Volkshochschule Himmelkron

Programmangebot

für den Zeitraum September 2024 bis Februar 2025

Leiter: **Gerhard Schneider, 1. Bürgermeister**
Ansprechpartnerin: Vanessa Uome, Tel. 09227/931-12
Gemeindeverwaltung Himmelkron
Klosterberg 9, 95502 Himmelkron
Telefax: 09227/931-31
E-Mail: gemeinde@himmelkron.de
Öffnungszeiten: Mo-Fr 8 – 12 Uhr und Do 15 – 18 Uhr

Allgemeine Mitteilungen der Volkshochschule Himmelkron

Kurse
Ein Kurs findet in der Regel statt, wenn die Mindestteilnehmerzahl erreicht ist. Sollten sich für einen Kurs weniger angemeldet haben, ist mit der Leitung der Volkshochschule spätestens 14 Tage vor Kursbeginn abzusprechen, ob dieser Kurs durchgeführt wird. Programmänderungen bleiben vorbehalten.

Anmeldungen
Die Anmeldung erfolgt mit beiliegendem Anmeldeformular. Während der Geschäftszeiten ist auch eine persönliche oder telefonische Anmeldung in der Gemeindeverwaltung möglich.
Es wird darauf hingewiesen, dass auch telefonische Anmeldungen verbindlich sind und dass bei einem unentschuldigten Nichterscheinen die Gebühren entrichtet werden müssen. Anmeldungen sind jeweils bis 2 Wochen vor Kursbeginn möglich.

Kursgebühren
Die Kursgebühren sind bei der Anmeldung in bar zu entrichten oder auf das Konto der VR Bank Oberfranken Mitte eG **BIC:** GENODEF1KU1, **IBAN:** DE90 7719 0000 0004 1103 15 zu überweisen.
Kursgebühren können auf Antrag nur erstattet werden bei dauerndem Wegzug oder bei ärztlich bescheinigter längerer Krankheit, die eine ordnungsgemäße Weiterführung des Kurses nicht ermöglicht. Bei begonnenen Kursen werden die Gebühren ggf. zeitanteilig erstattet.

VORTRÄGE

"Madeira – die Blumeninsel“

Kurs-Nr.: **24HHI1011**
Dozent: Friedhelm Haun, Kulmbach
Gebühr: frei, Spenden erbeten
Termin: Dienstag, 05. November 2024, 19:30 Uhr
Ort: Rathaus Außenstelle, Sitzungssaal, Markgrafenstr. 11a

Blüten in Hülle und Fülle, nicht nur in der Markthalle, auch die Bäume blühen im zeitigen Frühjahr schon. Auf den Bergen fasziniert die Wildflora. Die Berge haben sich hier als Vulkane vor der afrikanischen Küste erhoben. Es ist mild, an der Küste frostfrei das ganze Jahr, so dass man hier sogar Bananen ziehen kann. Wir sind zwischen dem blitzenden Meer und den Felsen unterwegs, auf den Höhen von fast 2000 m ü NN, und natürlich im pulsierenden Zentrum von Funchal.
Hier leuchten bunt die Parks und die Markthalle: Madeira ist eben eine Blumeninsel!

„Industrialisierung im Kulmbacher Raum“

Kurs-Nr.: **24HHI1012**
Dozent: Dr. Adrian Roßner, Zell im Fichtelgebirge
Gebühr: frei, Spenden erbeten
Termin: Dienstag, 11. Februar 2025, 19:30 Uhr
Ort: Gasthof Opel, Lindig 2

GESUNDHEIT

Hatha-Yoga

Um den vielfältigen Anforderungen im Beruf und im Alltag gerecht werden zu können, ist eine Balance zwischen den Anforderungen von außen und den eigenen Bedürfnissen und Interessen erforderlich. Wir wollen eine innere Haltung finden, die es uns ermöglicht gelassener und selbstbewusster zu werden. Auf der körperlichen Ebene erhalten wir mehr Kraft, Energie, Beweglichkeit, unser Immunsystem wird gestärkt.

Yoga bietet Hilfe zur individuellen Stressbewältigung, es spricht Körper, Geist und Seele gleichermaßen an. Die Methoden hierbei: Körperübungen (Asanas), Atemtechniken (Pranayama), Konzentrations- und Achtsamkeitsübungen, Meditation (Dhyana), sowie Entspannungsübungen.

Bitte bequeme Kleidung, eine Yogamatte/ rutschfeste Unterlage, eine Decke und ev. ein flaches Kissen mitbringen.

Dozentin: Sabine Hübner, Himmelkron

Gebühr: 45 Euro
Ort: Grampp-Haus Himmelkron, Markgrafenstraße 8

Kurs-Nr.: 24HHI3011
Termin: dienstags, ab 17.09.2024 von 18:00 – 19:30 Uhr, 10x

Kurs-Nr.: 24HHI3012
Termin: dienstags, ab 17.09.2024 von 20:00 – 21:30 Uhr, 10x

Kurs-Nr.: 24HHI3013
Termin: donnerstags, ab 19.09.2024 von 09:30 – 11:00 Uhr, 10x

Meditative Klangreise nach Walter Häfner

Mit Klängen von tibetischen Klangschalen, Gongs und anderen Instrumenten können Sie sich – bequem auf einer Matte liegend oder auf einem Stuhl sitzend – auf eine meditative Klangreise begeben.
Die Töne erzeugen wohltuende Schwingungen, die sich auf unseren Körper übertragen und jede einzelne Zelle erreichen. Wohlgefühl und tiefe Entspannung können sich einstellen, die Selbstheilungskräfte werden aktiviert, unsere innere Harmonie wird gefördert.
Wer die Klangreise liegend genießen möchte, bringt sich bitte eine Unterlage, Decke und Kissen mit.

Dozentin: Sabine Hübner, Klangschalentherapeutin, Himmelkron
Gebühr: 10 Euro
Ort: Grampp-Haus Himmelkron, Markgrafenstraße 8

Kurs-Nr.: 24HHI3014
Termin: Dienstag, 21.01.2025 von 19:30 – 21:00 Uhr

Kurs-Nr.: 24HHI3015
Termin: Dienstag, 28.01.2025 von 19:30 – 21:00 Uhr

Die Abende können auch zusammen gebucht werden.

Kulinarische Wildkräuter und Wildobst in der Küche

Kochen Sie mit der Kursleiterin zusammen ein Menü aus Wildkräutern und Köstlichkeiten vom Wildobst

Dozentin: Angela Gesell, PTA, Kräuter- und Obstpädagogin
Ort: Grampp-Haus Himmelkron, Markgrafenstraße 8
Gebühr: 15 Euro
Material: 12 Euro (wird vor Ort eingesammelt)

Kurs-Nr.: 24HHI3016
Termine: Donnerstag, 26.09.2024, 18:00 Uhr

Kurs-Nr.: 24HHI3017
Termine: Donnerstag, 10.10.2024, 17:00 Uhr

Delikatessen am Wegesrand

Entdecken Sie bei einem Sparziergang die vitalen Kräfte heimischer essbarer Wildkräuter und deren Verwendung, mit Probeverkostung

Dozentin: Angela Gesell, PTA, Kräuter- und Obstpädagogin
Gebühr: 15 Euro

Kurs-Nr.: 24HHI3018
Ort: Baille-Maille-Lindenallee, Himmelkron
Termin: Freitag, 27.09.2024, 13:00 Uhr

Kurs-Nr.: 24HHI3019
Ort: Streitmühle Himmelkron
Termin: Freitag, 04.10.2024, 13:00 Uhr

Kurs-Nr.: 24HHI3020
Ort: Baille-Maille-Lindenallee, Himmelkron
Termin: Freitag, 11.10.2024, 13:00 Uhr

Naturkosmetik selbst herstellen leicht gemacht – Pflegecremes

Erlesene Öle und Fette sind Grundlagen für die Hautpflegeprodukte der Kursleiterin, auf natürlicher Basis. Sie rühren unter Anleitung Ihre eigene Naturkosmetik zusammen, ganz ohne chemische Zusätze – natürlich!

Dozentin: Angela Gesell, PTA, Kräuter- und Obstpädagogin
Ort: Grampp-Haus Himmelkron, Markgrafenstraße 8
Gebühr: 15 Euro
Material: 20 Euro (wird vor Ort eingesammelt)

Kurs-Nr.: 24HHI3021
Termin: Donnerstag, 17.10.2024, 17:00 Uhr

Kurs-Nr.: 24HHI3022

Termin: Donnerstag, 14.11.2024, 17:00 Uhr

Kurs-Nr.: 24HHI3023
Termin: Donnerstag, 15.01.2025, 17:00 Uhr

Brot und Brötchen selber backen

Aus verschiedenen Getreidesorten und natürlichen Zutaten werden gemeinsam köstliche Backwaren hergestellt

Kurs-Nr.: 24HHI3024
Dozentin: Angela Gesell, PTA, Kräuter- und Obstpädagogin
Gebühr: 15 Euro
Material: 15 Euro (wird vor Ort eingesammelt)
Ort: Grampp-Haus Himmelkron, Markgrafenstraße 8
Termine: Donnerstag, 07.11.2024 um 17:00 Uhr

BRAUKURSE

Bierbrauen am eigenen Herd Teil 1 – Einsteiger

Kurs-Nr.: **24HHI3051**
Brautag: Samstag, 16.11.2024
Treffpunkt: 8.00 Uhr
Ort: Schulküche Neuenmarkt
Brautheorie & Vorbereitung: Donnerstag, 24.10.2024
Beginn: 19.00 Uhr
Ort: Grampphaus, Markgrafenstr. 8, Himmelkron
Mindestteilnehmeranzahl: 12
Anmeldefrist: 18. Oktober 2024
Gebühr: 75 Euro
Dozenten: Bernd Lehner, Peter Schoberth
Brauziel:
In diesem Braukurs wollen wir zusammen in kleinen Braugruppen von 2-4 Personen ca. 20 Liter fertiges, untergäriges kupferfarbiges **Kellerbier** herstellen. Das einfache Infusionsbrauverfahren kommt zur Anwendung. Treffen zur Bierprobe des fertigen Bieres nach Vereinbarung ca. 8 Wochen danach. Teilnahmebestätigung wird zugesandt.

Bierbrauen am eigenen Herd Teil 2 – Fortgeschrittene

Kurs-Nr.: **24HHI3052**
Brautag: Samstag, 23.11.2024 (alternativ 16.11.2024)
Treffpunkt: 8.00 Uhr
Ort: Schulküche Neuenmarkt
Brautheorie & Vorbereitung: optional
Mindestteilnehmeranzahl: 12
Anmeldefrist: 18. Oktober 2024
Gebühr je Teilnehmer: 75 Euro
Dozenten: Bernd Lehner, Peter Schoberth
Brauziel:
In diesem Braukurs wollen wir zusammen in kleinen Braugruppen von 2-4 Personen ca. 20 Liter fertiges, untergäriges **helles oder dunkles Bockbier, Festbier oder Vollbier** mit verschiedenen Hopfensorten herstellen. Schwerpunkt des Kurses ist die Berechnung und der Einsatz von verschiedenen Hopfsorten, um einen definierten Geschmackseindruck des Bieres zu erlangen. Ein Mehrmaischverfahren kommt zur Anwendung. Voraussetzung ist, dass Kurs Teil 1 – Einsteiger (auch aus den Vorjahren) besucht worden ist.
Treffen zur Bierprobe des fertigen Bieres nach Vereinbarung ca. 8 Wochen danach. Teilnahmebestätigung wird zugesandt.

Musik liegt in der Luft

Musikschule Bad Berneck – Himmelkron e.V.

Qualifizierten Musikunterricht zum erschwinglichen Preis für Kinder, Jugendliche und auch Erwachsene in den Räumen der Musikschule in Bad Berneck, im Grampp-Haus in Himmelkron oder auch bei Ihnen zu Hause.
Interessierte erwarten „30 kostenfreie Schnupperminuten“

- **Akkordeon**
- **Klavier und Keyboard**
- **Gitarre, E-Gitarre und E-Bass**
- **Holz- und Blechblasinstrumente**
- **Schlagzeug**
- **Geige**
- **Gesang**

Kontakt:
Musikschule Bad Berneck – Himmelkron e.V., Rotherstr. 33, 95460 Bad Berneck, Vorsitzender: Dr. Walter Michalke, Tel. 0171/4009775 und VHS Himmelkron, Klosterberg 9, 95502 Himmelkron, Tel. 09227/931-12

VHS Himmelkron – Anmeldung

Volkshochschule Himmelkron, Klosterberg 9, 95502 Himmelkron
Tel. 09227/931-12 oder -11, Fax 09227/931-31
E-Mail: gemeinde@himmelkron.de
Homepage: www.himmelkron.de

Unter Anerkennung der im Programmheft abgedruckten Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Himmelkron melde ich mich für den/die folgende/n Kurs/e an:

Kurs-Titel

Kurs-Titel

Folgende Angaben brauchen wir für unsere Statistik (bitte ankreuzen):

Alter: bis 15 ◯ 15-24 ◯ 25-34 ◯ 35-49 ◯ 50-65 ◯ über 65 ◯

Name, Vorname:	
Straße:	Tel.
PLZ, Ort:	Fax:
E-Mail:	

◯ Gebühr wird bar bezahlt (bei Vorträgen)

◯ Überweisung der Gebühr in Höhe von …….. Euro auf das Konto bei der Kulmbacher Bank unter Angabe des Kursnamens, IBAN: DE90 7719 0000 0004 1103 15, BIC: GENODEF1KU1

◯ **SEPALASTSCHRIFTMANDAT**
Hiermit ermächtige ich die VHS Himmelkron, die Kursgebühr/en in Höhe von ……. Euro für o.g. Kurs/e zu meinen Lasten einzuziehen:

Kontoinhaber:	
Name der Bank:	
IBAN:	BIC:

Bankspesen bei Widerruf oder bei fehlerhafter Bankverbindung trägt der Teilnehmer/die Teilnehmerin. Wir bitten um Ihr Verständnis.

--- ---

Ort, Datum Unterschrift

Das Anmeldeformular ist an die Gemeindeverwaltung Himmelkron, Klosterberg 9, 95502 Himmelkron per Post oder per Fax: 09227/931-31 zu senden oder im Rathaus abzugeben.