



1. Semester  
**2025**



skwws.de

Die Sparkassen-Apps sind Testsieger bei „Finanztest“ von Stiftung Warentest. Nutzen auch Sie Deutschlands bestbewertete Banking-App.



 Sparkasse  
Westerwald-Sieg

# Inhaltsverzeichnis

	<b>Informationen / Kursgebühren</b>	<b>4</b>
<b>1.</b>	<b>Gesellschaft und Umwelt</b>	<b>6</b>
<b>2.</b>	<b>Malerei und Gestaltung</b>	<b>7</b>
	Gestalten in Ton, Fotografie, Handarbeit	
<b>3.</b>	<b>Ernährung</b>	<b>8</b>
<b>4.</b>	<b>Bewegung</b>	<b>10</b>
<b>5.</b>	<b>Lebensordnung/Entspannung</b>	<b>16</b>
<b>6.</b>	<b>Sprachen</b>	<b>20</b>
	Englisch, Französisch, Spanisch	
<b>7.</b>	<b>EDV und IT</b>	<b>-</b>
<b>8.</b>	<b>Beruf</b>	<b>-</b>
<b>9.</b>	<b>Besondere Kurse</b>	<b>24</b>

**Dozenten / Hinweise** **26**

**Kreisvolkshochschule** **28**

**Schul- und Sportzentrum** **30**

Neue Kurse sind mit **NEU** gekennzeichnet.

# Vorstand der VHS

## Bad Marienberg e.V. in der Verbandsgemeinde Bad Marienberg

<b>1. Vorsitzender</b>	Andreas Heidrich, 56470 Bad Marienberg Tel. 02661 6268 0
<b>2. Vorsitzender</b>	Stephan Keßler, 56472 Hof Tel. 02661 6268 350
<b>Geschäftsführer</b>	Gerd Schell, 56470 Bad Marienberg Tel. 02661 63454 oder beruflich 02661 6268312
<b>Geschäftsstelle</b>	56470 Bad Marienberg, Kirburger Straße 4 Tel. 02661 63454 · Fax 02661 6268 201 info@vhs-bad-marienberg.de www.vhs-bad-marienberg.de
<b>Schriftführerin</b>	Dorothee Wenzelmann, 57648 Unnau Tel. 02661 910222
<b>Schatzmeisterin</b>	Kristina Willwacher, 56472 Hof Tel. 02661 981555
<b>Bankkonten</b>	Nassauische Sparkasse IBAN DE65 5105 0015 0920 0018 07 BIC NASSDE55XXX  Sparkasse Westerwald-Sieg IBAN DE49 5735 1030 0042 003301 BIC MALADE51AKI

**Änderungen** des Programms vorbehalten.

**Auflage:** 2.500

**Anfragen** werden erbeten an den Geschäftsführer.

**Sonderveranstaltungen** werden durch Presse, Plakate, Einladungen etc. besonders angekündigt.

**Gebühren sind bei Kursbeginn zu entrichten.** Über die Zahlung der Gebühr stellen die Kursleiter auf Wunsch eine Quittung aus, die gleichzeitig als Teilnahmeausweis gilt. Bei nicht rechtzeitiger Abmeldung sind die Sachkosten (z.B. bei Kochkursen für bereits eingekaufte Lebensmittel) der VHS zu erstatten.

**Mitgliedschaft** in der Volkshochschule bringt Vorteile bei der Zahlung von Kursgebühren. Der Mitgliederbeitrag beträgt jährlich für Einzelpersonen 6,00 € und für Ehepaare 10,50 €.

**Ermäßigungen** von 10 % erhalten die Mitglieder der VHS Bad Marienberg bei allen Kursen; jedoch höchstens bis zu einem Betrag von 10,00 €. In Einzelfällen kann mit dem Geschäftsführer eine besondere Vereinbarung z.B. über Ratenzahlung, Geschwister- und Familienermäßigungen getroffen werden.

**Bescheinigungen** über die Teilnahme können bei regelmäßiger Mitarbeit am Ende eines Kurses ausgestellt werden.

**Spenden** werden auf eines der o.g. Konten erbeten. Auf Wunsch werden Spendenbescheinigungen für steuerliche Zwecke ausgestellt.

### Haftung:

Für Unfälle während einer Veranstaltung oder auf dem Weg zum oder vom Veranstaltungsort sowie für den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen aller Art übernimmt die Volkshochschule Bad Marienberg e.V. keinerlei Haftung.

# Wichtig!

Die angegebenen Daten und Zeiten gelten als Anmeldetermin und gleichzeitig als Kurstermin.

### Die Gebühren werden in BAR beim Dozenten bezahlt!

**10,00 €** müssen generell bei jedem Kurs am **ersten Abend** gezahlt werden! Die restliche Gebühr ist am 2. Abend fällig. Kostenlose „Schnupperabende“ sind leider nicht möglich!

### Bei 1-tägigen Veranstaltungen ist die volle Kursgebühr bei Kursbeginn fällig!

## Kursgebühr

### 1 Stunde zu 45 Minuten

3,80	€	je Stunde	bei	6-7 Teilnehmer
2,60	€	je Stunde	bei	8-9 Teilnehmer
2,10	€	je Stunde	bei	10-11 Teilnehmer
1,90	€	je Stunde	ab	12 Teilnehmern

### 1 Zeitstunde zu 60 Minuten

5,00	€	je Zeitstunde	bei	6-7 Teilnehmer
3,50	€	je Zeitstunde	bei	8-9 Teilnehmer
2,80	€	je Zeitstunde	bei	10-11 Teilnehmer
2,50	€	je Zeitstunde	ab	12 Teilnehmern

### 1 Doppelstunde zu 90 Minuten

7,60	€	je Doppelstd.	bei	6-7 Teilnehmer
5,20	€	je Doppelstd.	bei	8-9 Teilnehmer
4,20	€	je Doppelstd.	bei	10-11 Teilnehmer
3,80	€	je Doppelstd.	ab	12 Teilnehmern

### Rechenbeispiel:

Kurs mit 10 Teilnehmern für 8 Stunden zu 45 Minuten:  
2,10 € mal 8 = 16,80 € je Teilnehmer.

### Fördermöglichkeit für Teilnehmer/innen mit niedrigen Familieneinkünften

Die Kreis-Volkshochschule WW hat mit Unterstützung der Sparkasse Westerwald-Sieg einen Fond eingerichtet, aus dem ein Zuschuss (bis 80 % je nach Einkommen) für Kursgebühr, Lernmittel und Prüfungsgebühren für alle Kurse (außer Studienfahrten/-reisen) gewährt werden kann. Grundlage für die Förderung ist das Familieneinkommen (einschl. evt. Transferleistungen, außer Wohngeld). Bei erwachsenen Kindern bleibt das Einkommen der Eltern unberücksichtigt. Bei alleinerziehenden Müttern und Vätern wird das Kindergeld nicht mitgerechnet. Es gilt folgende Einkommensstaffelung (brutto):

### Familieneinkommen:

1 Erw.	2 Erw.	1. Kind	2 Kinder	3 Kinder	Ermäßigung
800 €	1.100 €	1.300 €	1.500 €	1.700 €	80%
900 €	1.200 €	1.400 €	1.600 €	1.800 €	60%
1.000 €	1.300 €	1.500 €	1.700 €	1.900 €	40%
1.100 €	1.400 €	1.600 €	1.800 €	2.000 €	20%

Wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an die Geschäftsstelle.

# 1. Gesellschaft und Umwelt

## Gesellschaft

1.01

### Klimafreundliches Kochen: Saisonale Frühlingsküche - gesund, lecker, nachhaltig NEU

In der Verbandsgemeinde Bad Marienberg lädt das Klimaschutzmanagement gemeinsam mit der Volkshochschule von Bad Marienberg zu einem besonderen Kochkurs ein: „Klimafreundliches Kochen: Saisonale Frühlingsküche - gesund, lecker, nachhaltig“. In diesem Kurs entdecken die Teilnehmenden, wie sie mit saisonalen und regionalen Zutaten aus der Frühlingsküche, wie zum Beispiel mit Bärlauch, Rhabarber und Winterlagergemüse, schmackhafte Gerichte zaubern können. Neben dem Kochen wird auch das Thema der Reduktion von Lebensmittelverschwendung thematisiert, um bewusster mit Ressourcen umzugehen. Der Kurs richtet sich an alle Altersgruppen mit und ohne Kochkenntnisse, die sich für nachhaltige Ernährung und den Klimaschutz interessieren. Kommen Sie vorbei und entdecken Sie, wie einfach und inspirierend es ist, klimafreundlich und genussvoll zu kochen!

Termin: Mittwoch, 07.05.2025, 18.00 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Küche in Gebäude 8, Bad Marienberg  
1 x 180 Minuten

Stella Zöllig, Christoph Brabender, Patrick George · Telefon 02661 6268303  
stella.zoellig@bad-marienberg.de · Anmeldung erforderlich.

Pro Person wird ein Unkostenbeitrag von 5 € erhoben. Mitzubringen sind ein scharfes Messer und ein Küchbrett.

1.02

### Auf ins Traumland Masuren - Naturparadies im Nordosten Polen (in Planung) – NABU-Experte Rüdiger Wohlers NEU

Wir planen einen Vortrag durch den NABU-Experten Rüdiger Wohlers, der uns dieses Land mit einer der größten Dichten der Artenvielfalt vorstellt und dabei auch in die Geschichte eintaucht. Sobald wir die Planungen abgeschlossen haben, veröffentlichen wir nähere Informationen zum Vortrag und die Kontaktdaten für die Anmeldung. Geplanter Termin: Samstag, 22.03.2025



**MÄNNERMOMDE**  
vom führenden Herrenaustatter der Region:  
Marken - Männermode  
auf über 1.200 qm!  
**Theis**  
56472 Hof - Tel. 0 26 61 / 57 52 - www.theis-herrenmode.de

# 2. Malerei und Gestaltung

## Gestalten in Ton

2.01

### Töpfern - Kreatives Arbeiten mit Ton

Der Kurs eignet sich für Anfänger sowie Fortgeschrittene. Er vermittelt die handwerklichen, technischen und gestalterischen Grundlagen für keramische Arbeiten, Kenntnisse über das Material Ton, Ausdrücken von Hohlformen, Aufbau mit Tonwülsten, mit Platten, sowie die Herstellung der Glasuren und Engoben. Ziel ist es, die Freude am Werkstoff Ton zu fördern und eigene Ideen umzusetzen.

Termin: Mittwoch, 26.02.2025, 19.00 Uhr  
Ort/Raum: Evangelisches Gymnasium, Bad Marienberg, Werkraum  
10 x 120 Minuten

Edith Kirchhöfer · Telefon 0176 63856376 (18.00 bis 22.00 Uhr)  
edith.kirchhoefer@gmx.de · Anmeldung erforderlich.

Zusätzliche Kosten fallen für den Ton sowie die Glasuren an. Eine Materialliste erhalten Sie bei der Anmeldung. Ton und Glasuren werden nach Absprache von der Kursleiterin beschafft.

## Malerei

2.02

### Malkurs – Acryl oder Aquarell

Sie möchten gerne ein eigenes Bild malen? In diesem Kurs haben Sie hierzu unkompliziert die Möglichkeit: Acryl oder Aquarell, kombiniert mit modernen Techniken. Der Kurs ist für Anfänger sowie für Fortgeschrittene geeignet.

Termin: Montag, 24.02.2025, 19.00 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus 5.04, Bad Marienberg  
10 x 120 Minuten

Edith Kirchhöfer · Telefon 0176-63856376 (18.00 bis 22.00 Uhr)  
edith.kirchhoefer@gmx.de · Anmeldung erforderlich.

Bitte mitbringen: Acryl- oder Aquarellfarben, Pinsel, weichen Bleistift, Unterlage für den Tisch, Papier oder Keilrahmen sowie zwei Wasserbehälter.

## 3. Ernährung

### Kochen

#### 3.01 Leckerer aus der ayurvedischen Küche

Ayurvedisches Essen erfreut Herz und Sinne, stärkt Körper und Geist, gibt Energie, Frische und Ausgeglichenheit. Das Essen duftet angenehm, regt den Appetit an und enthält alle sechs Geschmacksrichtungen. Es ist ausgewogen, vegetarisch und in jeder Hinsicht vollwertig. Durch die Art der Zubereitung und die Speisekombination ist es besonders bekömmlich und leicht verdaulich.

Termin: Samstag, 22.02.2025, 16.30 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Küche in Gebäude 8, Bad Marienberg  
1 x 210 Minuten

Ruth Burbach · Telefon 0173 6230550 · shivayah@aol.com  
Anmeldung erforderlich.

#### 3.02 Osterbrunch – gemeinsam am Tisch

NEU

Wir genießen die köstlichen vegetarischen Osterrezepte mit der Familie oder mit Freunden. Entdecke die schönsten Ideen für deinen Osterbrunch. So wird Ostern besonders lecker!

Termin: Samstag, 29.03.2025, 16.30 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Küche in Gebäude 8, Bad Marienberg  
1 x 210 Minuten

Ruth Burbach · Telefon 0173 6230550 · shivayah@aol.com  
Anmeldung erforderlich.

#### 3.03 Mit leichter Frühlingsküche die Sinne wecken

NEU

Mit dem Frühling kommt wieder der Appetit auf leichte, gesunde und frische Gerichte. Wir kochen mit Leichtigkeit und Raffinesse ein leckeres vegetarisches Menü. Mit frischem Gemüse, Obst und Kräutern der Saison feiern wir den Frühling und zaubern schnelle Frühlingsgerichte auf den Tisch.

Termin: Samstag, 17.05.2025, 16.30 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Küche in Gebäude 8, Bad Marienberg  
1 x 210 Minuten

Ruth Burbach · Telefon 0173 6230550 · shivayah@aol.com  
Anmeldung erforderlich.

Bringen Sie für die Kochkurse bitte ein Getränk, gute Laune, evtl. ein eigenes Messer und Dosen für Reste mit.

## 3. Ernährung

#### 3.04 Geheimnisvoller Orient - Köstlichkeiten aus 1001 Nacht

Die betörenden Düfte der geheimnisvollen Gewürze entführen dich in die kulinarische Welt des Orients. Wir starten die Reise ins Morgenland und genießen die Geheimnisse einer fremden Welt. Der Kochkurs ist komplett vegetarisch.

NEU

Termin: Samstag, 28.06.2025, 16.30 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Küche in Gebäude 8, Bad Marienberg  
1 x 210 Minuten

Ruth Burbach · Telefon 0173 6230550 · shivayah@aol.com  
Anmeldung erforderlich.



**Bunte Vielfalt**

**BEST PARTNER ENNERS**  
ZEIT FÜR EINEN GUTEN SCHUH

**BAD MARIENBERG | BISMARCKSTRASSE 21A  
HACHENBURG | SAYNSTRASSE 45  
TELEFONNUMMER 02661 - 5380 | WWW.ENNERS.DE**



## KNEIPP-ELEMENT

# Bewegung

Sie baut Stress ab, beugt Krankheiten vor und kann diese sogar heilen. Die Rede ist von der Bewegung: Wer sich regelmäßig sportlich ertüchtigt, tut nicht nur seinem Körper etwas Gutes – auch der Geist wird nachhaltig entspannt.

Bereits Sebastian Kneipp wusste um den Wert der „vernünftigen Anstrengung“ und deren positive Auswirkungen auf den gesamten Organismus. Dabei immer im Mittelpunkt: ein gesundes Maß, das statt Perfektion und Selbstoptimierung vielmehr dein persönliches Wohlbefinden in den Fokus rückt.

## 4. Bewegung

### Änderungen und Informationen zur Bezuschussung von Gesundheitskursen

Aufgrund der geänderten Rahmenbedingungen der Gesetzlichen Krankenkassen (GKV) hat sich die Bezuschussung von Gesundheitskursen geändert. Die bundesweiten Richtlinien der Krankenkassen beinhalten eine Vielzahl von Kriterien, so dass nur ein Teil der Kurse bezuschussungsfähig ist. Pro Versichertem und Kalenderjahr werden max. 2 Kurse bezuschusst, wenn Sie als Teilnehmer/in mind. zu 80% anwesend waren. Die meisten Krankenkassen sind der Zentralen Prüfstelle Prävention angeschlossen und erkennen nur Kurse an, die in der Datenbank der Prüfstelle aufgeführt sind. Das Anerkennungsverfahren liegen klar definierte Kriterien an Kursleiterqualifikation und Kurskonzept vor, zum Beispiel:

- Gruppengröße max. 15 Personen
- nur Einsteiger- und Wiederholungskurse (nicht Fortgeschrittenen-Kurse oder Dauerangebote)
- Kursdauer mind. 8 bis max. 12 Termine, max. 1080 Minuten
- Die Qualifikation Übungsleiter/Prävention wird nur anerkannt, wenn der/die Übungsleiter/in den Kurs in einem Sportverein mit dem Siegel Sport pro Gesundheit anbietet.
- Kursinhalte sind genau definiert über Methoden und Übungen (Handlungsfelder und Präventionsprinzipien)

Durch die neuen Rahmenbedingungen fallen alle Kurse aus der Bezuschussung, die mind. eines der Kriterien nicht erfüllen. Dabei sind auch Kurse und Kursleitungen betroffen, die bereits langjährig bezuschusste Kurse angeboten haben. Nun aber nicht mehr den Prüfkriterien des Leitfadens Prävention der Krankenkassen entsprechen und durch das Online-Prüfverfahren der Zentralen Prüfstelle Prävention abgelehnt wurden, das keinerlei Ausnahmen zulässt. Wir sind an der Kursbezuschussung der Teilnehmer/innen sehr interessiert. Aufgrund des neuen zentralen Anerkennungsverfahrens und der veränderten Rahmenbedingungen ist die Anzahl der bezuschussfähigen Kurse zurückgegangen. Bei Fragen zur Bezuschussungspraxis wenden Sie sich bitte direkt an Ihre Krankenkasse. Wir als Volkshochschule haben darauf leider nur bedingt Einfluss.

### Bitte beachten Sie bei der Kurswahl:

Alle Kurse an der Volkshochschule sind qualitätsgesichert. Wichtiger als der Zuschuss der Krankenkasse ist, dass der Kurs Ihre Gesundheit fördert.

## 4. Bewegung

### 4.01 Wirbelwind - Sport für Eltern und Kind (ab 2 Jahren)

Spielerische Förderung von Grob- und Feinmotorik durch verschiedene Spielformen. Der Aufbau von vielfältigen Bewegungslandschaften schafft zudem mehr Selbstvertrauen. Die Kinder werden durch Spiel und Spaß in ihrem natürlichen Bewegungsdrang unterstützt und entwickeln so mehr Freude an der Bewegung. Die gemeinsamen sportlichen Erlebnisse in der Gruppe stärken die Beziehung zwischen Eltern und Kind. Zudem erhalten die Eltern Anregungen und Tipps für zu Hause.

Termin: Dienstag, 04.02.2025, 16.10 Uhr  
Ort/Raum: Große Sporthalle (Dreifachhalle), Kirburger Straße, Bad Marienberg  
12 x 60 Minuten

Anja Brenner · Telefon 0177 4188846 · 4ma.brenner.de@gmx.de  
Anmeldung erforderlich.

Bitte mitbringen: Sportliche Kleidung, Turnschuhe und gute Laune!

### 4.02 Turnmäuse unterwegs (ab 4 Jahren)

Große und kleine Spiele in der Sporthalle mit und ohne Geräte, Abenteuer Gerätelandschaft, Aufbau verschiedener Parcours zur Förderung koordinativer Fähig- und Fertigkeiten, Spaß und Spiel in der Gruppe, Tipps und Anleitungen für die Eltern.

Termin: Donnerstag, 13.02.2025, 16.30 Uhr  
Ort/Raum: Große Sporthalle (Dreifachhalle), Kirburger Straße, Bad Marienberg  
12 x 90 Minuten

Anja Brenner und Antonia Brenner · Telefon 0177 4188846  
4ma.brenner.de@gmx.de · Anmeldung erforderlich.

Bitte mitbringen: Sportschuhe und viel gute Laune!

### 4.03 Aerobic / Steppaerobic / Bodywork

Gesamttraining zur Stärkung von Kreislauf und Muskulatur. Bauch – Beine – Po – Training zur Festigung. Steppaerobic – Choreografien zu rhythmischer Musik. Abwechslungsreicher Kurs für den gesamten Körper.

Termin: Bitte anfragen, 19.15 Uhr  
Ort/Raum: Bürgerhalle Neunkhausen  
10 x 60 Minuten

Liane Jenz · Telefon 0175 3632135 · hairforfunliane@web.de  
Anmeldung erforderlich.

Bitte mitbringen: Steppbrett (es ist nur eine geringe Anzahl vorhanden), Gymnastikmatte, Getränke sowie bequeme Sportkleidung.

## 4. Bewegung

### 4.04 Funktionelles Rückentraining: Mehr als ein Training der Rückenmuskulatur

Kräftigung des gesamten Stütz- und Bewegungsapparates. Stabilisierung der Rumpfmuskulatur. Verbesserung von Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit (z. B. sensomotorisches Training, Faszientraining, HIIT). Regelmäßige Bewegung hält uns definitiv jung, gesund und geistig fit!

Termin: Donnerstag, 30.01.2025, 19.00 Uhr  
Ort/Raum: Mehrzweckhalle Hof  
10 x 60 Minuten

Christina Willwacher · Telefon 02661 63777 · christina.willwacher@gmx.de  
Anmeldung erforderlich.

Bitte mitbringen: Hallenturnschuhe, Gymnastikmatte, Handtuch und ein Getränk.

### 4.05 Pilates I

Pilates ist ein ganzheitliches sanftes Körpertraining, in dem vor allem die tief liegenden, kleinen aber meist schwächeren Muskeln angesprochen werden, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen. Primär werden die Bauch-, Beckenboden- und Rückenmuskeln gekräftigt.

Termin: Mittwoch, 15.01.2025, 18.00 Uhr  
Ort/Raum: Gymnastikhalle, Erlenweg, Bad Marienberg  
13 x 45 Minuten

Susanne Wallinowski · Telefon 02662 50593 · susiwalli@web.de  
Anmeldung erforderlich.

Bitte mitbringen: Handtuch, eigene Matte, bequeme Kleidung und evtl. dicke Socken.

## 4. Bewegung

### 4.06 Pilates II

NEU

Pilates ist ein ganzheitliches sanftes Körpertraining, in dem vor allem die tief liegenden, kleinen aber meist schwächeren Muskeln angesprochen werden, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen. Primär werden die Bauch-, Beckenboden- und Rückenmuskeln gekräftigt.

Termin: Mittwoch, 30.04.2025, 18.00 Uhr  
Ort/Raum: Gymnastikhalle, Erlenweg, Bad Marienberg  
10 x 45 Minuten

Susanne Wallinowski • Telefon 02662 50593 • susiwalli@web.de  
Anmeldung erforderlich.

Bitte mitbringen: Handtuch, eigene Matte, bequeme Kleidung und evtl. dicke Socken.

### 4.07 Funktionsgymnastik: Ausdauer und Beweglichkeit I

Kräftigungsübungen für den ganzen Körper, Wirbelsäulengymnastik, leichtes Herz-Kreislauf-Training für die Ausdauer, Dehnungs- und Entspannungsübungen zur Erhaltung/Förderung der Beweglichkeit und Problemzonen-gymnastik. Für jeden leicht zu erlernen und durchzuführen.

Termin: Mittwoch, 15.01.2025, 19.00 Uhr  
Ort/Raum: Gymnastikhalle, Erlenweg, Bad Marienberg  
13 x 60 Minuten

Susanne Wallinowski • Telefon 02662 50593 • susiwalli@web.de  
Anmeldung erforderlich.

Bitte mitbringen: Hallenturnschuhe, Handtuch, eigene Matte und evtl. ein Getränk

### 4.08 Funktionsgymnastik: Ausdauer und Beweglichkeit II

NEU

Kursbeschreibung wie 4.07

Termin: Mittwoch, 30.04.2025, 19.00 Uhr  
Ort/Raum: Gymnastikhalle, Erlenweg, Bad Marienberg  
10 x 60 Minuten

Susanne Wallinowski • Telefon 02662 50593 • susiwalli@web.de  
Anmeldung erforderlich.

Bitte mitbringen: Hallenturnschuhe, Handtuch, eigene Matte und evtl. ein Getränk

## 4. Bewegung

### 4.09 Rückenfit

Mit einem komplexen Übungsprogramm kann die Bewegung verbessert und der gesamte Körper gekräftigt werden, um so Fehlbelastungen vorzubeugen bzw. entgegenzuwirken. Denn ein beweglicher und kräftiger Körper kann muskuläre Dysbalancen, Fehl- und Überbelastungen besser parieren. Eine ausreichende Beweglichkeit ist die Voraussetzung für ein effektives Training und den Schutz vor Beschwerden des Bewegungsapparates. Ein trainierter Körper kann auch plötzlichen ungewohnten Belastungen, die sich im Alltag nicht immer vermeiden lassen, besser standhalten. Die wirbelsäulenstabilisierende Muskulatur und die angrenzenden Bereiche wie Becken-Bein- und Schultergürtel-Arm-Region werden gekräftigt, sowie die Mobilität der Gelenke erhalten ggf. verbessert. Mit Freude bewegen und dies in den Alltag integrieren.

Termin: Bitte anfragen! 19.15 Uhr  
Ort/Raum: Mehrzweckhalle Lautzenbrücken  
10 x 60 Minuten

Mirjam Schütz - Telefon 0151 12759516  
mirjam.schuetz@t-online.de  
Anmeldung erforderlich.

## VHS-Gutscheine ... eine gute Geschenkidee!

Schenken Sie Bildung – schenken Sie einen Wertgutschein der Volkshochschule Bad Marienberg! Bereits ab 10 € sind sie bei der Geschäftsstelle der VHS zu erhalten.

Mehr Infos unter [www.vhs-bad-marienberg.de](http://www.vhs-bad-marienberg.de) oder der Rufnummer 0 26 61 - 6 34 54







**KNEIPP-ELEMENT**

# Lebensordnung



Arbeit, Alltag, allerlei Erwartungen und Anforderungen. Kaum ein paar Minuten, um mal innezuhalten: Für viele von uns kommt die Entspannung im stressigen Alltag deutlich zu kurz.

Dabei ist es gar nicht so schwer, ein Leben in Balance und mit mehr Achtsamkeit zu führen – zumindest nicht, wenn es nach Sebastian Kneipp geht. So lag für den Priester und Naturheilkundler der Schlüssel zu einem erfüllten und gesunden Leben vor allem in der richtigen Lebensordnung. Die Maxime lautete: „Alles zu seiner Zeit und alles im rechten Maß.“

## 5. Lebensordnung/Entspannung

### 5.01 Autogenes Training – Progressive Muskelentspannung

Immer mehr Menschen leiden unter Stresssymptomen, der Ausgleich zwischen Aktivität und Erholung funktioniert nicht mehr, wir reagieren mit Konzentrations- und Schlafstörungen, Angst- und Unruhezuständen. Autogenes Training kombiniert mit progressiver Muskelentspannung ist eine bekannte, einfache und zuverlässige Methode der Selbstentspannung. Der Kurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene.

Termin: Dienstag 04.02.2025, 17.30 Uhr

Ort/Raum: Turnhalle der Michale-Ende-Schule, Erlenweg 2a, Bad Marienberg  
8 x 90 Minuten

Christel Borgmann-Strunk, Ernährungs- und Gesundheitsberaterin  
Telefon 0171 7235042 · info@borgmann-strunk.de  
Anmeldung erforderlich.

Bitte mitbringen: Isomatte, Decke, kl. Kissen. Bequeme Kleidung tragen.  
Der Kurs wird von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.

### 5.02 Yoga sanft und einfühlsam

Spezielle, sanfte Yoga-Übungen bauen Muskelverspannungen ab. Achtsamkeitsübungen helfen bewusst den eigenen Körper zu spüren. Tiefenentspannung aktiviert die Selbstheilungskräfte und hilft den gesamten Körper zu harmonisieren. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, geeignet für alle Altersstufen.

Termin: Montag, 28.04.2025, 17.00 Uhr

Ort/Raum: Dorfgemeinschaftshaus Dreisbach  
10 x 90 Minuten

Ruth Burbach, Yogalehrerin BYV  
Telefon 0173 6230550 · shivayah@aol.com  
Anmeldung erforderlich, begrenzte Teilnehmerzahl.

Bitte mitbringen: Sitzkissen, Decke und Gymnastikmatte.  
Bequeme Kleidung tragen.

## 5. Lebensordnung/Entspannung

### 5.03 Yoga für den Bauch

Der Bauch gilt in vielen Kulturen als Zentrum unserer Kraft. Gezielte Übungen stärken die körperliche und seelische Mitte. Bewusstes Bewegungen und Atmung beeinflussen die Körperhaltung und die Psyche gleichermaßen. Bauchyoga-Übungen kräftigen alle Bauch- und Rückenmuskeln sowie die innere Beckenbodenmuskulatur.

Termin: Montag, 28.04.2025, 18.30 Uhr  
Ort/Raum: Dorfgemeinschaftshaus Dreisbach  
10 x 90 Minuten

Ruth Burbach, Yogalehrerin BYV  
Telefon 0173 6230550 · shivayah@aol.com  
Anmeldung erforderlich, begrenzte Teilnehmerzahl.

Bitte mitbringen: Sitzkissen, Decke und Gymnastikmatte.  
Bequeme Kleidung tragen.

### 5.04 Visionboard-Workshop: Und jetzt bin ich dran

Deine Vision ist der wichtigste Treibstoff für deine Lebendigkeit. Mit diesem Ziel am Horizont kannst du wie ein Segelboot die Segel setzen und die richtigen Entscheidungen treffen. Es macht glücklich, groß zu denken und es schenkt Selbstbewusstsein, seine Wünsche zu kennen. Durch den Visionboard-Workshop siehst du deine Wünsche klar - und durch diese Klarheit wirst du sie wie durch Zauberhand in dein Leben ziehen. Diesen Workshop bereichern wir durch leichte Yogaübungen und Entspannungselemente, die dir Klarheit und innere Stärke schenken.

Termin: Samstag, 15.03.2025, 14.00 Uhr  
Ort/Raum: Gymnastikhalle Bad Marienberg, Erlenweg  
1 x 210 Minuten

Ruth Burbach, Yogalehrerin BYV  
Telefon 0173 6230550 · shivayah@aol.com  
Anmeldung erforderlich, begrenzte Teilnehmerzahl. Materialliste erfragen!

Weitere Informationen bitte bei der Kursleiterin erfragen.

## 5. Lebensordnung/Entspannung

### 5.05 Yoga-Tag - ganz entspannt im Hier und Jetzt I

NEU

Gönne dir eine Auszeit nur für dich. Wir lösen Verspannungen durch leichte Yogaübungen, bringen das Prana, die Lebensenergie zum Fließen und geben uns achtsam dem Moment hin. Du wirst verwöhnt mit einer Klangschale und kannst bei Yoga-Nidra komplett alles loslassen und bist anschließend regeneriert und tiefenentspannt.

Termin: Samstag, 08.03.2025, 14.00 Uhr  
Ort/Raum: Gymnastikhalle, Erlenweg, Bad Marienberg  
1 x 210 Minuten

Ruth Burbach, Yogalehrerin BYV  
Telefon 0173 6230550 · shivayah@aol.com  
Anmeldung erforderlich, begrenzte Teilnehmerzahl.

Bitte bequeme Kleidung tragen. Bitte Sitzkissen, Decke und Gymnastikmatte mitbringen.

### 5.06 Yoga-Tag - ganz entspannt im Hier und Jetzt II

NEU

Kursbeschreibung wie 5.05.

Termin: Samstag, 10.05.2025, 14.00 Uhr  
Ort/Raum: Gymnastikhalle, Erlenweg, Bad Marienberg  
1 x 210 Minuten

Ruth Burbach, Yogalehrerin BYV  
Telefon 0173 6230550 · shivayah@aol.com  
Anmeldung erforderlich, begrenzte Teilnehmerzahl.

Bitte bequeme Kleidung tragen. Bitte Sitzkissen, Decke und Gymnastikmatte mitbringen.

### 5.07 Yoga-Tag - ganz entspannt im Hier und Jetzt III

NEU

Kursbeschreibung wie 5.05.

Termin: Samstag, 14.06.2025, 14.00 Uhr  
Ort/Raum: Gymnastikhalle, Erlenweg, Bad Marienberg  
1 x 210 Minuten

Ruth Burbach, Yogalehrerin BYV  
Telefon 0173 6230550 · shivayah@aol.com  
Anmeldung erforderlich, begrenzte Teilnehmerzahl. Materialliste erfragen!

Bitte bequeme Kleidung tragen. Bitte Sitzkissen, Decke und Gymnastikmatte mitbringen.

## 6. Sprachen

### Englisch

#### 6.01 Englisch für Teilnehmer mit Vorkenntnissen I

Englischkenntnisse auffrischen für den Beruf oder die Freizeit. Abwechslungsreiche Gestaltung mit viel Konversation sowie Grundlagenvermittlung.

Termin: Mittwoch, 12.03.2025, 18.30 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Raum 6.01, Bad Marienberg  
10 x 90 Minuten

Susanne Diehl · Telefon 02661 64931 · diehlsusanne1202@t-online.de  
Anmeldung erforderlich.

#### 6.02 Englisch für Teilnehmer mit Vorkenntnissen II

Englisch sprechen, schreiben, verstehen – all dies wird in diesem Kurs in abwechslungsreicher Weise vermittelt. Der Kurs eignet sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen und auch sehr gut für Wiedereinsteiger.

Termin: Dienstag, 04.02.2025, 19.00 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Raum 6.01, Bad Marienberg  
10 x 90 Minuten

Susanne Diehl · Telefon 02661 64931 · diehlsusanne1202@t-online.de  
Anmeldung erforderlich für neue Teilnehmer.

#### 6.03 Englisch Konversationskurs

In diesem Kurs steht das freie Sprechen im Vordergrund – Grammatik spielt nur am Rande eine Rolle. Es wird unter anderem mit Zeitungstexten, Bildern und Spielen gearbeitet. Außerdem integrieren wir Sprach- und Wortschatzübungen in den Unterricht. Neueinsteiger sind herzlich willkommen (der Kurs besteht schon seit längerer Zeit).

Termin: Donnerstag, 20.02.2025, 19.00 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Raum 6.01, Bad Marienberg  
8 x 90 Minuten

Melanie Dax · Telefon 0177 7205877 · melanie-dax@gmx.de

Anmeldung per E-Mail oder telefonisch erforderlich für neue Teilnehmer.  
Es kommen noch Kosten für Materialien hinzu.

## 6. Sprachen

### Französisch

#### 6.04 Französisch für Anfänger I

Grundlagen, die für den privaten und beruflichen Bereich nutzbar sind. Für Teilnehmer ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

Termin: Dienstag, 04.02.2025, 18.00 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Raum 5.01, Bad Marienberg  
15 x 90 Minuten

Jeannine Diehl · Telefon 02661 5492 oder 0171 3875493 · jeanne.di@web.de  
Anmeldung erforderlich.

#### 6.05 Französisch für Anfänger II

Kursbeschreibung wie 6.04.

Termin: Dienstag, 04.02.2025, 19.30 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Raum 5.01, Bad Marienberg  
15 x 90 Minuten

Jeannine Diehl · Telefon 02661 5492 oder 0171 3875493 · jeanne.di@web.de  
Anmeldung erforderlich.

#### 6.06 Französisch Konversation

In Dialogen und Alltagssituationen soll die Sprachfertigkeit in der Fremdsprache gefördert werden. Voraussetzung für die Teilnahme sind Kenntnisse im Umfang von drei bis vier Jahren Französischunterricht.

Termin: Mittwoch, 05.02.2025, 19.30 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Raum 5.01, Bad Marienberg  
15 x 90 Minuten

Jeannine Diehl · Telefon 02661 5492 oder 0171 3875493 · jeanne.di@web.de  
Anmeldung erforderlich.

#### 6.07 Französisch für Fortgeschrittene

Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen von 1 - 2 Jahren VHS o.ä. Unterricht.

Termin: Montag, 03.02.2025, 19.00 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Raum 5.01, Bad Marienberg  
15 x 90 Minuten

Jeannine Diehl · Telefon 02661 5492 oder 0171 3875493 · jeanne.di@web.de  
Anmeldung erforderlich.

# 6. Sprachen

## Spanisch

### 6.08 Spanisch für Anfänger A1.1

Dieser Anfängerkurs Teil 1 ist für Teilnehmer\*innen, die noch keine Vorkenntnisse in der spanischen Sprache besitzen. Mit sehr viel Freude bringe ich Ihnen meine Kultur und meine Muttersprache bei. In meinem Kurs vermittele ich auch interessante Ausdrücke für den Urlaub in Spanien und Lateinamerika.

Termin: Donnerstag, 13.03.2025, 18.00 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Raum 6.03, Bad Marienberg  
10 x 90 Minuten

Noelia Victoria De Los Santos Reyes (Muttersprachlerin)  
Telefon 0176 43425496 · noelia-delossantos@gmx.de  
Anmeldung erforderlich.  
Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag, ISBN: 978-3-12-514671-6

### 6.09 Spanisch für Anfänger A2.1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen, die bereits die Stufe A1 abgeschlossen haben. Die Vergangenheitsformen Indefinido und Imperfecto werden behandelt. Interessante Gespräche z.B. in Alltagssituationen werden in Spanisch geführt, damit das Sprechen weiter einstudiert wird. Ziel ist es, dass Sie einfache Sätze ausformulieren und beschreiben können.

Termin: Dienstag, 11.03.2025, 19.30 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Raum 6.03, Bad Marienberg  
13 x 90 Minuten

Noelia Victoria De Los Santos Reyes (Muttersprachlerin)  
Telefon 0176 43425496 · noelia-delossantos@gmx.de  
Anmeldung erforderlich.  
Con gusto neu A2, Klett Verlag, ISBN: 978-3-12-514956-4

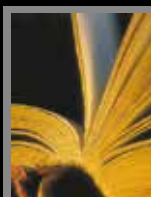
### 6.10 Spanisch für Fortgeschrittene B1

Dieser Kurs richtet sich an die Teilnehmer\*innen, die schon die Vergangenheit beherrschen. Mit viel Freude führen wir interessante Gespräche über aktuelle Themen. Das Präteritum des Konjunktives wird geübt.

Termin: Dienstag 11.03.2025, 18.00 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Raum 6.03  
13 x 90 Minuten

Noelia Victoria De Los Santos Reyes (Muttersprachlerin)  
Telefon 0176 43425496 · noelia-delossantos@gmx.de

Anmeldung erforderlich.  
Lehrbuch: Caminos neu B1, Klett Verlag, ISBN: 978-3-12-514958-8



bücher



schreibwaren



geschenke



spielwaren



DEKO + DESIGN

seit 1914  
**MILLÉ**

Bismarckstraße 10  
56470 Bad Marienberg  
Fon: 0 26 61 | 91 17 0  
Fax: 0 26 61 | 91 17 17  
[www.buchhandlung-mille.de](http://www.buchhandlung-mille.de)

## 9. Besondere Kurse

### 9.01 Creative Writing

Ziel des Kurses ist es, den Teilnehmer\*innen die Fähigkeit zu vermitteln, eigenständig ein Buch zu schreiben. Nach den Grundlagen (Arbeit des Autors, Überblick über das Verlagswesen, Vermarktung eines Buches) steht die Textarbeit im Vordergrund. Dabei geht es unter anderem um - den gelungenen Handlungsentwurf - die Figurenentwicklung - den richtigen Anfang - den angemessenen Spannungsbogen - die Anwendungen geeigneter Erzähltechniken - Vergleiche und Metaphern - Verfassen eines Exposés. Neben fiktionalen können auch nicht fiktionale Texte erarbeitet werden.

## 9. Besondere Kurse

Termin: Samstag (Termin in Abstimmung mit Ihnen), 14.00 Uhr  
Ort/Raum: Realschule plus, Raum 5.02, Bad Marienberg  
1 x 180 Minuten

Christoph Kloft · Telefon 02663 968924 · info@christoph-kloft.de  
Anmeldung erforderlich. Bei großer Nachfrage führen wir den Kurs mehrfach durch.

www.da-wo-ich-bin.de

### Da, wo ich bin - Banking immer und überall.



Entdecken Sie die  
Vielfalt unserer Services.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Ob in der Filiale, von zuhause oder unterwegs:  
Wir sind für Sie da. Unabhängig von Öffnungszeiten  
und ganz egal, wo auf der Welt Sie sich gerade befinden.

 **Westerwald Bank eG**  
Volks- und Raiffeisenbank



**Ausbildung, Duales  
Studium oder Praktikum  
bei der Naspa. Chance  
nutzen. Jetzt bewerben.**



10 Azubinen und Azubis  
im Interview:  
[youtube.de/  
ihrenaspa](https://www.youtube.de/ihrenaspa)

[naspa.de/ausbildung](https://www.naspa.de/ausbildung)

 **Naspa**  
Nassauische Sparkasse

# 9. Besondere Kurse

## 9.02 Faszination Segelfliegen

2 x 90 min Theorie, 1 x 90 min Praxiseinweisung,  
2 Tage Teilnahme am Flugbetrieb

Theorie: Geschichte des Segelflugs, Rekorde, Gliederung der Ausbildung, Voraussetzungen für den Erwerb der Lizenz, Aerodynamik, Meteorologie, Sicherheit von Segelflugzeugen, Technik, Verhalten auf einem Flugplatz, Vereinsleben.

Praxis: Einweisung in den Flugbetrieb, Flugbetriebsordnung, Segelflugbetriebsordnung, Sicherheitsbriefing, Praktischer Ablauf eines Flugbetriebs-tages, Besichtigung der Hallen und Flugzeuge.

Flugbetrieb: Teilnahme am Flugbetrieb als Flugschüler, wetterabhängig bis zu 4 Starts in einem Segelflugzeug.

Durchführung durch Segelflieger des LCM Marienberg e.V.

Schulungsflüge durch unsere ausgebildeten und berechtigten Fluglehrer.

Termin: in Abstimmung mit den Kursteilnehmern

Ort/Raum: Schulungsraum des Luftsportclubs Marienberg e.V.,

Segelfluggelände Oberroßbach/Hof

3 x 90 Minuten

René Kleinlein u.a. • Telefon 02661 2874496 oder 02661 5730

kontakt@lcm-badmarienberg.de

Anmeldung per E-Mail erforderlich. Mindestalter 14 Jahre, Voraussetzung: körperliche und geistige Fitness, Gewicht max 100 kg

Anrechnung der Ausbildungsinhalte auf die Ausbildung, sofern Lizenz angestrebt wird. Besondere VHS-Kursgebühr: 110 €, davon werden 99 € auf die Gebühren angerechnet, die im ersten Jahr der Mitgliedschaft im LCM fällig werden.

## Hinweise

### Ferientermine 2025

Osterferien 14.04.25 – 25.04.25

Sommerferien 07.07.25 – 15.08.25

Während der Ferien und an Feiertagen finden keine Kurse statt.

**Das 2. Semester 2025 beginnt im August.**

### Impressum

Konzept, Gestaltung und Realisation: www.dreiwerbung.de

Bildquellen: Motiv Titel: istockphoto/agsandrew, Fotos: S.10 istockphoto/IvanMikhaylov, S.16 pixabay/Devanath

Textquellen: Kneipp Magazin Online / www.kneipp.com

# Dozenten

## 1. Gesellschaft und Umwelt

**Stella Zöllig** · Telefon 02661-6268303 · stella.zoellig@bad-marienberg.de

## 2. Gestaltung

**Edith Kirchhöfer** · Telefon 0176 63856376 · edith.kirchhoefer@gmx.de

## 3. Ernährung

**Ruth Burbach**

Telefon 0173 6230550 · shivayah@aol.com

## 4. Bewegung

**Anja Brenner** · Telefon 0177 4188846 · 4ma.brenner@gmx.de

**Liane Jenz** · Telefon 0175 3632135 · hairforfunliane@web.de

**Mirjam Schütz** · Telefon 0151 12759516 · mirjam.schuetz@t-online.de

**Christina Willwacher** · Telefon 02661 63777 · christina.willwacher@gmx.de

**Susanne Wallinowski** · Telefon 02662 50593 · susiwalli@web.de

## 5. Lebensordnung / Entspannung

**Christel Borgmann-Strunk, Ernährungs- und Gesundheitsberaterin**

Telefon 0171 7235042 · info@borgmann-strunk.de

**Ruth Burbach, Yogalehrerin BYV** · Telefon 0173 6230550 · shivayah@aol.com

## 6. Sprachen

**Susanne Diehl** · Telefon 0266164931 · diehlsusanne1202@t-online.de

**Melanie Dax** · Telefon 0177 7205877 · melanie-dax@gmx.de

**Jeanne Diehl** · Telefon 02661 5492 oder 0171 3875493 · jeanne.di@web.de

**Noelia Victoria De Los Santos Reyes** · Telefon 0176 43425496 ·

noelia-delossantos@gmx.de

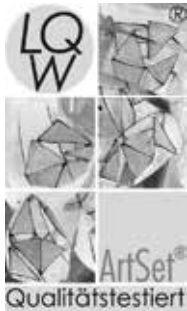
## 9. Besondere Kurse

**René Kleinlein** · Telefon 02661 2874496 oder 02661 5730

kontakt@lcm-badmarienberg.de

**Christoph Kloft** · Telefon 02663 968924 · info@christoph-kloft.de

Info und Anmeldung:  
Kreis-vhs (Hauptstelle)  
Peter-Altmeier-Platz 1  
56410 Montabaur  
Tel.: 02602 / 124-420  
Fax: 02602 / 124-578  
info@vhs-ww.de



Wir sind als Einrichtung  
zertifiziert nach  
LQW 3 ...

und  
Prüfungszentrum für  
europaeinheitliche  
Prüfungen.

telc  
LANGUAGE TESTS



UNIVERSITY OF CAMBRIDGE  
Local Examinations Syndicate  
INTERNATIONAL EXAMINATIONS



**vhs**  Kreis-Volkshochschule  
Westerwald e.V.

vhs-ww.de

Als Ergänzung zum Angebot  
Ihrer örtlichen vhs bietet die  
Kreis-vhs überregionale Ange-  
bote für den gesamten Wester-  
waldkreis an. Diese sind meist  
beruflich orientiert und können  
zum Teil mit einer Prüfung  
abgeschlossen werden.

Mit uns  
starten  
Sie durch ...

SPRACHEN FÜR DEN BERUF  
Englisch, Spanisch, Italienisch



Sprachen

DEUTSCH FÜR ZUWANDERER  
einschließlich „Deutsch-Test für Zuwanderer“



Beruf/EDV

FREMDSPRACHEN  
verschiedene Lernstufen mit Prüfungen  
(telc, Cambridge)



Gesundheit

BERUF / EDV  
Rhetorik / Kaufmännische und Technische EDV

FORTBILDUNGEN FÜR ERZIEHER/INNEN



Kultur

QUALIFIZIERUNG IN DER KINDERTAGESPFLEGE  
in Kooperation mit dem Kreisjugendamt

GESELLSCHAFT / POLITISCHE BILDUNG



Gesellschaft

EINBÜRGERUNGSTEST

ALPHABETISIERUNG

BERUFSREIFE (HAUPTSCHULABSCHLUSS)  
nachholen



Grundbildung

# Schul- und Sportzentrum Bad Marienberg



- Skate-Anlage**
- Rasensportplatz**  
Träger: Verbandsgemeinde Bad Marienberg
- Jugendverkehrsschule**  
Träger: Verbandsgemeinde Bad Marienberg
- Tennisanlagen**  
Träger: Tennisclub Bad Marienberg
- Große Sporthalle**  
Träger: Verbandsgemeinde Bad Marienberg
- Kleinspielfeld**  
Träger: Verbandsgemeinde Bad Marienberg
- Kleine Sporthalle**  
Träger: Verbandsgemeinde Bad Marienberg
- Forum**  
Träger: Verbandsgemeinde Bad Marienberg
- Evangelisches Gymnasium**  
Träger: Evangelische Kirche
- Marie-Curie-Realschule plus**  
Träger: Verbandsgemeinde Bad Marienberg
- Westerwald-Jugendherberge/Jugendgästehaus**  
Träger: DJH Rheinland-Pfalz/Saarland
- Wolfsteinschule - Grundschule**  
Träger: Verbandsgemeinde Bad Marienberg
- Michael-Ende-Schule - Förderschule L**  
Träger: Westerwaldkreis
- Zentraler Omnibusbahnhof - ZOB**  
Träger: Stadt Bad Marienberg



 Fußweg  
 Infopunkt  
 Parkplatz







Saunadorf



Schwimmbad



Bistro



Wellness und Day Spa



Wohnmobilpark

Erleben Sie auf über 3.000 m<sup>2</sup>  
Erholung und Entspannung pur!  
Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Alltag!

[www.marienbad-info.de](http://www.marienbad-info.de)