

VERANSTALTUNGEN IN HOPSTEN

Geschäftsstelle:

Gemeindeverwaltung Hopsten

- Volkshochschule -

Bunte Straße 35

48496 Hopsten

Telefon: 05458 9325-33

Fax: 05458 9325-93

Ansprechpartnerin: Hildegard Finke-Tebbenhoff

E-Mail: hildegard.finke-tebbenhoff@hopsten.de

Hinweise für die TeilnehmerInnen:

Anmeldungen werden in schriftlicher Form per beigefügter Anmeldekarte, E-Mail oder Fax entgegengenommen. Eine Bestätigung der Anmeldung erfolgt nicht. Bei Unter-/Überschreitung der Teilnehmerzahl für einen Kurs werden Sie benachrichtigt.

Abmeldungen siehe Teilnahmebedingungen.

Die angegebenen Gebühren werden den TeilnehmerInnen zum Kursbeginn in Rechnung gestellt.

Bei Kursen bis zu 2 Abenden oder bei Einzelveranstaltungen werden die Gebühren vom Kursleiter während der Veranstaltung erhoben.

Konten:

Konten der Gemeindekasse mit Bankleitzahlen (BLZ):

Postgirokonto Dortmund Konto 22262-462, BLZ 440 100 46

Kreissparkasse Steinfurt, Konto 80000128, BLZ 403 510 60

Zweigstelle Hopsten, Konto 400073700, BLZ 403 619 06

Volksbank Tecklenburger Land eG,

Zweigstelle Hopsten,

W34401 Konzert für Violoncello und Orgel

Erich Stoffers und Carsten Nagel, Beginn: Sonntag, 11. März 2012, 17.00 Uhr, St.-Georg-Kirche, Hopsten, Eintritt frei

Ausführende:

Carsten Nagel, Violoncello

Erich Stoffers, Orgel

Mit freundlicher Unterstützung der katholischen Kirchengemeinde.

W38201 Fitnessgymnastik nach Musik/Bodystyling I

Jutta Jasper, Beginn: Dienstag, 10. Januar 2012, 18.30-19.30 Uhr, Aula des Schulzentrums Hopsten, Gustav-Lampe-Straße 5, 11 Stunden, wöchentlich, 11 Veranstaltungen, Teilnehmergebühr: 36,70 EUR, bei Ermäßigung 25,70 EUR, Höchstteilnehmerzahl: 20

Bei einer Teilnehmerzahl von 7 - 9 erhöht sich die Gebühr auf 45,90 EUR, bei Ermäßigung auf 32,10 EUR.

Dieser Kurs ist für alle Frauen zwischen 20 und 60 Jahren gedacht, die Spaß daran haben, sich nach flotter Musik zu bewegen und dabei ihren Körper rundum zu trainieren.

Es werden Bauch, Beine, Rücken, Po und Arme zum Teil mit und ohne Hilfsmittel (Therabänder und Gewichte) auf Kraft und Ausdauer trainiert.

Dieser Kurs ist auch für ungeübte und übergewichtige Personen geeignet.

Bitte eine Isomatte oder Decke mitbringen.

W38202 Fitnessgymnastik nach Musik/Bodystyling II

Jutta Jasper, Beginn: Dienstag, 10. Januar 2012, 19.30-20.30 Uhr, Aula des Schulzentrums Hopsten, Gustav-Lampe-Straße 5, 9 Stunden, wöchentlich, 9 Veranstaltungen, Teilnehmergebühr: 30,10 EUR, bei Ermäßigung 21,10 EUR, Höchstteilnehmerzahl: 20

Bei einer Teilnehmerzahl von 7 - 9 erhöht sich die Gebühr auf 37,60 EUR, bei Ermäßigung auf 26,30 EUR.

Erläuterungen siehe Kurs Nr. W38201.

Bitte eine Isomatte oder Decke mitbringen.

W38210 Fitnessgymnastik für Frauen I

Tanja Ostholthoff, Beginn: Montag, 23. Januar 2012, 20.00-21.00 Uhr, Aula des Schulzentrums Hopsten, Gustav-Lampe-Straße 5, 10 Stunden, wöchentlich, 10 Veranstaltungen, Teilnehmergebühr: 33,40 EUR, bei Ermäßigung 23,50 EUR, Höchstteilnehmerzahl: 15

Bei einer Teilnehmerzahl von 7 - 9 erhöht sich die Gebühr auf 41,70 EUR, bei Ermäßigung auf 29,20 EUR.

Dieser Kurs ist für Frauen zwischen 20 bis 50 Jahren gedacht, die Spaß daran haben, sich zu flotter Musik zu bewegen, ihre Konditionen zu stärken und die Problemzonen zu trainieren.

Der Kurs besteht aus einem (Aufwärm-) Training nach Choreographien aus dem Aerobic-Bereich.

Des Weiteren beinhaltet der Kurs ein gezieltes Kraft- und Ausdauertraining für Beine, Bauch, Po und Arme, welches u. a. mit entsprechenden Geräten durchgeführt wird. Sowohl trainierte als auch untrainierte Frauen sind herzlich willkommen.

Mitzubringen sind eine Gymnastikmatte/Decke, ein Getränk sowie feste Sportschuhe.

W38211 Fitnessgymnastik für Frauen II

Tanja Ostholthoff, Beginn: Montag, 16. April 2012, 20.00-21.00 Uhr, Aula des Schulzentrums Hopsten, Gustav-Lampe-Straße 5, 10 Stunden, wöchentlich, 10 Veranstaltungen, Teilnehmergebühr: 33,40 EUR, bei Ermäßigung 23,50 EUR, Höchstteilnehmerzahl: 15

Bei einer Teilnehmerzahl von 7 - 9 erhöht sich die Gebühr auf 41,70 EUR, bei Ermäßigung auf 29,20 EUR.

Dieser Kurs ist für Frauen zwischen 20 bis 50 Jahren gedacht, die Spaß daran haben, sich zu flotter Musik zu bewegen, ihre Konditionen zu stärken und die Problemzonen zu trainieren.

Der Kurs besteht aus einem (Aufwärm-) Training nach Choreographien aus dem Aerobic-Bereich.

Des Weiteren beinhaltet der Kurs ein gezieltes Kraft- und Ausdauertraining für Beine, Bauch, Po und Arme, welches u. a. mit entsprechenden Geräten durchgeführt wird. Sowohl trainierte als auch untrainierte Frauen sind herzlich willkommen.

Mitzubringen sind eine Gymnastikmatte/Decke, ein Getränk sowie feste Sportschuhe.

W39801 Pralinen-Workshop I

Anne Von der Haar, Beginn: Montag, 13. Februar 2012, 18.00-21.45 Uhr, Küche des Schulzentrums Hopsten, Gustav-Lampe-Straße 5, 5 Unterrichtsstunden, 1 Veranstaltung, Teilnehmergebühr: 10,00 EUR, keine Ermäßigung, Höchstteilnehmerzahl: 10

Bei einer Teilnehmerzahl von 7 - 9 erhöht sich die Gebühr auf 12,50 EUR, keine Ermäßigung.

In diesem schokoladigen Workshop fertigen wir leckere Pralinen, wie „Eierlikör-Trüffel, Pfirsich-Lassi, Balsamico-Himbeer-Praline und noch viel mehr.....

Mit einfachen Handgriffen und einer Prise Geduld entstehen köstliche Frühlingspralinen - Vorsicht, Suchtgefahr!

Die Lebensmittelumlage beträgt pro Person 15 EUR.

Die Kosten für die Zutaten sind mit der Kursleiterin abzurechnen.

Bitte bringen Sie schöne Schachteln zum Verpacken der Köstlichkeiten mit.

Die Kursgebühr kann bei der Kursleiterin gezahlt werden.



W39801A Pralinen-Workshop II

Anne Von der Haar, Beginn: Montag, 26. März 2012, 18.00-21.45 Uhr, Küche des Schulzentrums Hopsten, Gustav-Lampe-Straße 5, 5 Unterrichtsstunden, 1 Veranstaltung, Teilnehmergebühr: 10,00 EUR, keine Ermäßigung, Höchstteilnehmerzahl: 10

Bei einer Teilnehmerzahl von 7 - 9 erhöht sich die Gebühr auf 12,50 EUR, keine Ermäßigung.

Erläuterungen siehe Kurs Nr. W39801 .

Die Lebensmittelumlage beträgt pro Person 15 EUR.

Die Kosten für die Zutaten sind mit der Kursleiterin abzurechnen.

Bitte bringen Sie schöne Schachteln zum Verpacken der Köstlichkeiten mit.

Die Kursgebühr kann bei der Kursleiterin gezahlt werden.

W39802 Schoko trifft pikant

Schokoladen-Kochkurs

Anne Von der Haar, Beginn: Dienstag, 24. April 2012, 18.00-21.45 Uhr, Küche des Schulzentrums Hopsten, Gustav-Lampe-Straße 5, 5 Unterrichtsstunden, 1 Veranstaltung, Teilnehmergebühr: 10,00 EUR, keine Ermäßigung, Höchstteilnehmerzahl: 10

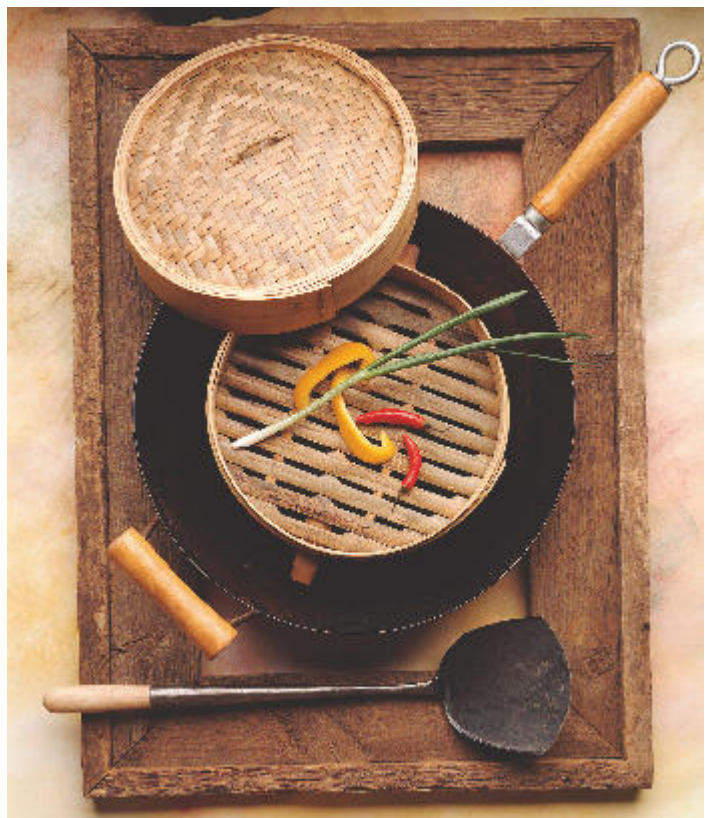
Bei einer Teilnehmerzahl von 7 - 9 erhöht sich die Gebühr auf 12,50 EUR, keine Ermäßigung.

Gemeinsam kochen wir ein 5-Gänge-Menue mit dem süßen Verführer in pikanten Gerichten. Sie erleben eine völlig neue Geschmacksvielfalt. Versuchen Sie „Gegrillten Lachs an Juliennegemüse mit weißer Schokoladenjus“ und Sie werden überzeugt sein - wir erleben den neuesten Trend der „haute cuisin“.

Bitte bringen Sie Restebehälter mit.

Die Kosten für die Zutaten sind mit der Kursleiterin abzurechnen.

Die Kursgebühr kann bei der Kursleiterin gezahlt werden.



W39803 Marmeladen-Werkstatt

Anne Von der Haar, Beginn: Montag, 11. Juni 2012, 18.00-21.00 Uhr, Küche des Schulzentrums Hopsten, Gustav-Lampe-Straße 5, 4 Unterrichtsstunden, 1 Veranstaltung, Teilnehmergebühr: 8,00 EUR, keine Ermäßigung, Höchstteilnehmerzahl: 10

Bei einer Teilnehmerzahl von 7 - 9 erhöht sich die Gebühr auf 10,00 EUR, keine Ermäßigung.

Süße und pikante Marmeladen sind Thema in diesem Kurs. Wir probieren leckere und kreative Aufstriche mit Produkten der Saison. Anschließend werden die Leckereien mit frisch gebackenem Brot und Parmesan verkostet.

Bitte bringen Sie ca. 8 bis 10 Marmeladengläser mit.

Die Kosten für die Zutaten sind mit der Kursleiterin abzurechnen.

Die Kursgebühr kann bei der Kursleiterin gezahlt werden.

W39804 Cocktails mixen

Dorothee Reisinger, Beginn: Mittwoch, 18. April 2012, 18.00-21.45 Uhr, Küche des Schulzentrums Hopsten, Gustav-Lampe-Straße 5, 5 Unterrichtsstunden, 1 Veranstaltung, Teilnehmergebühr: 10,00 EUR, keine Ermäßigung, nur für Teilnehmer über 18 Jahre, Höchstteilnehmerzahl: 14, letzter Termin für die schriftliche Abmeldung: 13.04.2012

In diesem Kurs werden überwiegend alkoholische, aber auch alkoholfreie Cocktails gemixt. Klassische und neuzeitliche Rezepturen mit entsprechenden Dekorationen werden hergestellt.

Die Teilnehmergebühr sowie die Zutaten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

W39810 Kochabend in gemütlicher Runde

Kurse auf Abruf für Gruppen und Vereine
(von 10 - 16 Personen)

Verena Kuhlmann, Themen und Termine nach Absprache, Küche des Schulzentrums Hopsten, Gustav-Lampe-Straße 5, 1 Veranstaltung, Teilnehmergebühr: 8,00 EUR, keine Ermäßigung, pro Teilnehmer bei 1 Veranstaltung (4 Unterrichtsstunden), Höchstteilnehmerzahl: 15

Bei einer Teilnehmerzahl unter 10 erhöht sich die Gebühr bei 4 Unterrichtsstunden auf 10,00 EUR, keine Ermäßigung.

Folgende Themen bietet Frau Kuhlmann an:

Ein Fest im Grünen - raffinierte Picknick-Ideen, Partysuppen mit selbstgebackenem Brot, auf die Füllung kommt es an - herzhaft und süße Füllungen, raffiniert umhüllt, Sommerküche - leckere Salate, kalte Suppen und leichte Snacks und vieles mehr.....

Aus diesem breiten Angebot können sich Gruppen und Vereine etwas Ansprechendes auswählen.

Themen und Termine nach Absprache mit der VHS bzw. Gemeinde Hopsten.

Bitte Vorratsdosen, Getränke, Geschirr- und Spültücher mitbringen.

Die Kosten für die Zutaten sind mit der Kursleiterin abzurechnen.

Die Kursgebühr kann bei der Kursleiterin gezahlt werden.

