

Rainer Gerstenlauer

Sa 16.05.20 10.00–13.00

EUR 38.00/EUR 32.00 Gebühr für ADFC-Mitglieder

Treffpunkt: Parkplatz der Straße „Brühl Fabrik“ – Zufahrt über Straße „Hedelfinger Brücken“ (Schleuse).

#### 201-52275

Rainer Gerstenlauer

So 05.07.20 10.00–13.00

EUR 38.00/EUR 32.00 Gebühr für ADFC-Mitglieder

Treffpunkt: Parkplatz der Straße „Brühl Fabrik“ – Zufahrt über Straße „Hedelfinger Brücken“ (Schleuse).

#### Safe on eScooter

Selbst für geübte Radfahrer ist die Nutzung eines eScooters ein ganz neues Fahrgefühl welches in Ruhe erlernt und verinnerlicht werden muss. Der Sicherheitskurs beinhaltet einen kurzen Theorie-Teil über Ausstattung des eScooters, Akku, regelkonforme Nutzung sowie Verkehrs-/Verhaltensregeln. Im Praxisteil werden spielerisch Kurvenfahren, Bremsen, Ausweichmanöver und Gas geben auf einem Übungsparcours erprobt, um ein sicheres Fahrgefühl für den eScooter zu entwickeln. Nebenbei erhalten die Teilnehmenden allerhand nützliche Tipps und Tricks zur alltäglichen Nutzung.

#### 201-52290

Rainer Gerstenlauer

So 14.06.20 10.00–13.00

EUR 38.00/EUR 32.00 Gebühr für ADFC-Mitglieder

Treffpunkt: Parkplatz der Straße „Brühl Fabrik“ – Zufahrt über Straße „Hedelfinger Brücken“ (Schleuse). ▶

NEU

### 201-52295

Rainer Gerstenlauer

Sa 18.07.20 10.00–13.00

EUR 38.00/EUR 32.00 Gebühr für ADFC-Mitglieder

Treffpunkt: Parkplatz der Straße „Brühl Fabrik“ – Zufahrt über Straße „Hedelfinger Brücken“ (Schleuse).

### Golf für Anfänger/innen – Schnuppern und Staunen

In diesem Kurs wird Ihnen klar, dass Golf ein Sport ist, Karo-Hosen der Vergangenheit angehören und Golf mehr ist als nur 4 Buchstaben. Nach erfolgreich absolviertem Kursprogramm werden die Begriffe „Chippen“, „Putten“ und der „Drive“ keine Fremdwörter mehr sein. Lassen Sie sich auf die Faszination GOLF ein!

### 201-52395

Golfkultur Stuttgart e. V.

Mi 22.04.–27.05.20 jew. 19.00–20.30, 6-mal

EUR 89.00

Treffpunkt: Golfkultur Stuttgart, Steinprügel 2, 70329 Stuttgart

### Kräuterwanderung

im Sommer in Rohracker

Auf den Kräuterwanderungen durch Wald, Wiesen und Weinberge lernen Sie verschiedene Heilkräuter und Heilpflanzen an ihren typischen Standorten kennen und bekommen Tipps, wie Sie diese in Ihre Hausapotheke bzw. Küche integrieren können. Außerdem erfahren Sie Wissenswertes über die Geschichte und Mythologie der Pflanzen sowie über ihre Inhaltsstoffe und deren Wirkung.

### 201-58201

Anja Hewig

Sa 04.07.20 10.00–13.00

EUR 17.00

Anmeldung erforderlich

Treffpunkt: Endhaltestelle der Buslinie 62; Rohracker, Kreuzung Tiefenbachstraße/Weinklinge, 70329 Rohracker



### Schon gewusst...

Auch im Stuttgarter Osten gibt es schöne und lehrreiche Kräuterführungen – alle Informationen hierzu finden Sie mit der Kursnummer 201-58200 auf unserer Homepage.

## Untertürkheim

### Ebru-Malerei

Ebru ist eine faszinierende Technik, die vor Jahrhunderten in Zentralasien entstand und ihre Blütezeit etwa im 15. Jahrhundert in der heutigen Türkei fand. Wir bieten einen Malkurs an, in dem Sie diese besondere Kunst erlernen können. Bei dieser Art des Malens werden in einer dafür vorgesehenen Wanne („tekte“) verschiedene Farbmischungen auf Leimwasser („kitre“) aufgetragen und mit Spezialpinseln aus Rosenholz und Pferdehaar in Ornamente, Kalligraphien, Blüten oder Muster verzogen. Die Farben werden behutsam vermischt und finden so ihren eigenen Weg zu interessanten Strukturen. Es entstehen eindrucksvolle Bilder, die anschließend auf ein Blatt Papier vom Wasser abgezogen werden. In Kooperation mit dem Verein StuFem e. V. Bringen Sie bitte Arbeitskleidung mit.

### 201-36609

Selma Kazanci

So 21.06.20 13.00–16.00

EUR 31.00 inkl. EUR 10.00 Material

Stadtteil- und Familienzentrum Mäulentreff, Mäulenstraße 5, 70327 Stuttgart

### Mit Qigong in den Tag starten

Mit sanften Bewegungen aus dem Qigong starten wir gemeinsam und achtsam in den Tag. Die Basis für den Kurs bilden die 18 Übungen des Shibashi-Qigong (Tai Chi-Qigong), die im Stehen geübt werden. Die sanften Bewegungen haben eine ausgleichende und wohltuende Wirkung für Körper und Geist. Der Flow der Übungen kann uns im Anschluss an die Kursstunde durch den Tag begleiten. Der Kurs ist für Interessierte jeden Alters unabhängig von eventuellen Vorkenntnissen geeignet.

### 201-39261

Sabrina Möller

Mi 22.04.–13.05.20 jew. 07.00–08.00, 4-mal

EUR 22.00

Kulturtreff e.V., Strümpfelbacher Str. 38, 70327 Stuttgart-Untertürkheim



## Italienisch, Trekking per Stoccarda

Wangener Höhe

Camminare nella natura e scoprire angoli nascosti della città, parlare in italiano e tenersi in forma.

Percorso di circa 10 Km

Per ulteriori informazioni consultare la nostra pagina: [www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de)

Equipaggiamento: abbigliamento comodo indicato al tempo atmosferico e scarpe adatte. Eventuale zaino con giacca impermeabile, spuntino, bottiglietta d'acqua.

## 201-72875

Antonella Ferraris Engel

Sa 20.06.20 10.00–13.00

EUR 12.00

Anmeldung bis 19.06.20 möglich.

## Auszug

# Allgemeine Geschäftsbedingungen der volkshochschule stuttgart

Die vollständigen AGB finden Sie auf [www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de)

## Allgemeine Geschäftsbedingungen

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelten für alle Anmeldungen und werden durch die Anmeldung anerkannt. Für die Richtigkeit der im Programmbuch abgedruckten Daten wird keine Gewähr übernommen.

### 1. Vertragsschluss

Der Vertrag kommt mit der Anmeldung zur Veranstaltung und der Annahme durch die volkshochschule stuttgart zustande. Meldet sich der/die Teilnehmer/in auf dem Formular der Weitermeldeliste zu einem Folgekurs an, so ist diese Anmeldung verbindlich.

### 2. Gebühren

Die Gebühren werden bei Kursbeginn zur Zahlung fällig. Hiervon ausgenommen sind abweichende Regelungen für bestimmte Fremdsprachenkurse (Punkt 12), für Integrationskurse (Punkt 13) sowie für Wanderungen/Studienfahrten (Punkt 14). Die Bezahlung erfolgt in der Regel per SEPA-Lastschriftinzug; ansonsten sofort in bar im TREFFPUNKT Rotebühlplatz. Das Zustandekommen einer Veranstaltung ist nicht vom Zeitpunkt des Gebühreneinzugs durch die volkshochschule stuttgart abhängig. Bei Übernahme der Gebühr durch einen Dritten (Fremdzahler, bspw. Arbeitgeber) ist eine vom Zahler zu unterschreibende Kostenübernahmeerklärung auszustellen. Erstrecken sich Veranstaltungen über mehrere Semester, gilt die Anmeldung für die gesamte angegebene Dauer. In diesen Fällen ist grundsätzlich Ratenzahlung möglich, genauere Angaben bei den jeweiligen Kursen. Voraussetzung hierfür ist die Zahlung per SEPA-Lastschrift und die Erteilung eines sog. Mandats/Erlaubnis zum Einzug mittels SEPA-Lastschrift. Bei Rücklastschriften trägt der/die Teilnehmer/in bzw. der/die Zahlungspflichtige die dadurch entstehenden Kosten.

### 3. Ermäßigung

Ermäßigungsgründe können nicht kumuliert werden.

#### 3.1 In den folgenden Fällen ist eine Gebührenermäßigung ausgeschlossen:

- Veranstaltungen mit einer Gebühr bis zu 10 EUR.
- Einzelunterricht/Einzeltrainings
- Studienfahrten, Studienreisen und Wanderungen
- Prüfungen
- Fortbildungen im Rahmen der VHS-Fortbildungsakademie für Kursleitende
- Veranstaltungen mit Kooperationspartnern
- Ausschließlich für Kinder und Jugendliche bis zum 17. Lebensjahr ausgeschriebene Veranstaltungen, für die bereits eine ermäßigte Gebühr ausgewiesen ist mit Ausnahme der Bonuscard
- Bei Veranstaltungen, für die Förderungen in Anspruch genommen werden können (bspw. Meisterbafög).
- Bei Anmeldung zu Veranstaltungen, für die eine Firma/Institution die Gebühr ganz oder teilweise trägt (Kostenübernahmeerklärung).
- Bei Kostenerstattungen im Rahmen von Umschulungen nach dem SGB III (gefördert durch die Bundesagentur für Arbeit). Verbindliche Auskünfte sind bei der Geschäftsstelle und bei der Bundesagentur für Arbeit erhältlich.
- Sachkosten (Lehrbücher, Seminarunterlagen, Arbeitsmaterial etc.) Ausnahme: Einzelfallregelungen (z.B. in besonderer finanzieller/familiärer Situation o.ä.) werden geprüft – bitte wenden Sie sich gegebenenfalls an die zuständige Fachbereichsleitung.
- Bei mehrsemestrigen Veranstaltungen (z.B. Lehrgängen) können hiervon abweichende Regelungen getroffen werden, die vertraglich vereinbart werden.

### 3.2 Gruppe A/Ermäßigung 10%:

Anmeldung und Vorlage eines entsprechenden, gültigen Nachweises bzw. Ausweises bei allen Anmeldestellen. Zur Gruppe der Berechtigten gehören

- Kinder und Jugendliche bis zu 17 Jahren
- Schüler/innen
- Auszubildende
- Praktikant/innen
- Au-pairs
- Studierende mit deutschem oder internationalem Studentenausweis
- Bundesfreiwilligendienst-Leistende
- Soziales- und Ökologisches Jahr-Leistende
- Rentner/innen mit Wohngeldberechtigung

### 3.3 Gruppe B/Ermäßigung 25%:

Anmeldung und Vorlage eines entsprechend gültigen Nachweises bzw. Ausweises bei allen Anmeldestellen. Zur Gruppe der Berechtigten gehören:

- Menschen mit einem Grad der Behinderung von wenigstens 50%.

### 3.4 Gruppe B/Ermäßigung 40%:

Anmeldung und Vorlage eines gültigen Nachweises (Leistungsbescheid, der nicht älter als 3 Monate ist) in den Anmeldestellen der volkshochschule stuttgart im TREFFPUNKT Rotebühlplatz, in Bad Cannstatt und im Veranstaltungszentrum Ost. Zur Gruppe der Berechtigten gehören:

- Arbeitslose, die Leistungen von der Bundesagentur für Arbeit beziehen
- Empfänger/innen von Leistungen nach SGB II und SGB XII (Bonuscard)

## 5. Rechnungsstellung

Sie erhalten eine Rechnung in der Regel eine Woche vor Kursbeginn. Der Rechnungsbetrag wird am ersten Kurstag zur Zahlung fällig (Ausnahme Punkt 12 und 13).

## 8. Teilnahmebescheinigung/Belegungsliste

Eine Teilnahmebescheinigung stellt die volkshochschule stuttgart auf Wunsch nach Abschluss einer Veranstaltung aus. Voraussetzung hierfür ist die Teilnahme an mindestens 80 % der Unterrichtseinheiten. Die Teilnehmerliste dient als Nachweis über den regelmäßigen Besuch der Veranstaltungen (Kurse, Seminare, Vortragsreihen, Arbeitsgemeinschaften).

## 9. Mindestteilnehmerzahl

Voraussetzung für die Durchführung eines Kurses ist im Regelfall das Erreichen der Mindestteilnehmerzahl vor Beginn des Kurses. Veranstaltungen, die am ersten Kurstermin nicht die geforderte Mindestteilnehmerzahl erreicht haben, können gekürzt durchgeführt werden. In diesen Fällen erfolgt die Kürzung unter Beachtung und Beibehaltung der geplanten Inhalte und Gesamtkonzeption. Teilnehmende, die mit dieser Kürzung nicht einverstanden sind, können schriftlich erklären, dass sie von dem Kurs zurücktreten. Sie erhalten dann die Kursgebühr zurück. Ebenso können Kurse, die die jeweilige Mindestzahl nicht erreichen, unter Berücksichtigung inhaltlicher und organisatorischer Gesichtspunkte dann durchgeführt werden, wenn die Teilnehmer/innen zur Zahlung eines entsprechenden Gebührenaufschlages (Umlage) bereit sind. Die Entscheidung (Verkürzung, Umlage) hierüber trifft die zuständige Fachbereichsleitung.

## 10. Späterer Kurseinstieg

Bei Kursen mit mindestens 10 Kursterminen ist ein Kurseinstieg bis zum dritten Kurstermin möglich, bei Zahlung der vollen Kursgebühr. In den Fitnesskursen (Gymnastik, Pilates, Fitness Dance, Outdoor Fitness) ist auch ein Einstieg nach dem dritten Kurstermin möglich. In diesem Fall ist die anteilige Kursgebühr zu entrichten. In den Fremdsprachenkursen ist nach Rücksprache mit dem Fachbereich auch ein Einstieg nach dem dritten Kurstermin möglich. In diesem Fall ist die anteilige Kursgebühr zu entrichten. Dies gilt nicht für Kurse des Programmbereichs „Deutsch als Fremdsprache/Deutsch und Integration“. Weitere Ausnahmen in Einzelfällen nach Absprache möglich.

## 11. Kurswechsel

Ein Wechsel des Kurses ist bis zu 3 Werktagen nach dem ersten Kurstermin einmalig möglich. Dies gilt für Kurse ab 10 Kursterminen. Dies gilt nicht bei den Kursangeboten „Deutsch als Fremdsprache/Deutsch und Integration“.

## 12. Fremdsprachenkurse

In Fremdsprachenkursen ab acht Terminen wird die Rechnung in der Regel bis zum vierten Kurstermin verschickt.

## 13. Deutsch als Fremdsprache/Deutsch und Integration

Bei den Integrationskursen ist abweichend zu Punkt 2 die Kursgebühr 2 Wochen vor Kursbeginn fällig und wird in der Regel 2 Wochen vor Kursbeginn per SEPA-Lastschrift eingezogen. Barzahlungen im TREFFPUNKT Rotebühlplatz sind ebenfalls möglich.

## 14. Wanderungen und Studienfahrten

Sofern bei diesen Veranstaltungen die volkshochschule stuttgart lediglich als Vermittlerin auftritt, gelten die jeweiligen Regelungen des Reisebürogewerbes und der Leistungsträger.

## 16. Rücktritt/Rückzahlungen

- Die volkshochschule stuttgart kann wegen zu geringer Beteiligung, Ausfall einer Dozentin/eines Dozenten oder aus anderen berechtigten Gründen vom Vertrag zurücktreten. In diesen Fällen werden bereits geleistete Zahlungen erstattet: Kursgebühren, die per SEPA-Lastschrift abgebucht werden, werden in diesen Fällen zurück überwiesen. Kursgebühren, die bar bezahlt wurden, werden auf das Guthabenkonto des Zahlers eingetragen und auf Wunsch im TREFFPUNKT Rotebühlplatz gegen Vorlage des Personalausweises/Führerscheins/Reisepasses wieder bar ausbezahlt. Weitergehende Ansprüche gegen die volkshochschule stuttgart sind ausgeschlossen.
- Der Rücktritt eines/r Teilnehmer/in muss bis spätestens 6 Werktagen vor Beginn des Kurses schriftlich oder telefonisch erfolgen. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung. Wird bei der Ankündigung des Kurses im Programmbuch ausdrücklich eine andere Rücktrittsregelung genannt, so ist diese maßgebend. Entscheidend für die Einhaltung der Frist ist der Eingang des Rücktritts bei der volkshochschule stuttgart. Bei späterem Rücktritt erfolgt keine Rückerstattung der Kursgebühren. Rückzahlungen in bar erfolgen nur an der Anmeldung im TREFFPUNKT Rotebühlplatz.
- Die Erklärung des Rücktritts gegenüber der/dem Dozentin/en ist unwirksam.
- Bei mehrsemestrigen Veranstaltungen (Lehrgängen), Frauenakademie, Studienfahrten, Musikalischer Erwachsenenbildung gelten besondere Rücktrittsbedingungen. Informationen gibt der jeweilige Fachbereich.
- Für Deutsch- und Integrationskurse einschl. der Prüfungen gelten besondere Rücktrittsbedingungen und Stornogebühren:
  - der Rücktritt eines/einer Teilnehmenden muss bis spätestens 15 Werktagen vor Beginn des Kurses schriftlich erfolgen
  - sollte der/die Teilnehmende zu den Deutsch-Prüfungen nicht erscheinen ohne fristgerecht zu stornieren, wird eine Stornogebühr in Höhe von 30 EUR erhoben. Gleiches gilt für Stornierungen nach Ablauf der Stornofrist.

## 18. Haftung

Die Haftung der volkshochschule stuttgart beschränkt sich auf Fälle, bei denen grobe Fahrlässigkeit oder Vorsatz seitens der volkshochschule stuttgart oder ihrer Erfüllungsgehilfen vorliegt. Abweichend hiervon haftet die volkshochschule stuttgart im Falle der Verletzung von Leben, Gesundheit oder Körper, sowie bei Verletzung wesentlicher Vertragspflichten auch bei einfacher Fahrlässigkeit.

## 26. Schlussbestimmung

Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren ihre Gültigkeit.

Stand: 1. Januar 2020

### **Ansprechpartnerinnen**

#### **Sozialraumorientiertes Bildungsmanagement**

Raphaela Huber  
Fritz-Elsas-Straße 46/48  
70174 Stuttgart  
Telefon 0711 1873-725  
[raphaela.huber@vhs-stuttgart.de](mailto:raphaela.huber@vhs-stuttgart.de)

Ann-Kathrin Bienert  
Telefon 0711 1873-712  
[ann-kathrin.bienert@vhs-stuttgart.de](mailto:ann-kathrin.bienert@vhs-stuttgart.de)

### **Anmeldung für Kurse**

volkshochschule stuttgart  
Telefon 0711 1873-800  
[www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de)



volkshochschule stuttgart  
Fritz-Elsas-Straße 46/48  
70174 Stuttgart  
Telefon 0711 1873-800  
Fax 0711 1873-709  
[info@vhs-stuttgart.de](mailto:info@vhs-stuttgart.de)

