

Programmbereich 4 Sprachen

Englisch-Aufbaukurs (Anfang A2)

182_40610 (Kurs) Marjorie Jürgens
Mi, 12.9. bis 12.12., 10 – 12.30 Uhr,
11 Termine, 79,20 Euro
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 1
Lehrbuch: Network Now A2.1. Student's Book mit
3 Audio-CDs (Klett-Langenscheidt Verlag,
ISBN: 978-3-12-606591-7), ab Unit 1 Step 3 +
Network Now Companion A2.1. Übungsheft mit
Audio-CD (Klett Verlag, ISBN: 978-3-12-605182-8)

Englisch-Abschlusskurs (Mitte B1)

182_40623 (Kurs) Marjorie Jürgens
Di, 25.9. bis 4.12., 15.30 – 18.00 Uhr,
9 Termine, 64,80 Euro
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 1
Lehrbuch: English Network Now B1.2. Student's Book mit
2 Audio-CDs (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-605124-8),
ab Unit 4

Englisch-Abschlusskurs (Mitte B1)

182_40624 (Kurs) Marjorie Jürgens
Mo, 17.9. bis 10.12., 15.00 – 16.30 Uhr,
11 Termine, 52,80 Euro
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 1
Lehrbuch: English Network Now B1.2. Student's Book mit
2 Audio-CDs (Klett Verlag, ISBN: 978-3-12-605124-8),
ab Lektion 4 + English Network Pocket Reader A2-B1
(Klett-Verlag, ISBN: ISBN 978-3-12-606568-9)

Brush up your English on B1 Level

182_40652 (Kurs) Marjorie Jürgens
Mo, 24.9. bis 3.12., 9.30 – 12.00 Uhr,
9 Termine, 64,80 Euro
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 1
Lehrbuch: Great! B1. Lehr- und Arbeitsbuch + 2
Audio-CDs (Klett Verlag, ISBN: 978-3-12-501484-8)
ab Lektion 2

Spanisch-Grundkurs für absolute Anfänger/ innen

182_42201 (Kurs) Adriana María Düllberg-Gómez
Mi, 19.9. bis 12.12., 14.30 – 16.00 Uhr,
10 Termine, 52,80 Euro
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 1
Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben

Spanisch-Grundkurs (Anfang A1, 2. Semester)

182_42203 (Kurs) Angélica Geson
Mi, 12.9. bis 12.12., 19.30 – 21.00 Uhr,
11 Termine, 52,80 Euro
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 1
Lehrbuch: Caminos hoy A1. Kurs- und Übungsbuch
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-515770-5), ab Lektion 5

vhs

Zertifiziert
nach



Gütesiegel Weiterbildung

Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

STADT I SERLOHN

Volkshochschule Iserlohn
im Stadtbahnhof
Bahnhofsplatz 2
58644 Iserlohn

Zweigstelle Letmathe
Von-der-Kuhlen-Straße 36
58642 Iserlohn

Fon 02371 . 217-1943
Fax 02371 . 217-4414
vhs@iserlohn.de
www.vhs-iserlohn.de



Kursprogramm
der Zweigstelle
Letmathe

Herbst 2018

Programmbereich 1 **Politik – Gesellschaft – Umwelt**

Neugierig auf Politik?

182_10207 FRAUEN (Kurs) Rudolf Neuhaus, Historiker
Do, 13.9. bis 6.12., 9.30 – 11 Uhr, 10 Termine, entgeltfrei
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 1

Programmbereich 2 **Kultur – Gestalten**

Was ihr wollt

182_20522 (Kurs) Stefanie Bornemann,
Malerin und Grafik-Designerin
Do, 27.9. bis 13.12., 19.15 – 21.30 Uhr,
9 Termine, 67,50 Euro
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 1
Bitte mitbringen: Evtl. vorhandene Malmaterialien

Nähen für Fortgeschrittene

182_21406 FRAUEN (Kurs) Gerda Hoffmann,
Schneidermeisterin
Di, 9.10. bis 27.11., 9.30 – 11.45 Uhr,
6 Termine, 43,20 Euro, keine Ermäßigung
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 1
Bitte mitbringen: Stoffe, Schnittmuster, Modezeitschriften,
Nähmaterial

Programmbereich 3 **Gesundheit**

Wann bin ich mal dran?

Achtsamkeits-Abende für Frauen

182_32210 FRAUEN (Kurs) Heike Graefe,
Theaterpädagogin, NLP Master
Di, 18.9. bis 27.11., 18 – 20.15 Uhr,
5 Termine, 67,50 Euro, keine Ermäßigung
zzgl. 1,50 Euro Materialumlage (vor Ort zu bezahlen)
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 2
(keine Umkleidekabinen vorhanden!)
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Schuhe oder
warme Socken, Decke und kleines Kissen, Schreibmaterial,
Getränk

Ernährung nach der Traditionellen **Chinesischen Medizin (TCM)**

182_32670 (Kurs) Bianca Rogge, Heilpraktikerin und PTA
Mo, 1.10., 17 – 18.30 Uhr, bis Mo, 8.10., 17 – 19.15 Uhr,
2 Termine, 16,50 Euro, keine Ermäßigung
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 1

Seniorenfit – bewegter Alltag

182_33230 (Kurs) Manuela Dietrich,
Übungsleiterin B – Orthopädie
Mi, 12.9. bis 12.12. (nicht am 31.10., 21.11.),
9.30 – 10.15 Uhr, 9 Termine, 23,40 Euro
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 2
(keine Umkleidekabinen vorhanden!) Bitte mitbringen:
Sportkleidung und rutschfeste Turnschuhe

Qigong auf der Basis der „Fünf Elemente“

182_33503 (Kurs) Brigitte Oelze, Qigong-Lehrerin
Mo, 10.9. bis 26.11., 19 – 20.30 Uhr,
12 Termine, 62,40 Euro zzgl. 2 Euro Materialumlage
(vor Ort zu bezahlen) VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-
Straße 36, Raum 2 (keine Umkleidekabinen vorhanden!)
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken,
leichte Wolledecke

Qigong auf der Basis der „Fünf Elemente“

182_33504 (Kurs) Brigitte Oelze, Qigong-Lehrerin
Fr, 21.9. bis 30.11., 15.30 – 17 Uhr, 11 Termine, 57,20 Euro
zzgl. 2 Euro Materialumlage (vor Ort zu bezahlen)
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 2
(keine Umkleidekabinen vorhanden!) Bitte mitbringen:
bequeme Kleidung, warme Socken, leichte Wolledecke

Einführung in die Weisheit des I Ging und alte **chinesische Philosophie**

182_33508 (Seminar) Brigitte Oelze, Qigong-Lehrerin
Sa, 26.1. bis 27.1., Sa. 9.00 – 17.00 Uhr, So. 9.00 – 12.45 Uhr
2 Termine, 42,00 Euro, keine Ermäßigung
zzgl. 3 Euro Materialumlage (vor Ort zu bezahlen)
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 2
(keine Umkleidekabinen vorhanden!)
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Ge-
tränke und Essen nach Bedarf (Mittagsmahlzeit kann
bestellt werden), Lehrbuch: I Ging, das Buch der Wand-
lungen von Richard Wilhelm oder anderen Autoren,
3 gleiche Münzen und 50 Stäbchen.

Ashtanga-Vinyasa-Yoga - Aufbaukurs

182_33654 (Kurs) Dirk Klunk, Ashtanga-Yoga-Lehrer
Do, 13.9. bis 4.10., 19.15 – 20.45 Uhr,
4 Termine, 20,80 Euro
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 2
(keine Umkleidekabinen vorhanden!) Bitte mitbringen:
bequeme Kleidung, evtl. Yogamatte und Sitzkissen

Ashtanga-Vinyasa-Yoga - Aufbaukurs

182_33656 (Kurs) Dirk Klunk, Ashtanga-Yoga-Lehrer
Do, 8.11. bis 6.12., 19.15 – 20.45 Uhr,
5 Termine, 26,00 Euro
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36,
Raum 2 (keine Umkleidekabinen vorhanden!)
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, evtl. Yogamatte
und Sitzkissen

Rückenfitness für Jedermann

182_34015 (Kurs) Manuela Dietrich,
Übungsleiterin B – Orthopädie
Mi, 12.9. bis 12.12. (nicht am 31.10., 21.11.),
9 Termine, 23,40 Euro
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36, Raum 2
(keine Umkleidekabinen vorhanden!) Bitte mitbringen:
kleines Handtuch, Stoppersocken, Getränk

Flamenco: Sevillanas

182_36350 (Seminar) Antinéa Euler,
Flamencotänzerin, Tanzpädagogin
Sa, 29.9., 16 – 19.45 Uhr, 1 Termin,
38 Euro keine Ermäßigung
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36,
Raum 2 (keine Umkleidekabinen vorhanden!)
Bitte mitbringen: fest sitzende Schuhe mit Blockabsatz,
die Damen tragen einen langen, weiten Sommerrock

Flamenco: Sevillanas

182_36352 (Kurs) Antinéa Euler,
Flamencotänzerin, Tanzpädagogin
Sa, 8.12., 16 – 19.45 Uhr, 1 Termin,
38 Euro keine Ermäßigung
VHS Letmathe, Von-der-Kuhlen-Straße 36,
Raum 2 (keine Umkleidekabinen vorhanden!)
Bitte mitbringen: fest sitzende Schuhe mit Blockabsatz,
die Damen tragen einen langen, weiten Sommerrock