

Zweigstelle Lathen

011101.0L	Obstbaumschnitt, Düngung und Pflege in Theorie und Praxis
011102.0L	Richtig kompostieren in Theorie und Praxis
011103.0L	Besichtigung eines biologisch-dynamischen Hausgartens in Edewecht-Portsloge
060701.0L	Einführung in die Buchführung - Theorie
060702.0L	Einführung in die Buchführung - Praxis mit Lexware
060703.0L	Angebots- und Rechnungsschreibung mit Lexware Financial Office
061901.0L	Tippen können alle - Tastschreiben nur wenige
062501.0L	Computer für Senioren - Erste Schritte am PC
062502.0L	Computer für Einsteiger
062801.0L	Textverarbeitung WORD
063101.0L	Einstieg in die Tabellenkalkulation mit Excel 2000
063402.0L	Content Management Systeme
063404.0L	Digitales Video mit dem PC bearbeiten
064001.0L	Internet für Senioren
064002.0L	Internet kennen lernen
064003.0L	eBay - Topp oder Flopp?
070101.0L	Englisch III
070201.0L	Duits voor Nederlanders I - Deutsch für Niederländer I
070202.0L	Duits voor Nederlanders I - Deutsch für Niederländer I
071501.0L	Niederländisch I
071502.0L	Niederländisch I am Vormittag
071503.0L	Niederländisch III
080601.0L	Gitarre für Anfänger
080602.0L	Gitarre für Fortgeschrittene
080603.0L	Gitarre spielen - School of Rock
081101.0L	Ultraleichtfliegen
081102.0L	Segelfliegen - ein Sport für Mutige?

090301.0L	Lathener VHS-Kochclub - Rund um Kürbis und Zucchini
090301.1L	Lathener VHS-Kochclub Brote und Brötchen selbst gebacken
090301.2L	Lathener VHS-Kochclub Vegetarisch aber lecker
090301.3L	Lathener VHS-Kochclub Vegetarisches Finger Food
090301.4L	Lathener VHS-Kochclub Weihnachtliche Kekse und Kleingebäck
100501.0L	Yoga
100502.0L	Yoga
100503.0L	Yoga
100504.0L	Yoga
100701.0L	Inline Skating für "Junggebliebene"
100702.0L	Inline-Skating für Fortgeschrittene
100703.0L	(Step-)Aerobic nach moderner Musik
100704.0L	(Step-)Aerobic nach moderner Musik
100707.0L	Lady-Fitness nach Musik
100709.0L	Nordic Walking
100720.0L	Aquafitness - Wassergymnastik
100721.0L	Aquafitness - Wassergymnastik
100722.0L	Aquafitness - Wassergymnastik
100723.0L	Aquafitness - Wassergymnastik
100724.0L	Aquafitness - Wassergymnastik
100725.0L	Aquafitness - Wassergymnastik
100726.0L	Aquafitness - Wassergymnastik
141001.0L	Tanz und Sport für Grundschul-Kids

Zweigstelle Lathen

011101.0L

Obstbaumschnitt, Düngung und Pflege in Theorie und Praxis

Ertrag und Qualität des Obstes hängen im wesentlichen vom richtigen Schnitt des Gehölzes sowie von einer naturnahen Düngung und Pflege ab. In diesem Kurs werden die Grundbegriffe sowie einige Natur- und Rückschnittgesetze erläutert, die beim Obstbaumschnitt zu beachten sind. Ferner wird über die Zubereitung eines hygienischen lebendigen Reifkompostes gesprochen sowie über biologisch-dynamische Düngungs- und Pflegemaßnahmen als Voraussetzung für gesunde Früchte. Des weitern informiere ich über alte Apfelsorten, moniliaresistente Sauerkirschen, mehltairesistente Stachelbeeren und Süßkirschenbüsche, die klein bleiben und gegen Kirschfliege und Vogelfraß abgedeckt werden können. Die Praxis findet nach Absprache an einem zweiten Termin im Garten eines Teilnehmers statt. Der Kursort - Lathen, Dörpen oder Rhede - wird abgesprochen.

Anmeldung bitte bis Montag, 14.11.2005 unter 05933/3905.

Kurs-Nr.: 011101.0L

Leitung

Wolfgang Hoff

Ort

Realschule, , Lathen

Gebühr

22,70 EUR

Beginn

Dienstag, 29.11.2005, 19:00 Uhr

Dauer

2 x; 8 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

011102.0L

Richtig kompostieren in Theorie und Praxis

Einseitige Informationen haben zu den heute üblichen Kompostierungen in Holzgestellen oder Thermokompostern geführt. Doch immer mehr Gärtner beklagen sich, dass das Kompostieren so nicht richtig funktioniert. Entweder sei der Inhalt zu nass oder zu trocken oder die Geruchsentwicklung sei zu stark. Am Theorieabend wird erläutert, warum es in diesen Behältnissen nicht funktionieren kann. Der Dozent erläutert eine Kompostierungsmethode, die in weniger als einem Jahr einen wirklich lebendigen, edlen und hygienischen Reifhumus entstehen lässt, mit dem Sie bedenkenlos düngen können. Im Praxisteil wird gezeigt, wie die in der Theorie vorgestellte Kompostierungsmethode funktioniert. Der Praxisteil findet nach Absprache im Garten eines Teilnehmers statt. Der Kursort - Lathen, Dörpen oder Rhede - wird abgesprochen.

Kurs-Nr.: 011102.0L

Leitung

Wolfgang Hoff

Ort

Realschule, , Lathen

Gebühr

22,70 EUR

Beginn

Freitag, 11.11.2005, 19:00 Uhr

Dauer

2 x; 8 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

011103.0L

Besichtigung eines biologisch-dynamischen Hausgartens in Edeweicht-Portsloge

Gezeigt werden alte Apfelsorten auf jungen Bäumen, richtig geschnitten, ebenso rote und schwarze Johannisbeeren, Erdbeeren, Himbeeren und Stachelbeeren, die wir nach der biologisch-dynamischen Wirtschaftsweise ohne große Mühe auch in kleineren Hausgärten mit gutem Erfolg anbauen können. Auch gelegte Natursteinmauern können gesehen werden. Wir lassen die Hände weg vom Blaukorn, Kalkstickstoff und von Pestiziden. Wir düngen stattdessen mit einem selbst bereiteten, lebendigen Düngehumus, der jedem käuflichen Dünger weit überlegen ist. Wie die Abfälle richtig zu kompostieren sind, wird ebenfalls gezeigt. Wir ernten reichlich Früchte von hoher Qualität, bestem Geschmack und viel mehr Vitaminen und Mineralstoffen. Gelegenheit zur Beantwortung von Einzelfragen ist ebenfalls gegeben. Die Besichtigung findet in Edeweicht-Portsloge, Am Haaksen 14, statt.

Anmeldung bitte bis Montag, 12.09.2005 unter 04961/82219.

Kurs-Nr.: 011103.0L

Leitung

Wolfgang Hoff

Ort

Gebühr

9,60 EUR

Beginn

Sonntag, 18.09.2005, 10:00 Uhr

Dauer

1 x; 4 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

060701.0L	Einführung in die Buchführung - Theorie
	<p>Wer neu in die Buchführung einsteigen oder vorhandenes Wissen auffrischen möchte, erhält eine theoretische Einführung mit praktischen Übungen: über Inventur und Inventar zur Bilanz, Buchen von Geschäftsvorfällen in Bestands- und Erfolgskonten, Warenein- und -verkaufskonto mit Skonto, Nachlässen und Rücksendungen, Umsatzsteuer, Privatkonto, Kontenrahmen und Kontenplan. Der Kursort - Dörpen oder Lathen - wird abgesprochen.</p> <p>Anmeldung bitte nur unter 05933/3905.</p> <p>Kurs-Nr.: 060701.0L</p>
Leitung	Christiane Kruse
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	48,00 EUR
Beginn	Dienstag, 15.11.2005, 19:00 Uhr
Dauer	5 x; 20 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

060702.0L	Einführung in die Buchführung - Praxis mit Lexware
	<p>Als Grundlage dient der Kurs Einführung in die Buchführung - Theorie bzw. vergleichbare Kenntnisse. Der Kurs beinhaltet die Umsetzung des theoretischen Buchführungswissens in die EDV mit dem Buchhaltungsprogramm Lexware, dessen Anwendung an praxisorientierten Beispielen erlernt wird. Ziel des Kurses ist die Erstellung einer ordnungsgemäßen Buchführung einschl. Umsatzsteuervoranmeldungen, betriebswirtschaftlicher Auswertungen und offener-Posten-Verwaltungen. Darüber hinaus erhalten Sie Tipps für die praktische Arbeit. Der Kursort - Lathen oder Dörpen - wird abgesprochen.</p> <p>Anmeldung bitte nur unter 05933/3905.</p> <p>Kurs-Nr.: 060702.0L</p>
Leitung	Christiane Kruse
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	66,00 EUR
Beginn	Mittwoch, 11.01.2006, 19:00 Uhr
Dauer	5 x; 20 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

060703.0L

Angebots- und Rechnungsschreibung mit Lexware Financial Office

Ein Kurs für Selbständige oder deren Mitarbeiter, die die Angebots- und Rechnungsschreibung kundenorientiert und einfach mit der Software "Lexware Financial Office" selbst abwickeln wollen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Inhalte: - Überblick über Funktionen und Anbindung an Buchhaltung - Organisieren der eigenen Artikel-Struktur - Anlegen und Erweitern der Stammdateien um die Faktura-Daten - Einführung in die Möglichkeiten der Angebots- und Rechnungsposition - Weiterführen der Daten bis zur Rechnung - Angebot, Auftragsbearbeitung, Lieferschein, Rechnung - Überleitung der Rechnungen in die Buchhaltung. Der Kursort - Dörpen oder Lathen - wird in abgesprochen.

Anmeldung bitte nur unter 05933/3905.

Kurs-Nr.: 060703.0L

Leitung

Euphemia Koop

Ort

Realschule, , Lathen

Gebühr

40,00 EUR

Beginn

Donnerstag, 03.11.2005, 19:00 Uhr

Dauer

3 x; 12 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

061901.0L	Tippen können alle - Tastschreiben nur wenige
	<p>Mit Hilfe eines Lernprogramms soll das Tastenfeld nach dem 10-Finger-Tastsystem erarbeitet werden. Ziele sind die flüssige Bedienung der Tastatur und die Minimierung von Tippfehlern. Die sichere Beherrschung des Tastenfeldes ist Grundvoraussetzung für die erfolgreiche und schnelle Arbeit am Computer.</p> <p>Kurs-Nr.: 061901.0L</p>
Leitung	Helena Nankemann
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	48,00 EUR
Beginn	Montag, 12.09.2005, 17:30 Uhr
Dauer	10 x; 20 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

062501.0L

Computer für Senioren - Erste Schritte am PC

Sie wollten schon lange einmal wissen, was Sie mit dem Computer machen können? Welche Programm Ihnen zur Verfügung stehen, wie Sie mit Laufwerken, Ordnern, Dateien und Verzeichnissen arbeiten, lernen Sie in diesem Kurs Schritt für Schritt. Sie lernen das Betriebssystem kennen, arbeiten mit der Maus und der Tastatur und lernen vieles über Ihre Anwenderprogramme.

Kurs-Nr.: 062501.0L

Leitung

Hermann Althüser

Ort

Realschule, , Lathen

Gebühr

49,50 EUR

Beginn

Dienstag, 13.09.2005, 16:00 Uhr

Dauer

5 x; 15 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

062502.0L

Computer für Einsteiger

Sie wollten schon lange wissen, was Sie alles mit Ihrem Betriebssystem Windows machen können, welche Programme Ihnen zur Verfügung stehen, wie Sie mit Laufwerken, Ordnern und Dateien sowie Verzeichnissen arbeiten und Ihre Festplatte wieder aufräumen können? Um dabei nicht den Überblick zu verlieren und einen leichten Einstieg zu finden, werden Sie in nur fünf Abenden alle Möglichkeiten dieses Betriebssystems für Beruf und private Nutzung kennenlernen. Sie interessieren sich nur für bestimmte Anwendung? Beachten Sie unsere Workshops.

Kurs-Nr.: 062502.0L

Leitung

Hermann Althüser

Ort

Realschule, , Lathen

Gebühr

66,00 EUR

Beginn

Dienstag, 20.09.2005, 19:00 Uhr

Dauer

5 x; 20 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

062801.0L	Textverarbeitung WORD
	<p>Lernen Sie, mit Word großartige Dokumente zu erstellen. In diesem Kurs und mit den vorbereiteten Übungsdateien erarbeiten Sie sich viele Funktionen und lernen dabei alle wesentlichen Werkzeuge und Techniken kennen. Gleichzeitig hilft Ihnen der Kurs, sich auf Prüfungen und den beruflichen Alltag vorzubereiten.</p> <p>Kurs-Nr.: 062801.0L</p>
Leitung	Rainer Möhlenkamp
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	66,00 EUR
Beginn	Dienstag, 13.09.2005, 19:00 Uhr
Dauer	5 x; 20 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

063101.0L	Einstieg in die Tabellenkalkulation mit Excel 2000
	<p>In diesem praxisorientierten Kurs erlernen Sie, erstklassige Kalkulationen zu erstellen. Anhand der vorbereiteten Übungsdateien erarbeiten Sie sich alle wesentlichen Werkzeuge und Techniken des Programms.</p> <p>Kurs-Nr.: 063101.0L</p>
Leitung	Rainer Möhlenkamp
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	66,00 EUR
Beginn	Dienstag, 01.11.2005, 19:00 Uhr
Dauer	5 x; 20 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

063402.0L	Content Management Systeme
	Kurs-Nr.: 063402.0L
Leitung	Simone Wilhelmy
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	31,50 EUR
Beginn	Donnerstag, 13.10.2005, 19:00 Uhr
Dauer	3 x; 9 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

063404.0L

Digitales Video mit dem PC bearbeiten

Denken auch Sie darüber nach, ob Sie sich eine Video-Kamera kaufen sollen, wissen aber nicht, ob Sie sich für eine analoge oder eine digitale entscheiden sollen? Interessiert es Sie, wie Sie mit Licht umgehen müssen, und was bei der Bild-Komposition zu beachten ist? Würden Sie gerne Ihre Urlaubsvideos mit Spezialeffekten oder Ton versehen? Hier wird Ihnen erklärt, was zu tun ist, um eigene Videos zu produzieren.

Kurs-Nr.: 063404.0L

Leitung

Winfried Janshen

Ort

Realschule, , Lathen

Gebühr

13,20 EUR

Beginn

Donnerstag, 29.09.2005, 19:00 Uhr

Dauer

1 x; 4 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

064001.0L	Internet für Senioren
	<p>Sie werden staunen, wie leicht das geht, wenn man sich unter fachkundiger Anleitung intensiv damit befasst. Das Internet bietet gerade für Senioren eine Vielzahl von Möglichkeiten, angefangen bei der einfachen Kommunikation mit anderen, über Suchmaschinen und Nachschlagewerke bis hin zur Urlaubsplanung oder Diskussions- und Austauschmöglichkeiten, z.B. bei Gesundheitsfragen.</p> <p>Kurs-Nr.: 064001.0L</p>
Leitung	Hermann Althüser
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	31,50 EUR
Beginn	Dienstag, 20.09.2005, 16:00 Uhr
Dauer	3 x; 9 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

064002.0L	Internet kennen lernen
	<p>Sowohl privat als auch beruflich werden Sie immer mehr mit Internet-Themen konfrontiert. Inhalte: - theoretische Grundlagen - Basisbegriffe - praxisgerechte Tipps - Hilfe zur Selbsthilfe - Hintergrundinformationen - Umgang mit der Informationsflut</p> <p>Kurs-Nr.: 064002.0L</p>
Leitung	Hermann Althüser
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	31,50 EUR
Beginn	Dienstag, 01.11.2005, 19:00 Uhr
Dauer	3 x; 9 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

064003.0L	eBay - Topp oder Flopp?
	<p>- Abendseminar -</p> <p>Dieser Abend informiert über Kauf und Verkauf von Waren in Internetauktionen und darüber, wie Informationen über den Verkäufer zu erlangen sind. Des weiteren wird die rechtliche Seite dieser Geschäfte angesprochen. Auch lernen Sie Möglichkeiten kennen, zu erfahren, ob das Angebot tatsächlich ein Schnäppchen ist. Bei Interesse kann ein Zusatzkurs eingerichtet werden, der über die Schritte informiert, einen Artikel bei eBay einzustellen (Foto/Design/Beschreibungstext/Kosten).</p> <p>Anmeldung bitte bis Montag, 19.09.2005.</p> <p>Kurs-Nr.: 064003.0L</p>
Leitung	Peter Koralewski
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	14,00 EUR
Beginn	Donnerstag, 22.09.2005, 19:30 Uhr
Dauer	1 x; 4 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

070101.0L	Englisch III
	Wir setzen unseren Kurs aus dem Vorsemester fort. Neue Interessierte sind herzlich eingeladen. Kurs-Nr.: 070101.0L
Leitung	Sigrid Schütte
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	48,00 EUR
Beginn	Donnerstag, 15.09.2005, 20:00 Uhr
Dauer	10 x; 20 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

070201.0L	Duits voor Nederlanders I - Deutsch für Niederländer I
	<p>U woont in Duitsland e u wilt de Duitse taal (met al die naamvallen!) beter leren spreken en/of schrijven? Dan heeft u daarvoor nu de gelegenheid. Boek na overleg.</p> <p>Kurs-Nr.: 070201.0L</p>
Leitung	Elisabeth Weiner-Gipmann
Ort	Internetcafé, Melstruper Str., ,
Gebühr	62,40 EUR
Beginn	Mittwoch, 14.09.2005, 10:00 Uhr
Dauer	13 x; 26 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

070202.0L	Duits voor Nederlanders I - Deutsch für Niederländer I
	Zie cursus-nr. 070201.0L. Kurs-Nr.: 070202.0L
Leitung	Elisabeth Weiner-Gipmann
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	62,40 EUR
Beginn	Donnerstag, 15.09.2005, 19:30 Uhr
Dauer	13 x; 26 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

071501.0L	Niederländisch I
	<p>Einführung in die Sprache unseres Nachbarlandes. Es werden erste Kenntnisse und Fertigkeiten vermittelt, die es ermöglichen, sich in alltäglichen Situationen in den Niederlanden zu verständigen. Wir arbeiten mit Taal vitaal, Hueber-Verlag.</p> <p>Anmeldung bitte unter 05933/3905.</p> <p>Kurs-Nr.: 071501.0L</p>
Leitung	Thomas Hornischer
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	67,20 EUR
Beginn	Donnerstag, 15.09.2005, 20:15 Uhr
Dauer	14 x; 28 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

071502.0L	Niederländisch I am Vormittag
	Dieser Kurs wendet sich Interessierte ohne oder mit nur geringen Vorkenntnissen, die gern morgens lernen. Wir arbeiten mit dem Lehrbuch "Taal vitaal" aus dem Hueber-Verlag. Kurs-Nr.: 071502.0L
Leitung	Elisabeth Weiner-Gipmann
Ort	Internetcafé, Melstruper Str., ,
Gebühr	62,40 EUR
Beginn	Dienstag, 13.09.2005, 10:00 Uhr
Dauer	13 x; 26 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

071503.0L	Niederländisch III
	<p>Fortsetzung des Kurse aus dem letzten Semester. Neue Interessierte mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Wir arbeiten mit Taal vitaal, Hueber-Verlag.</p> <p>Kurs-Nr.: 071503.0L</p>
Leitung	Thomas Hornischer
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	67,20 EUR
Beginn	Dienstag, 13.09.2005, 20:15 Uhr
Dauer	14 x; 28 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

080601.0L	Gitarre für Anfänger
	<p>Unser Unterricht soll Spaß machen. Lernen ohne Zwang und Druck, mit spielerischen Mitteln und Feingefühl. Keine Noten, keine Skalen und trotzdem schnelle Erfolge erzielen, das ist meine Devise. Der Anfänger, egal ob klein oder groß, soll sich einfach wohlfühlen und seiner musikalischen Ader freien Lauf lassen. Wir legen besonderen Wert auf Rhythmus, Melodien, die richtige Haltung, Kreativität und Gehörbildung.</p> <p>Kurs-Nr.: 080601.0L</p>
Leitung	Rainer Nolte
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	72,00 EUR
Beginn	Montag, 12.09.2005, 17:00 Uhr
Dauer	15 x; 30 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

080602.0L	Gitarre für Fortgeschrittene
	Fortsetzung des Kurses aus dem letzten Semester. Neue Interessierte mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Kurs-Nr.: 080602.0L
Leitung	Rainer Nolte
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	72,00 EUR
Beginn	Montag, 12.09.2005, 18:30 Uhr
Dauer	15 x; 30 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

080603.0L	Gitarre spielen - School of Rock
	<p>Dieser Kurs richtet sich an Anfänger, die auch moderne Rock/Pop-Songs erlernen wollen. Dies geschieht durch das Vertrautmachen mit Grundzügen und Geschichte dieser Musik, ihren Spieltechniken und einer Songauswahl die - soweit machbar - durch die Teilnehmenden bestimmt wird.</p> <p>Kurs-Nr.: 080603.0L</p>
Leitung	Robert Helle
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	72,00 EUR
Beginn	Dienstag, 13.09.2005, 18:30 Uhr
Dauer	15 x; 30 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

081101.0L

Ultraleichtfliegen

Das Ultraleichtfliegen gilt als Boomsportart unter den Luftsportarten. Der Grund hierfür liegt an den niedrigen Betriebskosten von Ultraleichtflugzeugen, die das motorisierte Fliegen wieder erschwinglich werden lassen. Dieser Kurs informiert über die verschiedenen Ausbildungsmöglichkeiten, die zum Erwerb von Pilotenlizenzen führen können. In dem anschließendem Praxisteil können die Kursteilnehmer auf einem Rundflug bereits erste Flugerfahrungen sammeln. Fluggebühren: 40,00 EUR für 20 Minuten Flugzeit (Fluggebühren werden vor Ort mit dem Piloten abgerechnet).

Anmeldung bitte bis Montag, 26.09.2005 nur unter 04961/82329.

Kurs-Nr.: 081101.0L

Leitung

Thorsten Ackermann

Ort

Gebühr

46,00 EUR

Beginn

Mittwoch, 05.10.2005, 20:00 Uhr

Dauer

4 x; 16 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

081102.0L

Segelfliegen - ein Sport für Mutige?

Der Kurs informiert unter anderem über die Voraussetzungen für die Segelflugausbildung und deren Ablauf. Ferner werden die Zusammenarbeit beim Flugbetrieb, die Bedienungselemente des Segelflugzeuges, die Flugzeuginstrumente sowie die wichtigsten Steuerungsmanöver erläutert. Am Anschluss an die theoretische Einweisung vermitteln erfahrene Fluglehrer praktische Fähigkeiten beim Flugbetrieb auf einem nahegelegenen Segelflugplatz.

Anmeldung bitte bis Montag, 12.09.2005 nur unter 04961/82329.

Kurs-Nr.: 081102.0L

Leitung

Thorsten Ackermann

Ort

Gebühr

46,00 EUR

Beginn

Mittwoch, 21.09.2005, 20:00 Uhr

Dauer

4 x; 20 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

090301.0L	Lathener VHS-Kochclub - Rund um Kürbis und Zucchini
	Kurs-Nr.: 090301.0L
Leitung	Maria Schröder
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	7,20 EUR
Beginn	Donnerstag, 29.09.2005, 19:30 Uhr
Dauer	1 x; 3 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

090301.1L	Lathener VHS-Kochclub Brote und Brötchen selbst gebacken
	Kurs-Nr.: 090301.1L
Leitung	Maria Schröder
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	7,20 EUR
Beginn	Donnerstag, 13.10.2005, 19:30 Uhr
Dauer	1 x; 3 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

090301.2L	Lathener VHS-Kochclub Vegetarisch aber lecker
	Kurs-Nr.: 090301.2L
Leitung	Maria Schröder
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	7,20 EUR
Beginn	Donnerstag, 03.11.2005, 19:30 Uhr
Dauer	1 x; 3 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

090301.3L	Lathener VHS-Kochclub Vegetarisches Finger Food
	Kurs-Nr.: 090301.3L
Leitung	Maria Schröder
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	7,20 EUR
Beginn	Donnerstag, 17.11.2005, 19:30 Uhr
Dauer	1 x; 3 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

090301.4L	Lathener VHS-Kochclub Weihnachtliche Kekse und Kleingebäck
	Kurs-Nr.: 090301.4L
Leitung	Maria Schröder
Ort	Realschule, , Lathen
Gebühr	7,20 EUR
Beginn	Donnerstag, 01.12.2005, 19:30 Uhr
Dauer	1 x; 3 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

100501.0L

Yoga

Hatha-Yoga ist eine wohltuende Körpertherapie und effektive Entspannungstechnik. In unseren Yoga-Kursen werden einfache Körper- und Atemübungen vermittelt. Weiterer Kursinhalt sind Konzentrationsübungen, die der bewussten Wahrnehmung des eigenen Selbst dienen. Wie hängen Körper und Geist zusammen bzw. wie lassen sie sich verbinden? Bitte bringen Sie eine Wolldecke, Wollsocken und einen warmen, bequemen Trainingsanzug aus nicht knisterndem Material mit. Die Kurse eignen sich sowohl für Anfänger/-innen wie auch Fortgeschrittene. Wir empfehlen den Kauf des Lehrbuches "Yoga - Ankommen in Körper, Geist und Atem" aus der im Klett-Verlag erschienenen Reihe "vhs gemeinsam Gesundheit erleben" (Best.-Nr. 939873).

Kurs-Nr.: 100501.0L

Leitung

Margret Schweers

Ort

Jugendheim St. Vitus, ,

Gebühr

57,60 EUR

Beginn

Dienstag, 06.09.2005, 08:15 Uhr

Dauer

12 x; 24 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

100502.0L	Yoga
	Kurs-Nr.: 100502.0L
Leitung	Margret Schweers
Ort	Jugendheim St. Vitus, ,
Gebühr	57,60 EUR
Beginn	Dienstag, 06.09.2005, 10:00 Uhr
Dauer	12 x; 24 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

100503.0L	Yoga
	Melden Sie sich bitte unbedingt bei der Zeigstellenleitung an und bringen Sie 2 Woldecken, Wollsocken und bequeme Kleidung mit. Kurs-Nr.: 100503.0L
Leitung	Agnes Garbs
Ort	Kath. Kindergarten Lathen, ,
Gebühr	57,60 EUR
Beginn	Dienstag, 13.09.2005, 17:30 Uhr
Dauer	12 x; 24 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

100504.0L	Yoga
	Melden Sie sich bitte unbedingt bei der Zweigstellenleitung an und bringen Sie 2 Wolldecken, Wollsocken und bequeme Kleidung mit. Kurs-Nr.: 100504.0L
Leitung	Agnes Garbs
Ort	Kath. Kindergarten Lathen, ,
Gebühr	57,60 EUR
Beginn	Donnerstag, 15.09.2005, 18:00 Uhr
Dauer	12 x; 24 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

100701.0L

Inline Skating für 'Junggebliebene'

- Tagesseminar -

"Junggebliebene" Inline-Interessierte um die 50 und älter, aber auch jüngere Bewegungsfreudige werden an diesem Abend mit besonderer Sorgfalt in die Technik des Inline Skatens eingeführt. Skaten macht nicht nur Spaß, sondern trainiert das Herz-Kreislauf-System, verbessert die Beweglichkeit und Koordination, und stärkt Beine, Po und Rücken. Durch die intensive Betreuung haben auch die etwas Ängstlichen eine gute Chance, den Spaß am Skaten zu entdecken. Bitte eigene Skates inkl. Sicherheitsausrüstung und etwas zu Trinken mitbringen.

Anmeldung bitte bis Montag, 19.09.2005.

Kurs-Nr.: 100701.0L

Leitung

Heinrich Boberg

Ort

Alte Turnhalle, , Lathen

Gebühr

19,60 EUR

Beginn

Donnerstag, 29.09.2005, 19:00 Uhr

Dauer

1 x; 4 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

100702.0L	Inline-Skating für Fortgeschrittene
	<p>- Abendseminar -</p> <p>Verbesserung der allgemeinen Fahr- und Bremstechniken. Bitte eigene Skates inkl. Sicherheitsausrüstung und etwas zu Trinken mitbringen.</p> <p>Anmeldung bitte bis Montag, 26.09.2005.</p> <p>Kurs-Nr.: 100702.0L</p>
Leitung	Heinrich Boberg
Ort	Alte Turnhalle, , Lathen
Gebühr	19,60 EUR
Beginn	Donnerstag, 06.10.2005, 19:00 Uhr
Dauer	1 x; 4 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

100703.0L

(Step-)Aerobic nach moderner Musik

Der Kurs umfasst ein ausgewogenes Programm aus Aerobic, Step-Aerobic, Kräftigungs-, Stretching- und Entspannungselementen. Bitte bequeme Kleidung, feste Turnschuhe und gute Laune mitbringen.

Kurs-Nr.: 100703.0L

Leitung

Gisela Wilken

Ort

Alte Turnhalle, , Lathen

Gebühr

44,00 EUR

Beginn

Donnerstag, 15.09.2005, 19:00 Uhr

Dauer

10 x; 10 Zeitstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

100704.0L	(Step-)Aerobic nach moderner Musik
	(Step-)Aerobic nach moderner Musik Kurs-Nr.: 100704.0L
Leitung	Gisela Wilken
Ort	Alte Turnhalle, , Lathen
Gebühr	44,00 EUR
Beginn	Donnerstag, 15.09.2005, 20:00 Uhr
Dauer	10 x; 10 Zeitstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

100707.0L

Lady-Fitness nach Musik

Wir bieten ein Intensivprogramm für Ihre "Problemzonen" (Bauch/Beine/Po) auf der Matte, an Geräten und mit Musik.

Anmeldung unter 05933/8737.

Kurs-Nr.: 100707.0L

Leitung

Petra Grummel

Ort

Physio-Fitness, ,

Gebühr

25,20 EUR

Beginn

Mittwoch, 21.09.2005, 18:15 Uhr

Dauer

7 x; 7 Zeitstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

100709.0L	Nordic Walking
	<p>Nordic Walking ist ein ganzkörperorientierter Gesundheitssport. Durch den gleichbleibenden Bewegungsablauf wird eine hohe Fettverbrennung bei gleichzeitiger Schonung des Herz-Kreislauf-Systems sowie der Gelenke erreicht. Nordic Walking löst Muskelverspannungen und ist kommunikativ und stressabbauend. Der erste Termin ist ein Infotermin.</p> <p>Kurs-Nr.: 100709.0L</p>
Leitung	Ulrike Richter
Ort	Alte Turnhalle, , Lathen
Gebühr	31,50 EUR
Beginn	Dienstag, 13.09.2005, 15:00 Uhr
Dauer	6 x; 8,75 Zeitstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

100720.0L

Aquafitness - Wassergymnastik

Wasser ist ein ideales Medium, um gelenkschonend die Muskulatur zu kräftigen. Regelmäßiges Training im Wasser wirkt sich positiv auf das Herz-Kreislauf-System sowie die Kondition aus und ist bestens geeignet als Fitness- und Ausgleichssport für Menschen jeden Alters. Selbstverständlich wird die Trainingsintensität in den einzelnen Gruppen Ihren Möglichkeiten angepasst. Die Wassertiefe beträgt 130 cm, die Temperatur 28 Grad. Das Kursangebot wird fortgesetzt. Neue Interessierte sind herzlich willkommen.

Anmeldung bitte unter 05933/3905.

Kurs-Nr.: 100720.0L

Leitung

Ina Kampmeyer

Ort

Haus St. Marien, ,

Gebühr

76,80 EUR

Beginn

Dienstag, 20.09.2005, 10:30 Uhr

Dauer

12 x; 12 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

Zweigstelle Lathen

100721.0L	Aquafitness - Wassergymnastik
	Anmeldung bitte unter 05933/3905. Kurs-Nr.: 100721.0L
Leitung	Ina Kampmeyer
Ort	Haus St. Marien, ,
Gebühr	76,80 EUR
Beginn	Dienstag, 20.09.2005, 11:15 Uhr
Dauer	12 x; 12 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

100722.0L	Aquafitness - Wassergymnastik
	Anmeldung bitte unter 05933/3905. Kurs-Nr.: 100722.0L
Leitung	Manuela Kramer
Ort	Haus St. Marien, ,
Gebühr	76,80 EUR
Beginn	Dienstag, 20.09.2005, 19:30 Uhr
Dauer	12 x; 12 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

100723.0L	Aquafitness - Wassergymnastik
	Anmeldung bitte unter 05933/3905. Kurs-Nr.: 100723.0L
Leitung	Manuela Kramer
Ort	Haus St. Marien, ,
Gebühr	76,80 EUR
Beginn	Dienstag, 20.09.2005, 20:15 Uhr
Dauer	12 x; 12 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

100724.0L	Aquafitness - Wassergymnastik
	Anmeldung bitte unter 05933/3905. Kurs-Nr.: 100724.0L
Leitung	Simone Ahrens
Ort	Haus St. Marien, ,
Gebühr	76,80 EUR
Beginn	Mittwoch, 21.09.2005, 19:00 Uhr
Dauer	12 x; 12 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

100725.0L	Aquafitness - Wassergymnastik
	Anmeldung bitte unter 05933/3905. Kurs-Nr.: 100725.0L
Leitung	Simone Ahrens
Ort	Haus St. Marien, ,
Gebühr	76,80 EUR
Beginn	Mittwoch, 21.09.2005, 19:45 Uhr
Dauer	12 x; 12 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

100726.0L	Aquafitness - Wassergymnastik
	Anmeldung bitte unter 05933/3905. Kurs-Nr.: 100726.0L
Leitung	Heike Heymann
Ort	Haus St. Marien, ,
Gebühr	76,80 EUR
Beginn	Donnerstag, 22.09.2005, 20:15 Uhr
Dauer	12 x; 12 Unterrichtsstunden
	Online Anmeldung

Zweigstelle Lathen

141001.0L

Tanz und Sport für Grundschul-Kids

Wer Spaß an Tanz und Bewegung hat, ist herzlich eingeladen. Wir lernen einfache Tanzformen mit leichten Schrittfolgen. Bei Gymnastik und Spielen erhalten wir einen Ausgleich für den täglichen Bewegungsmangel. Durch die Verbindung von Bewegung, Rhythmus, Musik, Spiel, Spaß und Lebensfreude wird das Wohlbefinden der Kinder ganzheitlich verbessert. Bitte Sportkleidung mitbringen.

Kurs-Nr.: 141001.0L

Leitung

Vera Gorich

Ort

Alte Turnhalle, , Lathen

Gebühr

44,00 EUR

Beginn

Donnerstag, 15.09.2005, 15:00 Uhr

Dauer

10 x; 10 Zeitstunden

[Online Anmeldung](#)