

VHS Untermerzbach Programm Frühjahr 2017



Volkshochschule Untermerzbach

Information und Anmeldung

Ute Morgenroth
KOMM; Bachgasse 2
96190 Untermerzbach
Tel. (0 95 33) 98 23 14
Fax (0 95 33) 98 23 15
bibliothek@untermerzbach.de

oder

Ute Morgenroth
Weinbergstraße 25
96274 Itzgrund
Tel. (0 95 33) 980 16 16
ute.morgenroth@gmail.com

Für alle Vorträge und Kurse ist vorherige Anmeldung erforderlich.

Bibliothek-Waagensammlung
-Bürgertreff: Neben der Gemeindebücherei beherbergt das Gebäude eine überregional bedeutsame Waagensammlung, die von ihrem Stifter Peter Ulrich mit viel Engagement und Leidenschaft im Laufe der Jahrzehnte zusammen getragen wurde.

Das KOMM ist ein regelmäßiger Treffpunkt für unsere Gemeindebürger sowie die Menschen aus den umliegenden Gemeinden werden. Darüber hinaus finden hier regelmäßig Kurse, Vorträge und sonstige Bildungsangebote, aber auch Musikveranstaltungen, Leseabende usw. statt.

Öffnungszeiten:

Montag: 09.00 bis 11.00 Uhr
Dienstag: 16.00 bis 18.00 Uhr
Mittwoch: 09.00 bis 11.00 Uhr
Donnerstag: 16.00 bis 18.00 Uhr
Freitag: 09.00 bis 11.00 Uhr
und 15.00 bis 17.00 Uhr

Exkursionen

Vogelstimmenwanderung

Bei dieser etwa zweistündigen Vogelstimmenwanderung unter Führung des Vogelkundlers Dr. Werner Ullmann können Sie Vogelstimmen kennen lernen. An verschiedenen Lebensräumen wird die Vogelwelt erkundet und vorgestellt. In Zusammenarbeit mit dem BUND Naturschutz Ebern.

Dr. Werner Ullmann
N 18.01
So., 21.05.17, 06.00 Uhr
Treffpunkt: Hemmendorf,
Altes Brauhaus
kostenfrei

Kultur

Konzert mit JanuEla

Die Musiker von "JanuEla" aus Ebern präsentieren wieder einmal musikalische Köstlichkeiten nach eigenem Rezept. Jan Gnyp an verschiedenen Gitarren, Manuela Steffan an Querflöte, Melodika und Xylophon, interpretieren im typischen "JanuEla-Stil" bekannte und unbekanntere, heitere und besinnliche Melodien. Die Künstler verstehen es, die Zuhörer emotional mitzunehmen auf eine Reise durch ganz unterschiedliche Musikstile wie Pop, Jazz, Folklore und Filmmusik. Damit nicht nur die Seele angerührt, sondern auch der Körper gestärkt wird, stehen während der Pause und nach dem Konzert abrundend Getränke und Snacks bereit. Wer einen netten und geselligen Abend erleben möchte, der ist hier richtig!
Kartenvorverkauf: KOMM und Bäckerei Schoder, Untermerzbach, Leseinsel Gräbe, Ebern und Kartenversand nach onli-

ne Anmeldung möglich über
www.vhs-hassberge.de

Sa., 21.01.17, 19.30 Uhr
Untermerzbach / Feuerwehr-
haus
€ 7,00 (Abendkasse € 9,00)

Lesung mit Johannes Reichert: Israel Teil 1 - der Norden

Mit dem Rad durch Israel ist ein authentisches Reisetagebuch. Der Autor radelt in zwei Etappen à zwei Wochen 1230 Kilometer durch den Norden und Süden des Heiligen Landes. In diesem Vortrag erfahren Sie alles Wissenswerte über den Norden. Von Haifa aus radelt der Autor zum Rosh Hanikra an der libanesischen Grenze und durch die waldreichen Berge im Norden Galiläas weiter zu den biblischen Orten am See Genezareth. Über Nazareth, den Berg Tabor und das Karmelgebirge geht die Reise dann nach Tel Aviv / Jaffa, dem Ziel der ersten Etappe 2013.

Mi., 15.03.17, 19.30 Uhr
Untermerzbach / KOMM
€ 6,00

2 Stimmen und 2 Gitarren – Suzan Baker & Dennis Lüddicke in concert

Suzan Baker schreibt mit großer Leidenschaft eigene Songs und verarbeitet darin in bester Songwriter-Manier ihre Sicht auf unsere Welt. Die Songs von Suzan Baker - zeitlos schön und doch dem Augenblick verpflichtend - bestechen durch ihre bildreiche Lyrik, die in Verbindung mit einer einprägsamen Melodik und durch die außergewöhnliche Stimmpräsenz der Künstlerin zusätzlich an Tiefe und Nuance gewinnt.

Zusammen mit Dennis Lüddicke, dessen Gitarrenkünste stilübergreifend, perkussiv und flamenco-geprägt sind, bildet sich eine musikalische Symbiose von bemerkenswerter Bandbreite. Mit Charme und Esprit verstehen es die beiden Künstler, ihre Zuhörer mit ausgefallenen Eigeninterpretationen von Songs aus den unterschiedlichsten Genres in den Bann zu ziehen und nehmen diese mit auf eine musikalische Reise durch Jazz, Latin, Rock, R'n'B, Reggae, Soul... Ein besonderes Repertoire, das die Herzen berührt und mitreißt.

Kartenvorverkauf: KOMM und Bäckerei Schoder, Untermerzbach, Leseinsel Gräbe, Ebern und Kartenversand nach online Anmeldung möglich über www.vhs-hassberge.de

Fr., 12.05.17, 19.30 Uhr
Untermerzbach / Feuerwehr-
haus
€ 12,00

Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit dem Träger- und Förderverein Synagoge Memmelsdorf (Ufr.) e.V. Synagoge Memmelsdorf Untermerzbach/ Memmelsdorf, Judengasse 6

Offene Sonntage

02.04., 07.05. und 02.07.17, jeweils 13.00 - 17.00 Uhr, mit einer Führung um 14.00 Uhr

Wanderung auf dem Lehrpfad zum fränkischen Landjudentum

Bisher führte uns der Weg immer von Memmelsdorf über Gereuth nach Untermerzbach. Dieses Mal geht die Strecke vom ehemaligen Bahnhof von der Synagoge zum jüdischen Friedhof am Burgstall. Dort

treffen wir auf die Gruppe der Kirchengemeinde Memmelsdorf / Untermerzbach, die den Bibelweg von Seßlach nach Untermerzbach geht. Gemeinsam setzen wir den Weg fort bis zum jüdischen Friedhof Untermerzbach

So., 29.04.17, Start 13.30 Uhr
in Memmelsdorf an der Synagoge
kostenfrei

Klezmerkonzert

Mit "Sher on a Shier" tritt ein Ensemble auf, dessen Musiker seit Jahren auf der Suche nach dem perfekten Klezmersound in den verschiedensten Gruppen Erfahrungen sammelten. Das Ergebnis ist ein Programm, das sich auf den unglaublichen Klang der alten Klezmerkapellen Osteuropas besinnt. Tanzbar und zuhörbar ereignen sich Dinge auf der Bühne, die man als magisch bezeichnen könnte.

Nicht nur die Besetzung mit Klarinette, Flöte, Violine, Akkordeon und Kontrabass fügt sich zu einem authentischen Klang zusammen, auch die Musiker selbst sind Meister ihres Faches und verstehen es virtuos, die Spannung zwischen Tradition und Erneuerung dem Publikum zu vermitteln.

Vier Musiker, verbunden durch die Liebe zur Musik der Juden Osteuropas, kommen zusammen, um gemeinsam traumhaft schöne Melodien, intensive Grooves und kaum fassbare Stimmungen auf die Konzertbühne zu bringen.

Sa., 27.05.17, 19.00 Uhr
kostenfrei

Vorträge

Stress lass nach!

Lebensmotor Herz - die richtige Ernährung macht's!

In diesem interessanten Vortrag erklärt Ernährungsberaterin Sandra Schäfer, welche Nahrungsmittel ihr Herz effizient schützen können und den Cholesterinspiegel positiv beeinflussen. Sie erhalten wertvolle Tipps, wie Sie mit Einsatz von gesunden Ölen Ablagerungen in den Arterien entgegenwirken können. Wichtige Spurenelemente unterstützen ihre Herzgesundheit entscheidend und helfen dabei, den Blutdruck langfristig zu senken. Unser Ziel ist, wieder mehr Lebensqualität zu erlangen!

Sandra Schäfer N 18.06
Mo., 27.03.17, 19.30 Uhr
Untermerzbach / KOMM
€ 6,00

Sizilien

„Italien ohne Sizilien macht gar kein Bild in der Seele...“ (J.W. v. Goethe, 1816). Die größte Insel des Mittelmeeres ist seit jeher eine eigene kleine Welt, da hier im Verlauf von Jahrhunderten die unterschiedlichsten Völker, Religionen und Sprachen aufeinander geprallt sind. Die Griechen, die Karthager, die Römer – alle haben sie Spuren hinterlassen. Wir wollen diese Spuren während einer kleinen imaginären Reise entdecken. Lassen Sie sich begeistern von der Vielfalt der Kultur und den zahlreichen Naturschönheiten der Insel!

Genießen Sie zu dazu einen Limoncello bzw. sizilianischen Wein und Köstlichkeiten!

Carola Weiß-Schilling
N 18.07
Do., 27.04.17, 19.30 Uhr
Untermerzbach / KOMM
€ 7,00

Gesundheit

Pilates 50+ - 60+ - Ich bewege mich!

Dieser Kurs richtet sich an alle Junggebliebenen, die mit einem sanften und ganzheitlich orientierten Trainingsprogramm ihre Kraft, Beweglichkeit und Stabilität verbessern wollen. Besondere Aufmerksamkeit wird auf Rücken, Beckenboden, Schultern und Gelenke gelenkt.

Mitzubringen: Matte, Kissen.

Waltraud Boseckert
N 18.08
montags, ab 16.01.17, 10 x,
19.00 - 20.00 Uhr
Untermerzbach / Schule,
Turnhalle
€ 30,00

Pilates / Yoga

Die Kombination der beiden Trainingsarten bringt Körper und Geist in Bestform. Entdecken Sie die Methode. Langsam und bewusst üben Sie die Prinzipien, das von Joseph Pilates entwickeltem Training der Körperhaltung, Konzentration, bewusste Atmung, Koordination, Bewegungsfluss und Entspannung. Yoga steht für mehr Energie und innere Balance. Beide Methoden ergänzen sich zu einem ganzheitlichen perfekten Training.

Mitzubringen: Matte, Turnschuhe, evtl. Kissen oder Handtuch.

Waltraud Boseckert
N 18.09

montags, ab 16.01.17, 10 x,
20.00 - 21.00 Uhr
Untermerzbach / Schule,
Turnhalle
€ 30,00

Zumba

Mach mit bei der neuen Zumbaparty! Für Zumbafitness mit einer geprüften Zumbalehrerin muss man nicht tanzen können, das Wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben nach dem Motto: "Fun and easy to do!". Auch Männer sind willkommen.

Mitzubringen: Sportkleidung und Getränke.

Judith Anyango-Schlaug
N 18.10
mittwochs, ab 18.01.17, 10 x,
17.45 - 18.45 Uhr
Untermerzbach / Schule,
Turnhalle
€ 42,00

Rückenfit - Wirbelsäulengymnastik

Dieser Kurs zielt darauf ab, durch spezielle Übungsformen Verspannungen im Wirbelsäulenbereich zu lösen und die Rückenmuskulatur zu stärken. Daneben werden die Atemarbeit, die Kreislauffunktionen und die Entspannungsfähigkeit geschult und verbessert. Die Teilnehmer/-innen sollten sich nicht im Krankenstand befinden.

Mitzubringen: Decke bzw. Gymnastikmatte, Sportkleidung, Kissen.

Christine Höllein
N 18.11
montags, ab 23.01.17, 10 x,
18.00 - 19.00 Uhr
Untermerzbach / Schule,
Turnhalle
€ 32,00 (keine Ermäßigung)

Gymnastik für Eltern und Kind (3 - 6 Jahre)

Fortlaufender Kurs, Neuanmeldungen sind nach Absprache mit der Kursleitung möglich.

Ulrike Köhler N 18.12
montags, ab 06.02.17, 12 x,
16.15 - 17.15 Uhr
Untermerzbach / Schule,
Turnhalle
€ 32,00 (keine Ermäßigung)

Kochen

Ruck-Zuck Torten aus Biskuitteig

Windbeutelorte, Baileystorte... Wir werden zusammen einen Biskuitboden backen, füllen und verzieren. Außerdem werden wir aus einem gekauften Boden eine Torte zubereiten. Das Ganze soll schnell und auch für Anfänger zu machen sein.

Ulrike Koch N 18.13
Mo., 20.02.17, 19.00 - 21.30
Uhr
Untermerzbach / Schule
€ 8,00 (und Materialkosten,
keine Ermäßigung)

Die junge vhs

Leseabend für Grundschüler (1. und 2. Klasse)

Wir gehen auf eine Reise in das Land der Bücher und Phantasien. Dort begegnen wir allerlei Figuren die uns in die geheime, phantasievolle und aufregende Zauberwelt der Kinderbücher entführen.

Mitzubringen: Kleines Sitzkissen, Decke oder Isomatte.

Teilnehmerzahl auf 8 begrenzt.

In Zusammenarbeit mit der Leseinsel Ebern.

Ursula Gräbe N 18.14
Fr., 10.02.17, 17.30 - 20.00
Uhr
Untermerzbach / KOMM
kostenfrei



Warum wir um Voranmeldung bitten

Sehr geehrte Besucherinnen und Besucher unserer Veranstaltungen,

liebe interessierte Bürgerinnen und Bürger,

wir werden immer wieder gefragt, warum Voranmeldung zu unseren Veranstaltungen notwendig ist, denn „*wir wüssten doch eh, dass der und der kommen will.*“ Ganz so einfach ist es leider nicht.

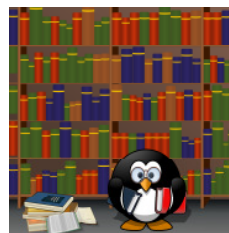
Es liegt sowohl in unserem als auch in Ihrem Interesse, aber auch im Interesse der Referenten, rechtzeitig zu wissen, ob eine Veranstaltung stattfinden kann oder mangels Teilnehmer abgesagt werden muss. Nicht selten erfahren interessierte Kursteilnehmer erst sehr kurzfristig - wenn sie beinahe schon vor der Tür stehen - dass eine Veranstaltung nicht stattfinden kann, was nicht selten Enttäuschung und Verärgerung hervorruft. Nur wenn uns **rechtzeitig** entsprechend viele Anmeldungen vorliegen, können wir den Kurstermin definitiv bestätigen. Liegen zu wenige Anmeldungen vor, können wir noch termingemäß reagieren und ggf. über die Absage einer Veranstaltung in den Tageszeitungen informieren.

Deshalb unsere Bitte: Melden Sie sich **verbindlich bis spätestens 2 Tage vorher** für den Besuch einer Veranstaltung an. So ist es uns - und auch Ihnen - möglich, verbindlich zu planen.

Vielen Dank

Ihre VHS Untermerzbach

LEIH' DIR WAS!



Treffpunkt KOMM

Bücherfans und alle, die es werden möchten, finden bei uns Bücher für jeden Geschmack. Wir haben auch Zeitschriften, CDs und Spiele und natürlich die aktuelle Tageszeitung.

Überzeugen Sie sich selbst von unserem vielfältigen Angebot!



KOMM Untermerzbach,
Bachgasse 2