

Presseinformation

10. Januar 2018

Kurse bei der VHS bilden und bringen Freude und Freunde

Die Tage werden langsam wieder länger und mit mehr Licht und Sonne wächst der Unternehmungsgeist. Etwas ausprobieren, eine neue Erfahrung machen, Leute treffen und kennenlernen - das kann man in der Volkshochschule.

Im Kunstbereich stehen Schriftgestaltung, Foto-, verschiedene Grafik-, Mal- und Klöppelkurse zur Auswahl.

Ein intensiver Fotokurs findet am Wochenende, 26./27. Januar ab 9.30 Uhr unter Leitung von Fotografin Agnes Winn statt. Sie erhalten Kenntnisse über die wichtigsten Funktionen Ihrer Kamera und bekommen ein Verständnis für die Bedienung, die Belichtung und die gestalterischen Möglichkeiten.

Klöppeln ist gar nicht so schwer wie Sie vielleicht glauben. Diese Erfahrung können Sie im zehnwöchigen Kurs ab Mittwoch, 06. Februar, 18.30 Uhr unter Leitung von Kerstin Kusebauch selbst machen.

Kalligrafie ist die Kunst des schönen Schreibens. Unter Leitung von Grafiker Klaus-Peter Möller erlernen Sie in den achtwöchigen Kursen ab Dienstag, 19. Februar, 10.00 Uhr oder ab Donnerstag, 21. Februar, 19.00 Uhr diese Kunst.

Zeichnen bleibt die Grundlage für die meisten künstlerischen Disziplinen.

Gleich drei zehnwöchige Aquarell- und Zeichenkurse, geleitet von der Malerin Annegret Goebler, beginnen am Dienstag, dem 19. Februar um 14.00 Uhr, 16.00 Uhr und 17.40 Uhr.

Zum Programm gehören u. a. die Grundbegriffe des Zeichnens. Als Ansatz dient fast immer das Konkrete. Hierauf aufbauend kann dann mit Farbe gearbeitet werden. Die Anregungen sollen Anfängern wie Fortgeschrittenen zu neuen Einsichten und Ergebnissen verhelfen.

Für einen Seidenmalkurs konnte die junge Diplomdesignerin Steffi Grützmacher gewonnen werden. Der zehnwöchige Kurs beginnt am Dienstag 19. Februar um 9.30 Uhr.

Ob Seidentücher, Kissenbezüge oder aquarellähnliche Bilder für die Wand - gemeinsam wird die passende Strategie erarbeitet.

Sie wollen gesund bleiben, suchen körperlich-seelische Entspannung und Wege Stress abzubauen, möchten fit werden und ihre Beweglichkeit fördern? Schauen Sie in unser Gesundheitsangebot. Im Februar stehen in folgenden Kursen noch Plätze zur Verfügung.

Taijiquan ist eine aus China stammende Bewegungs- und Meditationskunst. Die meist fließend ineinander übergehenden Bewegungs- und Atemübungen fördern die Entspannungsfähigkeit und die stressreduzierte Gestaltung des (Berufs-/Familien-)Alltags. Der zehnwöchige Kurs unter Leitung von Taijiquan-Lehrerin Heike Griem startet am Montag dem 18. Februar, 17.30 Uhr.

Der zehnwöchige Kurs „Rückhalt - Ganzheitliche Rückenschule“ beginnt ebenfalls am 18. Februar 19.15 Uhr unter Leitung von Fachübungsleiterin Christine Liebster.

Gelenkschonende Gymnastik und Körperwahrnehmung stabilisieren Ihren Rücken, lösen Verspannungen und verbessern Ihre Haltung. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl.

Ab Dienstag, dem 19. Februar, 10.00-11.00 Uhr kann die Generation ab 50+ im Kurs Rückenfit, geleitet durch Rückenschullehrerin Ines Höhenleitner, die Gesundheit stärken und die Ressourcen für den Alltag erweitern. Gelenk- und rüchenschonende Körperhaltungen, rüchengerechte Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf beugen Bewegungsmangel und einseitige Belastung des (Berufs-)Alltags vor. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl.

Bridge ist ein geistreiches und geselliges Kartenspiel.

Ein Anfängerkurs startet am 19. Februar um 17.00 Uhr. Geleitet wird der Kurs durch den Vorsitzenden des Bridgeclubs Schwerin-Wismar, Manfred Siebels. Bridge ist ein Partnerspiel, das soziale Kontakte fördert.

Als Geistessport trainiert Bridge das Gehirn und das das Spiel ungeheuer spannend ist, macht es einfach riesigen Spaß.

Nähere Informationen erhalten Sie im KulturInformationsZentrum, Tel. 0385 59127-19/-20 oder unter www.vhs-schwerin.de .

Schriftliche Anmeldung zum Kurs bitte an:

Volkshochschule „Ehm Welk“, Puschkinstr. 13, 19055 Schwerin oder per E-Mail: info-vhs@schwerin.de oder unter www.vhs-schwerin.de