



# **BEGEGNUNGSSTÄTTE AMTZELL**

**Programm 1. Halbjahr**

**März 2019 bis August 2019**

Sich online begegnen

## **Treten Sie der Begegnungsstätte-WhatsApp-Gruppe für gemeinsame Unternehmungen bei**

Begegnung findet heute immer häufiger auch im „virtuellen Raum“ statt. Verabredungen können getroffen werden oder Informationen ausgetauscht werden. Gerade WhatsApp-Gruppen erfreuen sich immer größerer Beliebtheit in allen Altersgruppen.

Die Begegnungsstätte möchte diese tolle Möglichkeit nutzen um Begegnung noch einfacher und unkomplizierter zu machen.

Jetzt gibt es eine Begegnungsstätte-WhatsApp-Gruppe für gemeinsame Unternehmungen.

Hier können Sie

- Veranstaltungen posten
- Sich spontan verabreden
- Gemeinsam zu einer Veranstaltung gehen
- Fahrgemeinschaften bilden
- Informationen rund um Amtzell & Co austauschen

Wie funktioniert es?

1. Schritt: Sie benötigen ein Smartphone mit dem Programm „WhatsApp“
2. Schritt **Schicken Sie uns eine SMS mit Ihrem Namen und Ihrer Handynummer an folgende Nummer: 0160/97965819**
3. Schritt: Wir fügen Sie der WhatsApp-Gruppe bei
4. Schritt: Sie tauschen sich mit Anderen aus

Die Gruppe wird von uns administriert, organisiert sich jedoch selbst. Das bedeutet: jeder kann posten und antworten – Hauptsache es geht um das Thema Unternehmungen und Begegnungen in Amtzell (und nicht um lustige Videos 😊).

Zum Beispiel:

Sie wollen zum Seenachtfest und niemand aus Ihrer Familie möchte mit? Ab jetzt kein Problem mehr. Sie posten in unserer Gruppe: „Wer hat Lust heute Abend zum Seenachtfest zu fahren?“ warten die Antworten ab und verabreden sich vielleicht vor dem Schloss zu einer gemeinsamen Unternehmung. Oder Sie haben selbst eine Veranstaltung geplant und möchten Sie in Amtzell publik machen – dann schreiben Sie beispielsweise: „Info. Heute Abend 20 Uhr Tanz in den Mai ...“

Melden Sie sich einfach an, probieren wir diesen unkomplizierten Weg der Begegnung gemeinsam aus!

Ihre Organisatorinnen



## **Kurs 01**

### **Schwangeren -Yoga und Geburtsvorbereitung**

Die Schwangerschaft bringt viele körperliche und emotionale Veränderungen mit sich. Durch bewusstes Atmen, gezielte Körperübungen und Entspannungstechniken können die werdenden Mütter sich ganzheitlich auf die Geburt und das „Neue Leben“ vorbereiten.

Yoga bringt Körper, Geist und Seele wieder in Einklang.

Bitte mitbringen: Stillkissen, rutschfeste Matte, Decke.

Wird im Rahmen der Geburtsvorbereitung von den Krankenkassen anerkannt.

Kursbeginn: immer montags  
18.00 – 19.30 Uhr  
Ort: Syrgensteinsaal, Schloss Amtzell  
Leitung: Annette Geyer ( Hebamme )  
Gebühr: 120,00 €  
Anmeldung: Annette Geyer Tel.:017622887275

## **Kurs 02**

### **Rückbildungskurs mit Yoga**

Zeit für sich haben...

Den Geist und Körper in der ersten Zeit nach der Geburt wieder vereinen.

Rückbildungsübungen stärken den Beckenboden, die Bauch- und Rückenmuskulatur.

Yoga hilft, sich zu sammeln, es verhilft zu innerlicher Ruhe, gibt Kraft, die erste Zeit des Umbruchs nach der Geburt Ihres Kindes zu meistern.

Mit der Rückbildung sollte, je nach Modus, 8-12 Wochen nach der Geburt begonnen werden. Auch bei späterem Einstieg macht ein Rückbildungskurs und dessen Übungen noch Sinn.



Die Kosten für einen Rückbildungskurs werden bis zu neun Monate nach der Entbindung von den Kassen teilweise übernommen.

Bitte Matte, bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

Termin: immer montags,  
19.45 – 21.00 Uhr  
Ort: Syrgensteinsaal Schloss Amtzell  
Leitung: Annette Geyer (Hebamme)  
Abende: 8 x  
Anmeldung: Annette Geyer Tel.:017622887275

### **Kurs 03**

## **Tischharfenkurs - Musizieren ohne Notenkenntnisse**

Tischharfe, ein Instrument, das keine Notenkenntnisse voraussetzt – sofort spielen Sie die gewünschte Melodie. Das Einzige, was zu lernen ist, sind die Notenwerte.

Aber das ist kein Problem, sondern im Gegenteil, es macht Spaß und wird von jedem spielend gemeistert.

Machen Sie mit!

Termin: dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr  
Ort: Begegnungsstätte, Schloss Amtzell  
Leitung: Egon Schöffel  
Gebühr: 20,00 € pro Monat  
Anmeldung: Egon Schöffel , Tel. 0179 1393948



## Offenes Jedermann-Singen im Schloss



Gemeinsames Singen macht gute Laune und sehr viel Spaß. Deshalb bieten wir ein offenes Singen für Jedermann an. An diesem Abend zählt einzig und allein Ihre Freude am Singen, egal wie musikalisch, wie jung oder alt Sie sind. Fühlen Sie sich angesprochen und trauen Sie sich, es ist nur Ihre Begeisterung am gemeinsamen Singen ausschlaggebend. In lockerer Atmosphäre treffen wir uns einmal im Monat und singen gemeinsam eine bunte Mischung aus bekannten deutschen Liedern und internationalen Hits von damals bis heute.

- Termine:** erster Montag im Monat, 19.30 Uhr  
**Ort:** Begegnungsstätte, Schloss Amtzell  
**Leitung:** Elli Müller-Deuschle  
**Organisation:** Anita Hermann-Ruess und Elli Ott  
**Gebühr:** 5,00 € je Abend, Getränke extra  
**Anmeldung:** [anita@hermann-ruess.de](mailto:anita@hermann-ruess.de) (Bitte nur kurze Mail dass Sie kommen, damit wir gut planen können)

# Multimedia-Vortrag

## Durch den Hinterhof von Uncle Donald T.

Mit dem Fahrrad in 3 Monaten durch die Länder Ecuador, Kolumbien, Mexiko, Belize, Guatemala, El Salvador, Honduras, Nicaragua, Costa Rica und Panama

Zu Beginn letzten Jahres unternahm Alfred Mähr mit seinen Begleitern Herbert Denzel und Hermann Kugel aus Vogt und Michael Müller aus Würzburg eine ganz besondere Radreise. Diese führte sie durch insgesamt 10 Länder Süd- und Mittelamerikas.

Pyramiden, Karibik- und Pazifikstrände, ausbrechende Vulkane und Bürgerkriege, Auge in Auge mit Krokodilen, Affen und Schlangen und auf Tuchfühlung mit Trucks, Bussen und Autos auf der Panamericana; auf den Nebenstraßen konfrontiert mit Schlaglöchern, tiefem Sand und Staub – all das erlebten sie eindrucksvoll. Temperaturen an der 50°C Marke bei über 90% Luftfeuchtigkeit erforderten physische und psychische Anpassungen. Glücklicherweise ohne größere Probleme und Zwischenfällen diese Reise erlebt zu haben und um viele „Erfahrungen“ reicher kehrten sie Ende April zurück.

Wir laden sie ein, in einem spannenden Live-Vortrag diese Reise mitzuerleben.

Termin: Mittwoch, 13.03.2019, 20.00 Uhr  
Ort: Altmannshausensaal, Schloss Amtzell  
Gebühr: 5,00 € Getränke extra  
Anmeldung: Elli Ott Tel. 07520 6968  
E-Mail: Elisabethott217@yahoo.de



## **Kurs 04 Feldenkrais**

Beweglicher Körper – wacher Geist

Menschen machen mit Feldenkrais erstaunliche Erfahrungen. Sie finden heraus was in Ihrem Körper steckt und entdecken ungeahnte Möglichkeiten. Die Methode wirkt positiv auf Körper, Geist und Seele, indem Sie den ganzen Menschen in Bewegung bringt.

Wo Sie Fortschritte erzielen können:

Verbesserung bei Bewegungseinschränkung, Schmerz,  
Verbesserung der Haltung im Liegen, Sitzen, Stehen, Gehen,  
Verbesserung der Atmung, Entdeckung des  
Selbstverständlichen,  
Verbesserung von Balance und Koordination,  
Verbesserung der Entspannungsfähigkeit,  
Abbau von Stress, Anleitung zur Selbsthilfe.  
Ausschöpfung des eigenen Potentials.



Keine Vorkenntnisse erforderlich – bitte Matte und bequeme Kleidung mitbringen

Kursbeginn: immer freitags 22.03. – 17.05.2019  
9.00 – 10.00 Uhr / außer Ferien / 6x  
Ort: Syrgensteinsaal, Schloss Amtzell  
Leitung: Karolin Otto, Feldenkrais Practitioner  
Gebühr: 59,00 €  
Anmeldung: Karolin Otto, Tel.: 0172-8952651

## **Kurs 05**

Kursbeginn: 07.06. – 26.07.2019, 9.00 – 10.00 Uhr / 6x  
Ort: Syrgensteinsaal, Schloss Amtzell  
Leitung: Karolin Otto, Feldenkrais Practitioner  
Gebühr: 59,00 €  
Anmeldung: Karolin Otto, Tel.: 0172-8952651



## Kreativer Nähtreff

Wer gerne aus Altem Neues zaubert und sich einfache Nähprojekte zutraut, kann montags kreativ sein.

Ufo´s d.h. unfertige Teile, Flickwäsche, Kissen, Deko jeglicher Art können wir gemeinsam nähen und uns gegenseitig inspirieren. Gegen eine Gebühr von 5 € könnt ihr auch gern auf meiner Overlockmaschine und Nähmaschine schöne Zierstiche und Nähte machen.

Übrigens könnte ich auch z.B. eure Kissen vorher besticken und ihr dann fertignähen oder ihr wollt ein T-Shirt bedrucken mit Plotterfolie...Ich habe vielseitige Möglichkeiten mit eurer Kreativität zu spielen!

Über eine Anmeldung würde ich mich freuen um besser vorbereitet zu sein.

Termin: montags 11.03.2019, 13.05.2019  
19.00 Uhr

Ort: Begegnungsstätte Schloss Amtzell

Leitung: Christine Schuler

Tel. 07520/923541 Handy 01627241519

E-Mail: [herzraum-cs@t-online.de](mailto:herzraum-cs@t-online.de)



## Kurs 06

# Offene GFK-Übungsgruppe

Die fortlaufende Übungsgruppe zur Gewaltfreien Kommunikation von Marshall Rosenberg ist ein Angebot für Menschen mit GFK-Grundlagenkenntnissen zum Üben und Vertiefen der inneren Haltung und der Umsetzung der vier Schritte im Alltag. In einem geschützten Rahmen werden anhand eigener Fallbeispiele u.a. empathisches Zuhören, aufrichtige Selbstmitteilung sowie schwierige Dialoge auf Augenhöhe erprobt und gegenseitige achtsame Unterstützung praktiziert. Geschichten zum „Remembering“, Rollenspiele (auch mit Wolfs- und Giraffenhandpuppen), Austausch + spielerische Elemente geben dem Abend einen guten Rahmen mit Leichtigkeit und Tiefe.

Newcomer mögen sich bitte vorab zum Schnuppern anmelden!

Termine: montags von 18:30 bis 20:30 Uhr  
18.03.2019, 08.04.2019, 20.05.2019,  
24.06.2019, 15.07.2019  
Weitere Termine auf Anfrage

Ort: Begegnungsstätte, Schloss Amtzell

Leitung: Christine Schmidt

Gebühr: 12,00 €/Abend

Anmeldung: Christine Schmidt, Tel.: 07528 – 9279348

Email: [c.schmidt@zwischen-menschliches.de](mailto:c.schmidt@zwischen-menschliches.de)

## Fit am Kind – Erste Hilfe

Ob Bach, Regentonne und selbst kleinste Gartenteiche oder Freibad. Wasser ist für Kinder faszinierend und zieht sie magisch an. Doch selbst das sicherste Gewässer hat für Kinder seine Tücken. Ertrinken stellt im Kindesalter die zweit-häufigste Todesursache dar. Kinder sollten deshalb in Wassernähe nicht unbeaufsichtigt spielen und selbst kleinste Teiche sollten gesichert sein. Helfen Sie ihrem Kind die Risiken zu verstehen und bringen Sie ihm möglichst früh das Schwimmen bei. Dies ist nur ein kleiner Ausschnitt aus dem Programm.

Natürlich hoffen wir sehr, dass Sie die Maßnahmen, die Sie bei uns erlernen werden, niemals anwenden müssen. Aber es ist ein gutes Gefühl zu wissen, dass man sie im Notfall beherrscht.

Unser Abendangebot richtet sich an Eltern, Geschwister, Großeltern, Au-pairs, Babysitter und all die, denen das Wohl unserer kleinen Entdecker am Herzen liegt.

Termin: 20.03.2019, 18.30 – 21.45 Uhr  
Ort: Syrgensteinsaal, Schloss Amtzell  
Gebühr: 20,00 €, maximal 16 Personen  
Leitung: Jörg Rusch Ausbildungsleiter  
Anmeldung: Helga Teichmann, Tel.: 07520/9198540  
E-Mail: [H-Teichmann@web.de](mailto:H-Teichmann@web.de)

**Anmeldeschluss 15.03.2019**



## Kurs 07

# Lebendige Kommunikation – ehrlich und einfühlsam

2-tägiger Einführungskurs in die Gewaltfreie Kommunikation von M.B. Rosenberg

Kennen Sie solche oder ähnliche Worte bzw. Gedanken?

„Mit dir kann man ja nicht reden.“

„Auf dich ist einfach kein Verlass.“

„Ich sollte nicht immer so egoistisch sein.“

Wünschen Sie sich, ...

... lieber wertschätzend miteinander umzugehen?

... Konflikte ohne die typischen Vorwürfe und Schuldzuweisungen zu regeln?

... in schwierigen Gesprächen wirklich gehört und ernst genommen zu werden?

... mit sich selbst achtsam umzugehen und gut für sich zu sorgen, ohne ein schlechtes Gewissen zu haben?

**„Worte können Mauern sein oder Fenster.“** M. Rosenberg

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) ist ein Weg aus innerer Haltung und bewusster Sprache

mit dem Ziel, so in Verbindung zum Gegenüber zu kommen, dass jede(r) wirklich gehört wird und ein gegenseitiges Verstehen möglich ist.

Damit das gelingen kann, braucht es erstens einen bewussten Ausstieg aus den trennenden und eskalierenden Kommunikationsmustern. Das gilt für Auseinandersetzungen mit anderen als auch für den eigenen inneren Dialog.

Und zweitens ist es notwendig, sich der eigenen Gefühle und Bedürfnisse bewusst zu werden sowie ein echtes Interesse an den Gefühlen und Bedürfnissen des jeweiligen Gegenübers zu haben.

Die Verbindungsqualität von Mensch zu Mensch, die dann entstehen kann, bewegt, berührt und motiviert.

Die bereichernden Effekte sind vielfältig: kreative Lösungen, die für alle passen entstehen, Bitten werden „sogar“ freiwillig erfüllt, Sie fühlen sich verstanden, Ärger verraucht, Sie spüren innere Zufriedenheit, Sie sind mitfühlend mit sich selbst u.v.a.m.

Kursinhalte:

Zielsetzung und Hintergründe der GFK

Die vier Schritte und wichtige Schlüsselunterscheidungen

Aufrichtige Selbstmitteilung

Die vier Wahlmöglichkeiten des Hörens

Empathisches Zuhören

Umgang mit Ärger

Dankbarkeit

Termin: Freitag, 29.03.2019, 14.00 – 21.00 Uhr und  
Samstag, 30.03.2019 von 9:00 bis 17:30 Uhr

Ort: Begegnungsstätte Schloss Amtzell

Leitung: Christine Schmidt

Gebühr: 185.00 € inkl. MwSt.

10% Frühbucherrabatt bei Anmeldung für  
Paare und Familien!

Teilnehmerzahl: 6 – max. 10 Personen

Anmeldung: Christine Schmidt, Tel.: 07528 – 9279348

E-Mail: [c.schmidt@zwischen-menschliches.de](mailto:c.schmidt@zwischen-menschliches.de)

## ! Lust auf einen Spieleabend !

Wer kennt es nicht.....

man hat Lust auf einen gemütlichen Spieleabend doch niemand hat Zeit oder es sind keine interessanten Spiele da? Dann sind sie bei uns richtig!! Gemeinsam wollen wir diesem Abend neben den bekannten Klassikern auch neue Spiele ausprobieren und kennenlernen.



Wir bieten einen Gesellschaftsspieleabend an und suchen interessierte Erwachsene und Jugendliche für regelmäßige Spieleabende.

Termin: 27.03.2019, ab 19,00 Uhr  
Ort Bücherei Amtzell  
Anmeldung: Geli Brosig, 07520/6988  
E-Mail: geli.brosig@gmail.com

## Kurs 08 BodyBalance mit Yoga am Vormittag

Yoga in Achtsamkeit ist Meditation in Bewegung, durch welches sowohl die körperliche als auch die innere Haltung gestärkt wird. Im Rhythmus des Atems ausgeführte Körperübungen und die statischen Körperhaltungen (Asanas) dienen dazu, sowohl die Achtsamkeit zu schulen, den eigenen Körper zu erfahren, als auch dazu, Spannungen zu lösen und den Körper zu kräftigen.



Wir gehen auf Entdeckungsreise durch den Körper, bewegen ihn, formen ihn und halten ihn. Der Körper wird zum Erfahrungsraum und führt uns in die Gegenwart. Es entsteht ein Zustand, in dem

wir uns selbst gut fühlen, in dem wir uns zentrieren, klar und kraftvoll, ruhig und leicht fühlen.

Bitte Matte, bequeme Kleidung und Socken mitbringen

Kursbeginn: immer dienstags, ab 02.04.2019  
8.30 - 10.00 Uhr, 10 Vormittage  
Ort: Syrgensteinsaal, Schloss Amtzell  
Leitung: Anette Nitsche, Yogalehrerin  
Gebühr: 85,00 €  
Anmeldung: Geli Brosig Tel 07520-6988  
E-Mail: [geli.brosig@gmail.com](mailto:geli.brosig@gmail.com)

## **Kurs 09**

### **Bodybalance mit Pilates - am Vormittag**

Pilates ist ein Übungskonzept, das auf dem Gleichgewicht von Körper und Geist basiert. Die Sinne für Wahrnehmung und Koordination werden geschult, die wichtigsten Haltungsmuskeln werden gestärkt. Das Pilates Programm zielt auf Stärkung (Core Stability) ab. Die gute Funktion der tiefliegenden, spinalen Muskulatur ist entscheidend für die Bewegungssteuerung und Stabilität der Wirbelsäule und damit eine der Grundlagen für eine gesunde, aufrechte Körperhaltung. Die Bewegung wird fließend ausgeführt, mit der Atmung koordiniert. Dadurch wird der Körper kräftiger, flexibler und ausdauernder.

Bitte Matte, bequeme Kleidung und Socken mitbringen

Kursbeginn: immer dienstags, ab 02.04.2019  
10.00 – 11.30 Uhr, 10 Vormittage  
Ort: Syrgensteinsaal, Schloss Amtzell  
Leitung: Anette Nitsche, Yogalehrerin  
Gebühr: 85,00 €  
Anmeldung: Geli Brosig Tel 07520-6988  
E-Mail: [geli.brosig@gmail.com](mailto:geli.brosig@gmail.com)

## **Kurs 10**

### **Bodybalance mit Pilates**

Kursbeginn: immer dienstags, ab 02.04.2019  
17.45 - 19.15 Uhr, 10 Abende  
Ort: Syrgensteinsaal, Schloss Amtzell  
Leitung: Anette Nitsche, Yogalehrerin  
Gebühr: 85,00 €  
Anmeldung: Geli Brosig Tel 07520-6988  
E-Mail: [geli.brosig@gmail.com](mailto:geli.brosig@gmail.com)

## **Kurs 11**

### **BodyBalance mit Yoga**

Kursbeginn: immer dienstags, ab 02.04.2019  
19.30-21.00 Uhr, 10 Abende  
Ort: Syrgensteinsaal, Schloss Amtzell  
Leitung: Anette Nitsche, Yogalehrerin  
Gebühr: 85,00 €  
Anmeldung: Geli Brosig Tel.: 07520-6988  
E-Mail: [geli.brosig@web.de](mailto:geli.brosig@web.de),

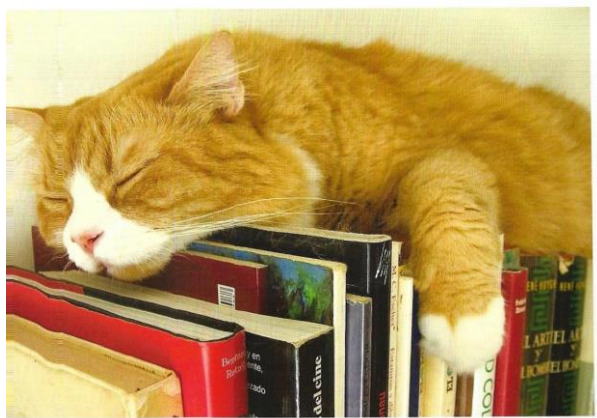




## Literaturfrühstück - Glück besteht aus Buchstaben!

Und aus diesem Grund stellt Ihnen Andrea Warthemann von der Buchhandlung Osiander in Wangen wieder neue Romane vor. Lassen Sie sich überraschen: es sind romantische, spannende, humorvolle und nachdenkliche Bücher dabei! Um das Glück vollkommen zu machen, gibt es ein liebevoll zubereitetes Frühstücksbüffet und natürlich die Möglichkeit, in die Bücher hinein zu schmökern und sich über Lieblingsbücher auszutauschen!

Termin: 03.04.2019, 9.00 Uhr  
Ort: Bücherei Amtzell  
Leitung: Andrea Warthemann  
Gebühr: 8,00 €  
Anmeldung: Geli Brosig, 07520/6988  
E-Mail: geli.brosig@gmail.com



## **GFK-Vertiefungstag „Auf Augenhöhe bleiben“**

Im Mittelpunkt der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) steht die wertschätzende und aufrichtige Verbindung zum Gegenüber. Das gelingt, wenn wir miteinander auf Augenhöhe sind – gleichwertig, von Mensch zu Mensch.

Doch schnell passiert es, dass wir uns klein machen oder uns über den Anderen stellen.

Sie haben das eine oder andere bestimmt schon mal erlebt. In manchen Situationen fühlen Sie sich Ihrem Gegenüber unterlegen, fühlen sich klein und hilflos.

Und in anderen Situationen empfinden Sie eine innere Überlegenheit, sehen auf den Anderen herab.

Auch wenn das zweite Erleben vordergründig „angenehmer“ erscheint, haben beide Haltungen negative Auswirkungen auf die Beziehungsqualität. Ein wertschätzendes und respektvolles Miteinander ist kaum mehr möglich.

In diesem Vertiefungsworkshop erfahren und erproben Sie, welche Denkmuster und innere Haltung es braucht, damit Sie wieder auf Augenhöhe kommen und bleiben können.

Gestaltet wird das Seminar ganz abwechslungsreich mit einem Mix aus kurzem Input, vielen Übungen, kleinen Rollenspielen und spielerischen Experimenten.

Voraussetzung: GFK-Grundlagenkenntnisse!

Termin:	Samstag, 11. Mai 2019 von 9:30 bis 17:30 Uhr
Ort:	Begegnungsstätte, Schloss Amtzell
Leitung:	Christine Schmidt
Gebühr:	85,00€ inkl. MwSt.
Info und Anmeldung:	Christine Schmidt - Tel.: 07528 – 9279348
Email:	<a href="mailto:c.schmidt@zwischen-menschliches.de">c.schmidt@zwischen-menschliches.de</a>

## Offener Rad-Treff

Wer unsere schöne Heimat mit dem Fahrrad entdecken will, ist bei uns herzlich willkommen.

Wir treffen uns am Alten Schloss und fahren über Waldwege, landwirtschaftliche Fahrwege sowie über Radwege durch unsere schöne Landschaft.

Pack dein verkehrssicheres Fahrrad und Fahrradhelm und los kann es gehen zur ca. 30 bis 40 km Runde.

Termin: immer mittwochs ab 08.05.2019

Uhrzeit: 17.00 Uhr

Treffpunkt: Schloss Amtzell

Information: Geli Brosig, 07520/6988



## Kurs 12

### Fotoworkshop für Einsteiger/Wiedereinsteiger, Teil I

Ihr habt keine Lust das Handbuch zu wälzen, sondern Eure Kamera mit dem Prinzip "Learning by doing" - also Gelerntes sofort umsetzen - besser kennenlernen? Dann seid Ihr hier richtig, denn nicht nur praktische Übungen, sondern auch ein direktes Feedback und Antworten auf die Fragen, die Ihr zu Eurer Spiegelreflexkamera, Eurer Systemkamera oder Eurer guten Kompaktkamera habt, gibt es auch gleich noch dazu.



Die Themen bei diesem Fotoworkshop:

Der gekonnte Einsatz von anfangs gefürchteten Begriffen wie Blende, Brennweite & Perspektive, ISO und viele weitere Themen wie Megapixel, Zoom, Sensor, ..... Zeit für unterschiedliche Praxisübungen, Zeit für Fragen.

#### INKLUSIVE:

Kaffee, Tee, Mineralwasser, Säfte, kleine Knabbereien, Papier und Stift für Notizen

Jeder Teilnehmer erhält eine Teilnehmerurkunde und eine umfangreiche, handgefertigte Übungsbroschüre.

Termin: **04.05.2019**, ab 13:30 Uhr, ca. 5 Stunden

Ort: Im Fotostudio in Vogt und/oder draußen

Treffpunkt: Altes Schloss Amtzell

Wir bilden Fahrgemeinschaften, Abfahrt 13.15 Uhr

Leitung: Ramona Peglow, Fotostudio photo corona Vogt

Gebühr: 119,00 €

Anmeldung: Sonja Schneider-Rupp, Tel.: 07520 924871

[sonja.schneider-rupp@bit-care.de](mailto:sonja.schneider-rupp@bit-care.de)

## Kurs 13

### Fotoworkshop für Einsteiger/Wiedereinsteiger, Teil II

Kurze Wiederholung und Vertiefung des ersten Teils. Weitere Themen: Monitoreinstellungen, JPG & RAW, schnell richtige Farben erhalten, kreativer, vielfältiger Umgang mit Belichtungszeiten, schwierige Motive auf Anhieb richtig korrigieren, Eigenschaften von Licht, Zeit für Fragen. Dieser Workshop beinhaltet etwas mehr Theorie und demonstrierte Praxis, aber natürlich nicht nur. Sie fotografieren bzw. bedienen Ihre eigene Kamera.

#### INKLUSIVE:

Kaffee, Tee, Mineralwasser, Säfte, kleine Knabbereien, Papier und Stift für Notizen

Jeder Teilnehmer erhält eine Teilnehmerurkunde und eine umfangreiche, handgefertigte Übungsbroschüre.

Termin: **01.06.2019**, ab 13:30 Uhr, ca. 5 Stunden  
"on location"

Ort: Im Fotostudio in Vogt und/oder draußen

Treffpunkt: Altes Schloss Amtzell

Wir bilden Fahrgemeinschaften, Abfahrt 13.15 Uhr

Leitung: Ramona Peglow, Fotostudio photo corona Vogt

Gebühr: 119,00 €

Anmeldung: Sonja Schneider-Rupp, Tel.: 07520 924871

[sonja.schneider-rupp@bit-care.de](mailto:sonja.schneider-rupp@bit-care.de)

#### Ziel der beiden Kurse

Grundlagen der Fotografie schnell und einfach anwenden zu können. Die Kamera verstehen, ihre Tücken beherrschen und technisch gute Fotos machen zu können.

#### KOMBIBUCHUNG

Bei zeitgleicher Buchung beider Kurse (Einsteiger Teil I + II) kostet der Teil II nur **99,00€**

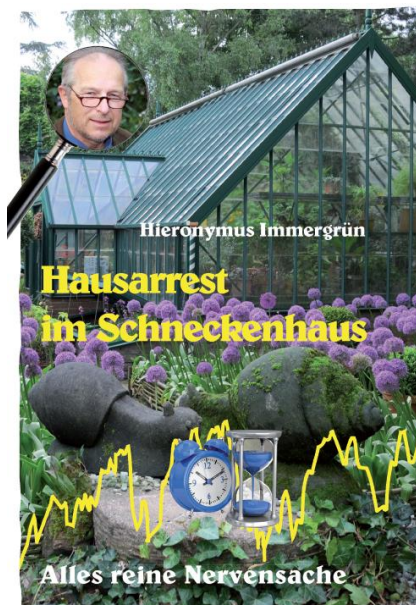
## Buchvorstellung

### Hausarrest im Schneckenhaus – Alles reine Nervensache

Der Autor Hieronymus Immergrün (Joachim Fleischer) präsentiert darin eine Sammlung von Erlebtem und Gehörtem, Bekanntem und Ungewöhnlichem. Kleine Alltagsgeschichten eingebettet in die politische Großwetterlage der Zeit. Es entstehen so oft überraschende Wendungen. Der Blickwinkel mit persönlichen Aspekten ist immer subjektiv.

Wir freuen uns sie auf einen unterhaltsamen Abend einladen zu können.

Termin: 22.05.2019, 19.30 Uhr  
Ort: Syrgensteinsaal, Schloss Amtzell  
Gebühr: 5,00€  
Anmeldung: Helga Teichmann, Tel.: 07520/9198540  
E-Mail: [H-Teichmann@web.de](mailto:H-Teichmann@web.de)  
Anmeldeschluss 15.05.2019



## **Vorschau Herbst 2019**

Besuch des Hopfengutes Nr. 20 mit Schaubrauerei und Verkostung in Tettwang am 13.09. oder 20.09.2019

### **Anmeldebedingungen:**

#### **Anmeldeschluss ist jeweils 3 Tage vor Kursbeginn.**

Melden Sie sich immer bei der jeweiligen Organisatorin an, Name, Telefonnummer und E-Mail-Adresse stehen jeweils im Text der Veranstaltung.

**Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich.** Sie ist gültig und verbindlich mit Eingangs-„Reihenfolge“ der Überweisung (außer bei Vorträgen und Veranstaltungen unter 10,00 €).

**Sollte die Veranstaltung nicht stattfinden, wird der überwiesene Betrag zurückerstattet.**

### **BITTE BEACHTEN SIE DIE FORTLAUFENDEN KURSE:**

Nach vorheriger Absprache ist ein Quereinstieg oder Schnupperabend (Gebühr 5,00 €) möglich.

Die Veranstaltungen, Kurse oder Vorträge sind sowohl für Frauen als auch Männer, wenn nicht ausdrücklich darauf hingewiesen wird.

Weitere Informationen und das Programm als pdf-Download finden Sie auch im Internet unter: <http://www.begegnungsstaette-amtzell.de>

Die Bankverbindung der Begegnungsstätte Amtzell:

IBAN: DE90 6505 0110 0000 2285 45

Bank: KSK Ravensburg

Kontoinh.: Angelika Brosig

## Die Organisatorinnen



**Geli Brosig**  
07520/6988  
geli.brosig@gmail.com



**Helga Teichmann**  
07520/9198540  
h-teichmann@web.de





**Elli Ott**  
07520/6968  
Elisabethott217@yahoo.de



**Albana Heidel**  
07520/6521  
[albana.heidel@web.de](mailto:albana.heidel@web.de)



**Sonja Schneider-Rupp**  
07520/924871  
Sonja.schneider-rupp@bit-care.de



**Anja Klein**  
07520/923610  
anja.klein@boden-und-grundwasser.de



**Sandra Gambach**  
07520/967989  
willi-gambach@mailbox.org



**Anita Hermann-Ruess**  
0160/97965819  
anita@hermann-ruess.de