

VOLKS HOCH SCHULE HEIDELBERG



01
26

Wir machen den Job wahr, den du dir vorstellst.

Der Job, der dich und andere weiterbringt.

Finde mit uns im Team die Unterstützung und den Erfolg für deine berufliche Zukunft.

Jetzt bewerben:
sparkasse-heidelberg.de/karriere



Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Heidelberg

Liebe Teilnehmende,

jede Erfolgsgeschichte beginnt mit einem ersten, oft kleinen (Tanz-)Schritt:

VIELLEICHT DER BEGINN VON ETWAS GANZ GROSSEM!

Ein Schulabschluss? Eine neue Fremdsprache oder Deutsch? Lesen und Schreiben? Künstlerische oder Handwerkstechniken? Kompetenzen für die Zukunft, ein gesünderes Leben, mehr Nachhaltigkeit und Digitalisierung? Impulse für all das und vieles mehr finden Sie in unserem ganz aktuellen Programm für Frühjahr und Sommer 2026.

Unsere vielfältig, bunt und divers zusammengesetzten Kurse sind ein **MELTING POT** unserer Gesellschaft und der Kulturen.

Mit unserem Angebot sorgen wir ganz nebenbei für:

MEHR MITEINANDER

Wir stärken im gemeinsamen Austausch den gesellschaftlichen Zusammenhalt und die Demokratie.

NEUGIER AUF DIE ZUKUNFT

Wir lassen Sie Ihre Gestaltungspotenziale entdecken.

KRITIKFÄHIGKEIT

Wir regen zum Denken an und geben Orientierung in Politik und Gesellschaft, wir immunisieren gegen Stammtischparolen.

INTEGRATION

Wir unterstützen kulturelle und soziale Integration und Inklusion.

NACHHALTIGKEITSWISSEN

Wir vermitteln Inhalte für eine gelingende Zukunft.

Social Dance für Demokratie,
Vielfalt und ein starkes Miteinander!
Mit Live-Musik des Bonfire Orchestra.



WEITERBILDUNG VON FACHKRÄFTEN

Wir fördern die Qualifizierung, die berufliche und persönliche Entwicklung sichert.

ALPHABETISIERUNG

Wir begleiten Menschen, die grundlegende Lese- und Schreibkenntnisse erwerben wollen.

WIR STÄRKEN RESILIENZ UND MACHEN UNSERE GESELLSCHAFT ZUKUNFTSFIT.

Wenn Sie Lust bekommen haben, all das mit uns zu entdecken, und neugierig darauf sind, was **TANZ UND DEMOKRATIE** miteinander zu tun haben, freuen wir uns sehr auf Sie – bei unserer Veranstaltung **DANCE FOR DEMOCRACY** (siehe Hinweis unten) und sehr gerne auch in weiteren Kursen Ihrer Volkshochschule Heidelberg.

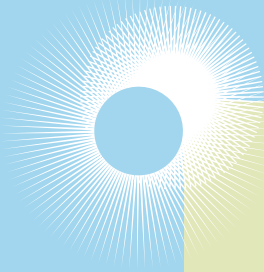
Es grüßt Sie herzlich:

Silke Reck und das vhs-Team



„DANCE FOR DEMOCRACY“ SEMESTER- AUFTAKT- VERANSTALTUNG

Samstag, 28.02.2026
15:00 – 17:00 Uhr
vhs Heidelberg | Saal
kostenlos



ZERTIFIZIERTE BILDUNGSQUALITÄT



Unsere Einrichtung ist nach AZAV (Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung Arbeitsförderung) zertifiziert. Diese Zertifizierung bestätigt die hohe Qualität unserer Bildungsangebote, unsere professionellen Strukturen sowie eine konsequente Orientierung an den Bedürfnissen der Teilnehmenden.

Für Sie bedeutet das: geprüfte Bildungsstandards, transparente Abläufe und praxisnahe Weiterbildung auf aktuellem fachlichen Niveau. Zudem ermöglicht die AZAV-Zertifizierung die Förderung ausgewählter Kurse durch die Agentur für Arbeit oder das Jobcenter – ein zusätzlicher Vorteil auf Ihrem Weg der beruflichen Qualifizierung.

VEREINSFORTBILDUNG

Städtisches Fortbildungsangebot für Vereine

5701W

NACHWUCHSGEWINNUNG FÜR VEREINE

Wie Sie junge Menschen für Ihren Verein begeistern

Suchen Sie noch oder finden Sie schon? Junge Mitglieder sind entscheidend für die Zukunftsfähigkeit von Vereinen. In diesem Online-Seminar erfahren Sie, wie die Gewinnung junger Menschen erfolgreich gelingen kann. Im Mittelpunkt stehen die Voraussetzungen im Verein, ein zeitgemäßes Verständnis von Mitgliedergewinnung sowie geeignete Wege, junge Zielgruppen anzusprechen. Sie erhalten praxisnahe Impulse, wie Mitgliedergewinnung als kontinuierlicher Prozess gedacht und nachhaltig im Vereinsalltag verankert werden kann.

Donnerstag, 11.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr

Gebühr: 15,00 € für Heidelberger Vereine, sonst 30,00 €

Ein Angebot der
Stadt Heidelberg
in Kooperation mit
der vhs Heidelberg.

 **Heidelberg**

**VOLKS
HOCH
SCHULE**
HEIDELBERG

ZEIT FÜR BILDUNG



Beschäftigte in Baden-Württemberg haben das Recht, sich bis zu fünf Tage pro Jahr für eine Weiterbildung von ihrer Arbeitgeberin oder ihrem Arbeitgeber freistellen zu lassen – bei voller Fortzahlung des Arbeitsentgelts. Im Programmheft sind diese Angebote übersichtlich mit dem Kürzel „BZ“ gekennzeichnet.

Auf unserer Website finden Sie alle Kurse der Volkshochschule Heidelberg, für die Bildungsfreistellung im Rahmen des Bildungszeitgesetzes Baden-Württemberg (BzG BW) beantragt werden kann:



Zur Kursübersicht

**BEZAHLTE
BILDUNGS-
FREISTELLUNG:
ZEIT FÜR
BERUFLICHE
UND
POLITISCHE
WEITER-
BILDUNG.**

Hier eine Kurs-Auswahl für Bildungsfreistellung

5631Y **BZ**
**FIT FÜRS BÜRO:
MS OFFICE - MODUL 1**
Word - Excel - Outlook (erweiterte Grundlagen)
Matthias Dengel
3x, Mo, 02.03. bis Mi, 05.03.2026
jeweils 09.00 - 16.00 Uhr
Gebühr: 260,00 € / intensive Kleingruppenschulung (4 – 8 TN)

5203 NEU **BZ**
AUS ZOFF WIRD DIALOG!
Konfliktlösung mit System
Kerstin Kaufmann-Brosch
Sa, 21.03.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

50202 **BZ**
**KÖRPERSPRACHETRAINING
FÜR FRAUEN**
Souverän in Alltag und Beruf
Margit Edelmann
Sa, 28.03.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 29.03.2026, 09:30 - 16:00 Uhr
Gebühr: 128,00 €

5633Y **BZ**
**FIT FÜRS BÜRO:
DATENBANKEN MIT ACCESS**
Matthias Dengel
Di, 14.04. und Mi, 15.04.2026,
jeweils 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 230,00 € / intensive Kleingruppenschulung (3 – 6 TN)

5205 **BZ**
**STRESSMANAGEMENT
BEI MODERATIONEN**
Körpersprache, Lampenfieber, Störer und mehr
Kerstin Kaufmann-Brosch
Sa, 14.04.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

50206 **BZ**
**SELBSTBEWUSSTER UND
ENTSPANNTER DURCH
DEN (BERUFS-)ALLTAG**
Hedwig Marianne Blumer
Sa, 25.04.2026, 09:30 - 16:30 Uhr
Gebühr: 68,00 €

5204 **BZ**
ERFOLGREICH MODERIEREN
Gruppenpotenziale erschließen
Kerstin Kaufmann-Brosch
Sa, 15.05.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 140,00 €

5206 NEU **BZ**
TEAM-POWER ENTFALTEN!
Teamwork - Schlüsselkompetenz der Zukunft
Kerstin Kaufmann-Brosch
Fr, 12.06.2026, 9:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

H19508.07 **BZ**
**GRUNDAUSBILDUNG
QIGONG**
8 Brokate, Wiederholung
Edeltraut Rohrmoser
ab Fr, 19.06.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 315,00 € / 285,00 €*

50104 **BZ**
**SOVERÄN TROTZ
LAMPENFIEBER!**
Sicher auftreten & sprechen
Kerstin Kaufmann-Brosch
Sa, 19.06.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

42257W NEU **BZ**
**BUSINESS ENGLISH & INTER-
KULTURELLE KOMPETENZ**
Erfolgreich kommunizieren auf Dienstreisen in die USA - Online-Crashkurs für Sprachniveau A2/B1
Ines Köstler
4x, Mo, 22.06. bis Do, 25.06.2026
jeweils 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 352,00 €

50208 **BZ**
**WENN WORTE
HERAUSFORDERN:**
Schwierige Gespräche konstruktiv meistern
Hedwig Marianne Blumer
Fr, 26.06.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 27.06.2026, 09:30 - 16:30 Uhr
Gebühr: 102,00 €

50200 NEU **BZ**
**KOMMUNIKATION
DER ZUKUNFT**
Future Skills für eine neue Arbeitswelt
Kerstin Kaufmann-Brosch
Sa, 20.06. und So, 21.06.2026,
jeweils 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 136,00 €

50205 **BZ**
ERFOLGSFAKTOR STIMME
Ihre akustische Visitenkarte
Elisabeth Fritsch
Sa, 04.07.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

H19522 **BZ**
**E3 - EMEI-METHODE,
VERTIEFUNG**
Weiterbildung Qigong
Franziska Gisin
ab Fr, 10.07.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 315,00 € / 285,00 €*

2630 **BZ**
GUT BEI STIMME
Training der Sprech- und Singstimme für ein lebendiges, authentisches und selbstsicheres Auftreten
Harriet Spenke
3x, Mi, 15.07. bis Fr, 17.07.2026
jeweils 09:30 - 16:30 Uhr
Gebühr: 192,00 €

*Für Mitglieder*innen der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng e. V.

INHALT



ERFOLG DURCH WEITERBILDUNG

Seiten 64, 72, 80



FIT DURCHSTARTEN: KRAFT, FLEXIBILITÄT UND SPASS

Seiten 34, 46



SPRACHEN NEU ERLEBEN

Seiten 37, 47, 60, 83



OUTDOOR-ANGEBOTE

Seiten 18, 28, 48

GESELLSCHAFT
Geschichte, Politik und Gesellschaft
Recht, Verbraucherfragen und Wirtschaft | Psychologie
Philosophie und Religion
Heidelberg und Region entdecken
Naturwissenschaften und Umweltbildung für Kinder und Jugendliche
Naturwissenschaften und Umweltbildung für Erwachsene
Pädagogik und Elternbildung | Kind-Eltern-Kurse

KUNST UND GESTALTEN
Kunstgeschichte | Malen, Zeichnen, Drucktechniken
Plastisches Gestalten | Fotografie
Handwerkstechniken
Textiles Gestalten, Nähen und Modedesign
Literatur | Schreibwerkstatt
Musik | Musizieren und Singen
Tanzen | Theaterspielen und Kleinkunst

GESUNDHEIT
Gesundheitsinformationen
Essen und Trinken
Entspannung und Körpererfahrung
Fitness und Gymnastik
Kosmetik und Stilberatung

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

FREMDSPRACHEN
Englisch
Französisch
Italienisch
Spanisch
Weitere Sprachen

SCHULABSCHLÜSSE
BERUF UND DIGITALES
Lernen, Arbeitstechniken, Gedächtnis
Rhetorik, Kommunikation und Führungskompetenzen | Gebärdensprachen
(Neu-)Orientierung, Bewerbung
Kompetenz in Beruf, Studium und Schule
Betriebswirtschaftliche Kompetenzen | Xpert Business-Webinare
EDV-Grundlagen und Betriebssystem | Tastschreiben am Computer
Office-Programme | Smartphone und Tablet
Weitere Medien und Programme | Fachspezifische Weiterbildungen

HEIDELBERGER AKADEMIE FÜR GESUNDHEITSBILDUNG



Ausführliche Informationen zu den Kursen und Veranstaltungen finden Sie auf unserer Website.

www.vhs-hd.de

WIR BILDEN WEITER.

Werden Sie Teil der Erfolgshochschule,
werden Sie vhs-Kursleiter*in!

KONTAKT ZU DEN FACHBEREICHEN:

GESELLSCHAFT

Gabriele Frohn
06221 9119-34 | frohn@vhs-hd.de

KUNST UND GESTALTEN

Claudia Schmidt
06221 9119-35 | schmidt@vhs-hd.de

GESUNDHEIT UND HEIDELBERGER AKADEMIE FÜR GESUNDHEITSBILDUNG

Karin Kral-Laier
06221 9119-30 | kral@vhs-hd.de

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

Maria Merkel
06221 9119-24 | merkel@vhs-hd.de

FREMDSPRACHEN

Anja Jänsch
06221 9119-48 | jaensch@vhs-hd.de

BERUF UND DIGITALES

Bettina Rothhaas
06221 9119-40 | rothhaas@vhs-hd.de

**KOMM'
INS
TEAM**

PROGRAMM

FRÜHJAHR_SOMMER 2026

01
26

PROGRAMM

GESELLSCHAFT

Ins Gespräch kommen – im Dialog bleiben

Unsere Gesellschaft steht vor einer Herausforderung: Diskussionen werden zunehmend polarisiert geführt, oft in den eigenen Echokammern der sozialen Netzwerke. Doch Demokratie lebt davon, dass wir einander zuhören, Widerspruch aushalten und unterschiedliche Sichtweisen ernst nehmen. In der Volkshochschule kommen Sie in jedem Kurs mit Menschen ins Gespräch, die Sie vielleicht sonst nie getroffen hätten.



1151 „MÄNNERRUNDE“

Offener Gesprächskreis für Männer ab 18 Jahren
ab Mi, 25.02.2026, 13:00 Uhr, alle zwei Wochen

In der angeleiteten Gesprächsgruppe für Männer wollen wir einen geschützten Raum zum Austausch bieten. Jeder Teilnehmer kann sich mit seinen persönlichen Erfahrungen, seinen (Lebens-)Themen und Fragen einbringen. Neben der Möglichkeit, mit anderen Männern ins Gespräch zu kommen, andere Perspektiven zu sehen und den eigenen Horizont zu erweitern, kann die eigene Männlichkeit thematisiert sowie die eigenen geschlechter- und rollentypischen Verhaltensweisen hinterfragt werden.



1303 ÜBUNGSGRUPPE DER GEWALTFREIEN KOMMUNIKATION (GFK)

6x, ab Di, 17.03.2026, 17:30 Uhr

Die Teilnehmer*innen bringen ihre Beispiele aus dem prallen Leben in die Übungsgruppe ein – Beispiele, bei denen eine Veränderung im menschlichen Miteinander im Sinne der Haltung der GFK gewünscht ist. Unter Anleitung des Kursleiters wird geübt, geübt, geübt. Vorausgesetzt wird ein Einführungskurs in GFK mit mindestens 12 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten und die Bereitschaft, neue Wege in der Kommunikation zu gehen.

GESELLSCHAFT



1401E MARTIN BUBER: EIN LEBEN IM DIALOG

Do, 19.03.2026, 19:00 Uhr

Prof. Dr. Wolfgang Müller-Commichau wird über bedeutende Beiträge des jüdischen Religions- und Dialogphilosophen Martin Buber (1878 – 1965) zur Philosophie des Dialogs und seine einflussreichen Werke, wie „Ich und Du“, sprechen. Bubers Ideen zur Ich-Du-Beziehung und deren Relevanz für das zwischenmenschliche Miteinander und die Gesellschaft werden im Mittelpunkt stehen.



1133EW IN DER NÄHE: VOM POLITISCHEN WERT EINER OSTDEUTSCHEN SEHNSUCHT

Mo, 18.05.2026, 19:30 Uhr

Wir leben in Zeiten der Entfernung. Die politischen Lager, die großen Machtblöcke der Welt, Stadt und Land – alles entfernt sich voneinander. Umso wichtiger wird der Blick aus der Nähe. Wo ist im Zeichen medial befeuerter Selbstgerechtigkeit noch Gemeinschaft möglich? Der Schriftsteller und Journalist Simon Strauß findet eine überraschende Antwort: in der Kleinstadt. Hier begegnen sich die Menschen als Gegenüber, hier müssen Konflikte ausgetragen und Kompromisse gefunden werden. Hier lernt man die Demokratie noch einmal neu kennen.



GESCHICHTE, POLITIK UND GESELLSCHAFT

20 Kurse

RECHT, VERBRAUCHER- FRAGEN UND WIRTSCHAFT

18 Kurse

PSYCHOLOGIE

9 Kurse

PHILOSOPHIE UND RELIGION

3 Kurse

HEIDELBERG UND REGION ENTDECKEN

7 Kurse

NATURWISSENSCHAFTEN UND UMWELTBILDUNG FÜR KINDER, JUGENDLICHE UND ERWACHSENE

31 Kurse

PÄDAGOGIK UND ELTERNBILDUNG

3 Kurse

KIND-ELTERN-KURSE

11 Kurse

GESELLSCHAFT

KON- TAKT

Gabriele Frohn
06221 9119-34
frohn@vhs-hd.de

Team Gesellschaft
06221 9119-75
gesellschaft@vhs-hd.de

GESCHICHTE,
POLITIK UND
GESELLSCHAFT

1110
**STOLPERSTEINE
GEGEN DAS VERGESSEN**
Initiative Stolpersteine
für Heidelberg
5x, ab Di, 10.03.2026, 19:00 Uhr
kostenfrei

1111E NEU
**ZERSPRENGTE FAMILIEN-
BIOGRAFIEN UND DIE AR-
BEIT DER „INTEGRATION“**
Initiative Stolpersteine
für Heidelberg
Mia Lindemann
Mi, 25.02.2026, 19:00 Uhr
Eintritt frei

1112E NEU
**DIE LEICHEN-
EINLIEFERUNGEN IN DIE
HEIDELBERGER ANATOMIE
1933 - 1945**
Initiative Stolpersteine
für Heidelberg
Dr. Sara Doll /
Prof. Dr. Frank Engehausen
Mi, 20.05.2026, 19:00 Uhr
Eintritt frei

1113EW NEU
**JIM KNOPF, DIE HALB-
DRACHEN UND DIE
DEUTSCHE GESCHICHTE**
Live-Stream
Prof. Dr. Julia Voss
So, 01.03.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1114EW NEU
**DIE FRAU ALS MENSCH.
AM ANFANG DER
GESCHICHTE**
Zum Internationalen
Frauentag 2026 – Live-Stream
Ulli Lust
Mi, 04.03.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1115EW NEU
**ROMA ETERNA. KUNST UND
KULTUR IM ROM DER NACH-
KRIEGSZEIT: ZWISCHEN
TRÜMMERN, WIDERSTAND
UND ERNEUERUNG**
Live-Stream
Dr. Lisa Hockemeyer
Mi, 01.04.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1116EW NEU
**WARUM NICHT LOSEN?
ÜBER DEN SINN VON ZU-
FALLSENTSCHEIDUNGEN**
Live-Stream
Prof. Dr. Barbara Stollberg-Rilinger
Mi, 22.04.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1117EW NEU
DIE KELTEN
Live-Stream
Prof. Dr. Bernhard Maier
Mi, 29.04.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1118EW NEU
**CAHOKIA: EINE PRÄKOLUM-
BISCHE INDIGENE HOCHKUL-
TUR IN NORDAMERIKA**
Live-Stream
Prof. Dr. Michael Hochgeschwen-
der
Di, 09.06.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1119E NEU
**SPRECHENDE STEINE. NEUE
FORSCHUNGEN ZU DEN RÖ-
MISCHEN INSCRIFTEN AUS
DEM RHEIN-NECKAR-RAUM**
Dr. Jonas Osnabrügge
Mi, 24.06.2026, 18:15 Uhr
Eintritt frei

1120
**SÜTTERLIN UND
ALTE DEUTSCHE SCHRIFT**
Für Anfänger*innen
Karlheinz Sausbier
4x, ab Mo, 22.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 66,50 € (inkl. Skript)



„MUT ZUR WUT“

Plakatausstellung
08.06. – 22.07.2026

1130A NEU
**„MUT ZUR WUT“ -
JAHRGANG 2025**
Plakatausstellung
08.06. – 22.07.2026
kostenfrei

1131E NEU
**POLITIK-DEBATTE
IN DER PRIMETIME**
Das „Triell“ zur Landtagswahl
Team der LpB, Heidelberg
Di, 24.02.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1132 NEU
**PUBQUIZ ZUR
LANDTAGSWAHL 2026**
Team der LpB, Heidelberg
Di, 03.03.2026, 19:00 Uhr
kostenfrei

1133EW NEU
**IN DER NÄHE:
VOM POLITISCHEN WERT
EINER OSTDEUTSCHEN
SEHNSUCHT**
Live-Stream
Dr. Simon Strauss
Mo, 18.05.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1134EW NEU
**DIE WIEDERKEHR
DER IMPERIEN**
Live-Stream
Prof. Dr. Herfried Münkler
Termin: N.N.
Eintritt frei

1150E NEU
**„KÖRPER SUCHT SEELE“ -
LESUNG**
Zum Internationalen
Frauentag 2026
Anna Schreiber
Di, 03.03.2026, 19:00 Uhr
kostenfrei

1151E NEU
**TAKING THE BLACKPILL -
DIE „INCEL-COMMUNITY“
UND IHRE ÜBERZEUGUNGEN**
Zum Internationalen
Frauentag 2026
Angela Frick
Fr, 13.03.2026, 19:00 Uhr
Eintritt frei

11512 NEU
„MÄNNERRUNDE“
Offener Gesprächskreis (angelei-
tet) für Männer ab 18 Jahren
Andreas Korol
15x, ab Mi, 25.02.2026, 13:00 Uhr
kostenfrei

1153E
**SICH ENGAGIEREN -
ABER WIE?**
Ein Informationsabend für Unent-
schlossene und Aufgeschlossene
auf der Suche nach einem passen-
den Engagement
Annette Woithon
Mi, 25.03.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

HINWEIS

Weitere Informationen zu den
Kursen und Veranstaltungen
finden Sie auf unserer Website
unter der jeweiligen Kurs-Nr.

www.vhs-hd.de

RECHT,
VERBRAUCHER-
FRAGEN UND
WIRTSCHAFT

1211.01E
**VORSORGEVOLLMACHT,
PATIENTENVERFÜGUNG
UND CO.**
Vortrag in Heidelberg
Claudia Schreiner-Rüdiger /
Laura Plöger
Mi, 18.03.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1211.02E
**VORSORGEVOLLMACHT,
PATIENTENVERFÜGUNG
UND CO.**
Vortrag in Eppenheim
Stefanie Kurz / Tillmann Schöning
Do, 26.03.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1212E
**DIE ZEHN HÄUFIGSTEN
IRRTÜMER IM ERBRECHT**
Dr. Bettina Gerlitz
Do, 19.03.2026, 19:30 Uhr
Eintritt: 9,00 €

1213E
**DIE ZEHN HÄUFIGSTEN
FEHLER BEI DER TESTA-
MENTSERRICHTUNG**
Dr. Bettina Gerlitz
Do, 16.04.2026, 19:30 Uhr
Eintritt: 9,00 €

1214E NEU
**BEHINDERTEN- UND
BEDÜRFTIGENTESTAMENT
UND LÖSUNGEN FÜR
PATCHWORK-FAMILIEN**
Dr. Bettina Gerlitz
Do, 09.07.2026, 19:30 Uhr
Eintritt: 9,00 €

1217
**ERWERB UND VERWALTUNG
VON WOHNRECHT
UND HÄUSERN**
Anno Werneke
Mi, 04.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 24,00 €

1218
**MIETEN UND VERMIETEN
VON WOHNRECHT
UND HÄUSERN**
Anno Werneke
Mi, 22.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 24,00 €



SPILLNER & SPITZ

Rechtsanwälte in Heidelberg seit 1899

Rechtsanwälte, Fachanwälte

Ihre Ansprechpartner für Erbrecht und Erbschaftssteuerrecht:

Dr. Jürgen Leibold
Fachanwalt für Steuerrecht

Dr. Bettina Gerlitz
Fachanwältin für Erbrecht

Sofienstr. 7b • 69115 Heidelberg • Internet: www.SpillnerSpitz.de
Telefon: 0 62 21/14 74-0 • Telefax: 0 62 21/14 74-24

Anzeige

1219
**IMMOBILIEN ERFOLGREICH
PRIVAT VERKAUFEN**
Christian Stenz / Niklas Gimpel
Di, 05.05.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 25,00 € (Kleingruppe)

1220
**BAU- UND IMMOBILIEN-
FINANZIERUNG**
Wie viel Immobilie kann
ich mir leisten?
Walter Fröhlich
Sa, 11.07.2026, 09:30 - 13:00 Uhr
Gebühr: 29,50 €

1221E NEU
**WISSENSCHAFTLICH
INVESTIEREN MIT ETFS –
ÜBERRASCHEND EINFACH!**
Prof. Dr. Hartmut Walz
Mi, 06.05.2026, 19:00 Uhr
Eintritt: 12,50 €

1222
GELD UND WISSEN
Bedarfsgerecht Geld investieren
Jan Neynaber
Sa, 27.06.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 27,00 €

12121E
VERERBEN UND SCHENKEN
Jan Bittler
Mo, 23.03.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1224EW NEU
**JENSEITS DER BANKEN
UND FERN VOM STAAT.
ÜBER GELD UND FREIHEIT
IM ZEITALTER DER KRYPTO-
WÄHRUNGEN**
Live-Stream
Dr. Aaron Sahr
Mo, 16.03.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1225
**EINKOMMENSTEUER-
ERKLÄRUNG VERSTÄNDLICH
GEMACHT**
Volker Riechert
So, 26.07.2026, 10:15 - 16:00 Uhr
Gebühr: 85,00 €

STIEHL & SCHMITT
Rechtsanwälte / Fachanwälte



BERATEN | VERTRETEN | GESTALTEN

Arbeitsrecht – Erbrecht – Familienrecht
Mietrecht – Versicherungsrecht – Wirtschaftsrecht

STIEHL & SCHMITT Heidelberger Rechtsanwaltsgesellschaft mbH
Rohrbacher Straße 28 · 69115 Heidelberg · Telefon: 06221 3385 00
E-Mail: kanzlei@stiehl-schmitt.de · www.stiehl-schmitt.de

Anzeige

1226.01EW NEU
**FORTBILDUNG FÜR
DAS SCHÖFFENAMT**
Der Weiße Ring Baden-Württem-
berg: Opferhilfe und Begleitung
im Strafverfahren
Peter Egetemaier
Mi, 25.02.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1226.02EW NEU
**FORTBILDUNG FÜR
DAS SCHÖFFENAMT**
Ethik und Verantwortung in che-
mischer Analytik im Strafverfah-
ren: Ein praxisnaher Einblick für
Schöffinnen und Schöffen
Dr. Tillmann Viefhaus
Di, 10.03.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1226.03EW NEU
**FORTBILDUNG FÜR
DAS SCHÖFFENAMT**
Resilienz im Schöffenamt –
Umgang mit psychosozialen
Belastungen
Stefanie Heimpel / Franka Holl
Di, 14.04.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1227
FAHRRAD-REPARATURKURS
Alles neu macht der Mai –
Frühlingscheck für das Fahrrad!
Martin Rachfahl
Sa, 09.05.2026, 13:00 - 18:00 Uhr
Gebühr: 51,00 € / inkl. Werkstatt-
miete

NEU

Die 3. Lebensphase bewusst gestalten

Freitag, 26.06. und
Samstag, 27.06.2026

PSYCHOLOGIE

1300
MHFA-ERSTHELFERKURS
Mental Health First Aid – Erste
Hilfe für psychische Gesundheit
Theresa Pfannenschmidt
Fr, 03.07.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 04.07.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
So, 05.07.2026, 09:00 - 12:30 Uhr
Gebühr: 196,30 € (inkl. 70,30 €
(Selbstkostenpreis) für Fachbuch
zu MHFA, Workbook, Prüfungsge-
bühr, Registrierung beim
ZI Mannheim, Zertifikat)

1301
**SICH SELBST UND ANDERE
BESSER VERSTEHEN**
Offizieller Einführungskurs
in die Transaktionsanalyse
Norbert Nagel
Sa, 04.07.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 05.07.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 84,00 €

1302.01
MIT DEM LEBEN TANZEN
Einführung in die Gewaltfreie
Kommunikation® nach M.B.
Rosenberg
Katharina Würzler
Sa, 07.03.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 08.03.2026, 10:00 - 13:30 Uhr
Gebühr: 69,00 €

1302.02
MIT DEM LEBEN TANZEN
Einführung in die Gewaltfreie
Kommunikation® nach M.B.
Rosenberg
Katharina Würzler
Sa, 25.04.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 26.04.2026, 10:00 - 13:30 Uhr
Gebühr: 69,00 €

1303
**ÜBUNGSGRUPPE DER
GEWALTFREIEN KOMMUNI-
KATION®**
Mit dem Leben tanzen
Eberhard Schererz
6x, ab Di, 17.03.2026, 17:30 Uhr
Gebühr: 126,00 €

1304
**GLÜCKLICHSEIN KANN
MAN LERNEN**
12 Glücksaktivitäten für Ihren
Alltag
Angela Becker
4x, ab Do, 11.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 69,00 €

1305K
**AUF DER SUCHE
NACH GLÜCK**
Ein Workshop für ein Elternteil
mit einem Kind ab 6 Jahren
Atousa Münzebrock
Sa, 13.06.2026, 10:00 - 14:30 Uhr
Gebühr: 49,00 € (inkl. Material-
kosten). Der Preis gilt für einen
Erwachsenen und ein Kind, bitte
paarweise anmelden.

1306 NEU
**DIE 3. LEBENSPHASE
BEWUSST GESTALTEN**
Norbert A. Büth
Fr, 26.06.2026, 17:00 - 21:00 Uhr
Sa, 27.06.2026, 09:00 - 17:30 Uhr
Gebühr: 82,00 €

1307EW NEU
**BAUCHENTSCHEIDUNGEN:
DIE INTELLIGENZ DES UNBE-
WUSSTEN UND DIE MACHT
DER INTUITION**
Live-Stream
Prof. Dr. Gerd Gigerenzer
Do, 18.06.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

PHILOSOPHIE UND RELIGION

1400 NEU
**PHILOSOPHEN MIT ETWAS
ANDEREM „STECKBRIEF“**
Dr. Jochen König
6x, ab Mo, 23.03.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 90,00 €

1401E NEU
**MARTIN BUBER:
EIN LEBEN IM DIALOG**
Prof. Dr. Wolfgang Müller-
Commichau
Do, 12.03.2026, 19:00 Uhr
Eintritt: 8,00 €

1402EW NEU
**ANTISEMITISMUS - WAS
GIBT ES DA ZU ERKLÄREN?**
Live-Stream
Prof. Dr. Jan Philipp Reemtsma
Mi, 25.03.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

HEIDELBERG UND REGION ENTDECKEN

1550.01K
**WO SCHLAFEN
DIE STRASSENBAHNEN?**
Ein Rundgang durch den Betriebs-
hof der Rhein Neckar Verkehr
GmbH (rnv)
Team der RNV
Sa, 25.04.2026, 10:30 - 12:30 Uhr
kostenfrei

1550.02K

**W● SCHLAFEN
DIE STRASSENBAHNEN?**

Ein Rundgang durch den Betriebs-
hof der Rhein Neckar Verkehr
GmbH (rnv)

Team der RNV

Sa, 09.05.2026, 10:30 - 12:30 Uhr
kostenfrei

1551.01K

**FAMILIEN-KANUTOUR
NECKAR (AB HIRSCHHORN)**

Für Erwachsene und Eltern
mit Kindern

Oliver Brück

So, 26.04.2026, 10:30 - 18:30 Uhr
*Gebühr: 59,00 € (eigene Kinder
bis 14 J. zahlen die Hälfte/ keine
weitere Ermäßigung)*

1551.02K

**FAMILIEN-KANUTOUR ENZ
(AB VAIHINGEN)**

Für Erwachsene und Eltern
mit Kindern

Oliver Brück

So, 21.06.2026, 10:30 - 18:30 Uhr
*Gebühr: 59,00 € (eigene Kinder
bis 14 J. zahlen die Hälfte/ keine
weitere Ermäßigung)*

1551.03K

**FAMILIEN-KANUTOUR
ALTRHEIN/ILLINGER RUNDE
(SÜDLICH VON KARLSRUHE)**

Für Erwachsene und Eltern
mit Kindern

Oliver Brück

So, 19.07.2026, 10:30 - 18:30 Uhr
*Gebühr: 59,00 € (eigene Kinder
bis 14 J. zahlen die Hälfte/ keine
weitere Ermäßigung)*

1551.04K

**FAMILIEN-KANUTOUR
NECKAR (AB HIRSCHHORN)**

Für Erwachsene und Eltern
mit Kindern

Oliver Brück

So, 13.09.2026, 10:30 - 18:30 Uhr
*Gebühr: 59,00 € (eigene Kinder
bis 14 J. zahlen die Hälfte/ keine
weitere Ermäßigung)*

1552

vhs-RADLER

Reinhardt Nehls

3x, ab Di, 03.03.2026, 19:00 Uhr
kostenfrei

**NATURWISSEN-
SCHAFTEN UND
UMWELTBILDUNG
FÜR KINDER UND
JUGENDLICHE**

1601K

**SCIENCELAB-FORSCHER-
VORMITTAG „BUNT, BUNT,
BUNT SIND ALLE MEINE
KLEIDER“ - FARBWERKSTATT**

Für Kinder von 6 bis 8 Jahren

Dr. Sabine Rosenberger

Sa, 07.03.2026, 09:45 - 12:45 Uhr
*Gebühr: 26,50 € (inkl. Material-
kosten)*

1602K

**SCIENCELAB-FORSCHER-
VORMITTAG „MIR GEHT
EIN LICHT AUF“ - ELEKTRO-
WERKSTATT**

Für Kinder von 6 bis 8 Jahren

Dr. Sabine Rosenberger

Sa, 18.04.2026, 09:45 - 12:45 Uhr
Gebühr: 26,50 €



**UNSERE SCIENCE-
LAB-KURSE**

Tauch' ein in neue Welten!

1603K

**SCIENCELAB-FORSCHER-
VORMITTAG „WASSER IST
NICHT NUR ZUM WASCHEN
DA“**

Für Kinder von 6 bis 8 Jahren

Dr. Sabine Rosenberger

Sa, 13.06.2026, 09:45 - 12:45 Uhr
Gebühr: 26,50 €

1605K

**GEBURTSTAGSPARTY
MIT EXPERIMENTEN**

Für Kinder ab 7 Jahren

Termine nach Vereinbarung

*Gebühr: 158,00 € (zzgl. 3,00 €
Materialgebühr je Kind) /
max. zehn Kinder*

1606K

VERRÜCKTE WISSENSCHAFT

Für Kinder von 7 bis 10 Jahren

Dr. Sylvia Zinser

Sa, 21.03.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
*Gebühr: 25,50 € (inkl. Material-
kosten)*

1607K

**EXPERIMENTIEREN
MIT ROBOTERN**

Grundkurs Robotik für Kinder
von 9 bis 12 Jahren

Dr. Sylvia Zinser

Sa, 13.06.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 25,20 €

1610K

**SCIENCELAB-FORSCHER-
VORMITTAG „KRIMINALI-
STIK - DEM VERBRECHEN
AUF DER SPUR“**

Für Kinder von 9 bis 12 Jahren

Dr. Sabine Rosenberger

Sa, 09.05.2026, 09:45 - 12:45 Uhr
*Gebühr: 26,50 € (inkl. Material-
kosten)*

1611K

**SCIENCELAB-FORSCHER-
VORMITTAG „WELTRAUM -
UNENDLICHE WEITEN“**

Für Kinder von 9 bis 12 Jahren

Dr. Sabine Rosenberger

Sa, 11.07.2026, 09:45 - 12:45 Uhr
*Gebühr: 26,50 € (inkl. Material-
kosten)*

1613K

KIND - HUND / HUND - KIND

Spielerisch den sicheren Umgang
mit Hunden erlernen – in den
Osterferien

Ute Bühner

Sa, 18.04.2026, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 16,80 €

1614K

**FORSCHEN, SAMMELN UND
TÜFTELN WIE CARL BOSCH**

Für Kinder von 8 bis 10 Jahren –
in den Sommerferien

Bianca Flock / Hayo Hauptmann

3x, ab Mo, 03.08.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 67,50 €

1615K

**NEU
SURVIVALTRAINING
IM WALD - FÜR JUNGEN**

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren –
in den Sommerferien

Mike Colbert / Isabell Leischwitz

5x, ab Mo, 03.08.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 105,00 €

1616K

**SURVIVALTRAINING
IM WALD - FÜR MÄDCHEN**

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren –
in den Sommerferien

Mike Colbert / Isabell Leischwitz

5x, ab Mo, 10.08.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 105,00 €

**NATURWISSEN-
SCHAFTEN UND
UMWELTBILDUNG
FÜR ERWACHSENE**

1660W

**ASTRONOMIE
FÜR FORTGESCHRITTENE**

Galaxien – Welteninseln im
Universum – Online

Dr. Monika Maintz

10x, ab Mo, 02.03.2026,
19:30 Uhr
Gebühr: 105,00 €

für Kinder, Jugendliche und Familien

1661.01

**ABENDFÜHRUNG DURCH
DIE LANDESSTERNWARTE
HEIDELBERG**

Für Erwachsene und Jugendliche
ab 14 Jahren

Dr. Monika Maintz

Fr, 27.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 16,00 €

1661.02

**ABENDFÜHRUNG DURCH
DIE LANDESSTERNWARTE
HEIDELBERG**

Für Erwachsene und Jugendliche
ab 14 Jahren

Dr. Monika Maintz

Fr, 24.04.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 16,00 €

1662EW

**NEU
IM WETTLAUF MIT DEM
GEHIRN: IST KÜNSTLICHE
INTELLIGENZ SCHON
INTELLIGENT?**

Live-Stream

Prof. Dr. Moritz Helmstaedter

Mo, 23.02.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1663EW

**NEU
„FEHLERHAFTE MENSCHEN
UND MASCHINENFEHLER.
WARUM WIR EINE ERROR
LITERACY BRAUCHEN“**

Live-Stream

Prof. Dr. Martina Heßler

Di, 24.02.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1664EW

**NEU
DIE GLETSCHER:
VON DER LETZTEN EISZEIT
BIS MORGEN**

Live-Stream

Dr. Andrea Fischer

Do, 16.04.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

GEWUSST?

Besitzer*innen des Heidelberg-
Passes erhalten auf alle vhs-Kurse
eine Ermäßigung von 30 %.

1665EW

**NEU
„ZUKUNFT DER INDU-
STRIELLEN PRODUKTION
IN DEUTSCHLAND“**

Live-Stream

Dr. Björn Sautter

Di, 23.06.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1666EW

**NEU
MUSIK, WISSENSCHAFT
UND TECHNIK - EINE HAR-
MONISCHE REISE DURCH
ZWEI JAHRHUNDERTE**

Live-Stream

Prof. Dr. Myles W. Jackson

Di, 21.07.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1667

**NEU
#CLIMATECHALLENGE -
WIRKSAMEN KLIMASCHUTZ
GESTALTEN**

Antonia Fellenberg

3x, ab Do, 05.03.2026, 18:00 Uhr
kostenfrei

1670.01EW

**NEU
KLIMA UND EIGENANBAU:
NATÜRLICH GÄRTNERN
MIT PERMAKULTUR**

Online

René Franz

Di, 24.02.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1670.02EW

**NEU
KLIMA UND KULTUR:
FÜR MEHR KLIMASCHUTZ
UND WAS WIR DAFÜR TUN
KÖNNEN!**

Online

Franziska Mohaupt

Mi, 18.03.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei



#CLIMATE-CHALLENGE

3x, ab Do, 05.03.2026

1670.03EW NEU
KLIMA UND BETEILIGUNG:
WIE KÖNNEN WIR VOR ORT
WIRKSAM WERDEN?

Online
Dr. Jonathan Seim
Mi, 22.04.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1670.04EW NEU
KLIMA UND PSYCHOLOGIE:
WARUM WISSEN ALLEIN
NICHT REICHT

Online
Anna-Sophie von Agris
Do, 07.05.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1670.05EW NEU
KLIMA UND FINANZEN:
GRÜN INVESTIEREN -
ABER WIE?

Online
Michael Herte
Mi, 03.06.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1671
WILDKRÄUTERSPAZIER-
GANG RUND UM DEN
BIERHELDERHOF
für Erwachsene
Friederike Niestroj
Do, 19.03.2026, 17:30 - 19:30 Uhr
Gebühr: 13,00 €

1671.01E NEU
DIE ARBEITSMORAL
UND MAX WEBER
Zur Aktualität eines Klassikers
Akademie der Wissenschaften
Heidelberg
Dr. Edith Hanke
Mi, 10.06.2026, 18:15 Uhr
Eintritt frei

1671.02E NEU
BRAND NAME ODER
NO NAME?
Strategien einer attischen
Keramikwerkstatt am Ende
des 6. Jahrhunderts v. Chr.
Akademie der Wissenschaften
Heidelberg
Prof. Dr. Bettina Kreuzer
Mi, 01.07.2026, 18:15 Uhr
Eintritt frei

1671.03E NEU
DARF EIN CHRIST
IN DEN KRIEG ZIEHEN?
Eine schon im 16. Jahrhundert
vieldiskutierte Frage
Akademie der Wissenschaften
Heidelberg
Prof. Dr. Christoph Strohm
Mi, 08.07.2026, 18:15 Uhr
Eintritt frei

1671.04E NEU
MASCHINELLES LERNEN
VERSTEHEN - EINE PHYSI-
KALISCHE PERSPEKTIVE
Akademie der Wissenschaften
Heidelberg
PD Dr. Eric Raidl /
Dr. Miriam Klopotek
Mi, 22.07.2026, 18:15 Uhr
Eintritt frei

**PÄDAGOGIK UND
ELTERNBILDUNG**

1710.01K

BABYSITTERDIPLOM

Für Jugendliche ab 13 Jahren

Tatiana Bohla

Sa, 25.04.2026, 10:30 - 15:30 Uhr

Gebühr: 34,00 € (inkl. Kopien und „Diplom“), mit Pausen

1710.02K

BABYSITTERDIPLOM

Für Jugendliche ab 13 Jahren

Tatiana Bohla

Sa, 20.06.2026, 10:30 - 15:30 Uhr

Gebühr: 34,00 € (inkl. Kopien und „Diplom“), mit Pausen

1710.03K

BABYSITTERDIPLOM

Für Jugendliche ab 13 Jahren

Tatiana Bohla

Sa, 18.07.2026, 10:30 - 15:30 Uhr

Gebühr: 34,00 € (inkl. Kopien und „Diplom“), mit Pausen

KIND-ELTERN-KURSE

1810.01K

**DIE KRABELKÄFER
IN HEIDELBERG**

Klangzauber und Bewegungs-
freude erfahren – für Kinder von 6
bis 10 Monaten

Anita Ridder

5x, ab Mo, 23.02.2026, 09:30 Uhr

Gebühr: 42,00 € (Geschwister-
kinder bitte einzeln anmelden)

1810.02K

**DIE KRABELKÄFER
IN HEIDELBERG**

Spaß beim Musizieren, Bewegen,
Entdecken – für Kinder von 11 bis
16 Monaten

Anita Ridder

5x, ab Mo, 23.02.2026, 10:45 Uhr

Gebühr: 42,00 € (Geschwister-
kinder bitte einzeln anmelden)

1810.03K
**DIE KRABELKÄFER
IN HEIDELBERG**
Klangzauber und Bewegungs-
freude erfahren – für Kinder von 6
bis 10 Monaten
Anita Ridder
5x, ab Mo, 13.04.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 42,00 € (Geschwister-
kinder bitte einzeln anmelden)

1810.04K
**DIE KRABELKÄFER
IN HEIDELBERG**
Spaß beim Musizieren, Bewegen,
Entdecken – für Kinder von 11 bis
16 Monaten
Anita Ridder
5x, ab Mo, 13.04.2026, 10:45 Uhr
Gebühr: 42,00 € (Geschwister-
kinder bitte einzeln anmelden)

1811.01K
**DIE MUSIKKÄFER
IN HEIDELBERG**
Freude an Rhythmus, Bewegung
und Kreativität – für Kinder von 2
bis 3 Jahren
Anita Ridder
5x, ab Mo, 23.02.2026, 15:00 Uhr
Gebühr: 63,00 € (Geschwister-
kinder bitte einzeln anmelden)

1811.02K
**DIE MUSIKKÄFER
IN HEIDELBERG**
Freude an Rhythmus, Bewegung
und Kreativität – für Kinder von 2
bis 3 Jahren
Anita Ridder
5x, ab Mo, 13.04.2026, 15:00 Uhr
Gebühr: 63,00 € (Geschwister-
kinder bitte einzeln anmelden)

1812K NEU
**VITALSTOFFE UND HEIL-
KRÄUTER AM HEILIGENBERG**
Für Erwachsene und Eltern
mit Kindern ab 8 Jahren
Annette Woithon
So, 22.03.2026, 13:30 - 16:00 Uhr
Gebühr: 15,00 € (Kinder: 10,50 €)

1813K
**FELSENMEER, HAARMÜTZEN
UND WOLFSBRUNNEN**
Für Erwachsene und Eltern
mit Kindern ab 6 Jahren
Marion Huthmann
Sa, 28.03.2026, 10:45 - 13:45 Uhr
Gebühr: 16,00 € (Kinder: 11,00 €)

1814K NEU
DEM BIBER AUF DER SPUR
Für Erwachsene und Kinder
ab 6 Jahren
Nadil Saghir
So, 19.04.2026, 14:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 9,50 € (Kinder: 6,50 €)

1815K
**WILD- & HEILKRÄUTER
IM FRÜHLING**
Für Erwachsene und Eltern
mit Kindern ab 6 Jahren
Friederike Niestroj
So, 19.04.2026, 10:45 - 13:00 Uhr
Gebühr: 12,00 € (Kinder: 8,50 €)

1816K NEU
**SCHOTTERSCHÄTZE -
ABENDLICHER WILD-
KRÄUTER-SPAZIERGANG
AUF DEM BAHNDAMM**
Für Erwachsene und Eltern
mit Kindern ab 8 Jahren
Annette Woithon
Sa, 18.07.2026, 19:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 11,00 € (Kinder: 7,50 €)

HINWEIS ZU ALLEN KURSEN
AN DER VOLKSHOCHSCHULE
HEIDELBERG

- ABMELDE- BZW. UMBUCHUNGSFRISTEN:**
- bei Veranstaltungen mit bis zu sechs Terminen:
zehn Kalendertage vor Kursbeginn (gebührenfrei).
 - bei Veranstaltungen mit mehr als sechs Terminen:
bis einen Kalendertag vor Kursbeginn (gebühren-
frei) oder bis zwei Kalendertage nach dem ersten
Unterrichtstermin (Gebühr: 5,00 €).
 - bei Intensivkursen (ab 20 Wochenstunden):
bis einen Kalendertag vor Kursbeginn (gebühren-
frei).

**ABMELDUNGEN UND KURSWECHSEL
SIND NUR MÖGLICH:**

- per Post
- per E-Mail an info@vhs-hd.de
- persönlich im Kundenbüro

Ein Rücktritt nach Ablauf der genannten Fristen
ist ausgeschlossen. Auch bei Nichtteilnahme und
Verhinderung durch Krankheit müssen die Kurs-
gebühren bezahlt werden und werden nicht rück-
erstattet.

Bei Fragen und für Informationen:
06221 911 911 | info@vhs-hd.de

KUNST UND GESTALTEN

Den Spuren Heinrich Heines folgen, den Frühling fotografieren, Ton zu Geschirr formen, einen Ulmer Hocker bauen, Mosaike für den Garten fertigen, gemeinsam tanzen und Theater spielen, Schmuck schmieden, zeichnen, malen und drucken, nähen lernen, einen Trickfilm drehen oder eigene Texte verfassen und teilen – unsere Kreativangebote öffnen Horizonte und wecken Talente.



JAHRESAKADEMIE KUNST 2026/27

Die Jahresakademie Kunst ist eine inspirierende Reise durch die künstlerischen Ausdrucksformen Zeichnung, Malerei, Skulptur, Plastik, Land Art, Installation und Video. Mit Pinsel, Stift, Gips, Speckstein, Naturmaterialien und digitalen Mitteln erforschen Sie traditionelle und neue künstlerische Techniken und entwickeln Ihren eigenen Stil. Fünf Künstler*innen begleiten Sie an elf Wochenenden durch ein kreatives Jahr. Mehr dazu auf Seite 25.



2072E

EINE REISE IN DIE ZEIT – AUF DEN SPUREN VON HEINRICH HEINES HARZREISE

Do, 23.04.2026, 18:15 – 19:45 Uhr

Vor 200 Jahren erschien Heinrich Heines berühmte Harzreise – Beschreibung einer Wanderung, Satire, Naturbeschreibung und Gesellschaftskritik, von Heine selbst „zusammengewürfeltes Lappenwerk“ genannt. Wir betrachten ausgewählte Passagen und ihre Wirkung, begleiten den letzten Romantiker auf den Brocken und folgen Frank Barsch, der in „Harry, der Sommer und ich“ Heines Klassiker ins Heute verlegt.

KUNST UND GESTALTEN



2500

DANCE FOR DEMOCRACY

Sa, 28.02.2026, 15:00 – 17:00 Uhr

Egal wer du bist, woher du kommst oder welche Sprache du sprichst – auf der Tanzfläche bist du Tänzer*in! Dance for Democracy schafft Raum für Begegnung und Austausch: Tanzen als fröhliche Alternative zur Demonstration stärkt Zusammenhalt und Vielfalt. Zum Auftakt des Sommersemesters laden die vhs Heidelberg und der Verein Dance for Democracy ein – mit Live-Musik des Bonfire Orchestra.



2821K

STOP-MOTION-WORKSHOP: URLAUBSABENTEUER IM MINI-FORMAT

5x, ab Mo, 03.08.2026, 10:00 Uhr

Sommer, Sonne, Fantasie! Im Ferienworkshop entstehen kleine Stop-Motion-Filme rund ums Thema Urlaub – ob Strand, Berge, Safari oder Garten. Aus Papier, Knete und Naturmaterialien erschaffst du Figuren und Kulissen, die Szene für Szene lebendig werden. Zum Abschluss präsentieren wir unsere Mini-Urlaubsfilme bei einer kleinen Premiere.



KUNSTGESCHICHTE

5 Kurse

MALEN, ZEICHNEN, DRUCKTECHNIKEN

55 Kurse

PLASTISCHES GESTALTEN

13 Kurse

FOTOGRAFIE

9 Kurse

HANDWERKSTECHNIKEN

16 Kurse

TEXTILES GESTALTEN, NÄHEN UND MODEDESIGN

29 Kurse

LITERATUR / SCHREIBWERKSTATT

14 Kurse

MUSIZIEREN UND SINGEN

20 Kurse

TANZEN

46 Kurse

THEATERSPIELEN UND KLEINKUNST

10 Kurse

KONTAKT

Claudia Schmidt
06221 9119-35
schmidt@vhs-hd.de

Team Kunst
06221 9119-75
kunst@vhs-hd.de

KUNSTGESCHICHTE

2024
KUNST ZUM FRÜHSTÜCK
Dott. Lionette Lorenz Fuxius
5x, ab Do, 26.02.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 70,00 € (inkl. Bewirtung)

2025 NEU
„DIE KUNST IST EINE HARMONIE PARALLEL ZUR NATUR“
Die Malerei von Paul Cézanne
Dr. Andrea Schmidt-Niemeyer
3x, ab Mo, 09.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 30,00 €

2026 NEU
SEHNSUCHT NACH WEITE: UNSER VERHÄLTNIS ZUR NATUR
Dr. Andrea Schmidt-Niemeyer
4x, ab Mo, 20.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 40,00 €

2027EW NEU
BENVENUTO● CELLINI. EIN KÜNSTLERLEBEN
Live-Stream
Prof. em. Dr. Andreas Beyer
Do, 02.04.2026, 19:30 Uhr
kostenfrei

HINWEIS

Weitere Informationen zu den Kursen und Veranstaltungen finden Sie auf unserer Website unter der jeweiligen Kurs-Nr.

www.vhs-hd.de

2028EW NEU
KUNST IM ÖHR - EIN LIVE-STREAM FÜR ALLE SINNE
Live-Stream
Dr. Andrea Weniger /
Claudia Böhme / Jochen Meister
Mi, 11.03.2026, 19:30 Uhr
kostenfrei

MALEN, ZEICHNEN, DRUCKTECHNIKEN

2022A
AUSSTELLUNG DER JAHRES- AKADEMIE KUNST 2025/26
18.03. – 23.04.2026
Eröffnung der Ausstellung:
Mittwoch, 18.03.2026, 18:30 Uhr

2103
JAHRESAKADEMIE KUNST
Aufbaustufe
Angelika Kehlenbach /
Maria Sophie Biehl / Loïc Devaux /
Felix Kind / Annah-Katharina Litterst
30x, ab Fr, 12.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 1200,00 €

2111
EINFÜHRUNG IN DIE GRUND- LAGEN DES ZEICHNENS
Oded Netivi
Sa, 21.03.2026, 14:00 - 18:00 Uhr
So, 22.03.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 62,90 € / max. 8 TN

2112
DIE KUNST DER LINIE
Grundlagen und mehr
Ron Otter
9x, ab Di, 10.03.2026, 19:30 Uhr
Gebühr: 104,40 € / max. 8 TN

2113
MUT ZUM ZEICHNEN
Sibel Karan
5x, ab Mo, 20.04.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 72,00 €

2114 NEU
ZEICHNEN LERNEN
Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
Christian Schura
Sa, 16.05.2026, 09:30 - 16:00 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2115
ZEICHNEN, SKIZZIEREN, KOLORIEREN
Jurij Galusinskij
8x, ab Mi, 04.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 132,00 € / max. 8 TN

2116.01
AKTZEICHNEN INTENSIV
Veronika Lüdke-Paulshofen
Fr, 13.03.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 14.03.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 15.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 166,00 € (inkl. Modell- kosten)

2116.02
AKTZEICHNEN
Veronika Lüdke-Paulshofen
So, 10.05.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 66,40 € (inkl. Modell- kosten)

2116.03
AKTZEICHNEN
Veronika Lüdke-Paulshofen
Sa, 16.05.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
So, 17.05.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 99,60 € (inkl. Modell- kosten)

2116.04
AKTZEICHNEN INTENSIV
Veronika Lüdke-Paulshofen
Fr, 26.06.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 27.06.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 28.06.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 166,00 € (inkl. Modell- kosten)

JAHRESAKADEMIE KUNST 2026/27

- Die Jahresakademie Kunst ist eine inspirierende Reise durch die künstlerischen Ausdrucksfor- men Zeichnung, Malerei, Skulptur, Plastik, Land Art, Installation und Video. Mit Pinsel, Stift, Gips, Speckstein, Naturmaterialien und digitalen Mitteln erforschen Sie traditionelle und neue künst- lerische Techniken und entwickeln Ihren eigenen Stil. Fünf Künstle- rinnen und Künstler begleiten Sie an elf Wochenenden durch ein kreatives Jahr.
- Gebühr: 1.300,- €
Für die Workshops 3 (Skulp- tur) und 5 (Plastik) kommen jeweils ca. 30,00 € Material und Werkzeugnutzung hinzu. Diese werden je nach Verbrauch direkt im Kurs abgerechnet.
 - Eine Ratenzahlung ist möglich:
1. Rate 06.03.2026,
2. Rate 26.06.2026,
3. Rate 16.10.2026,
4. Rate 22.01.2027
 - Gruppengröße:
max. 12, min. 9 Personen
 - Die Jahresakademie Kunst beginnt am 06.03.2026 und endet am 21.02.2027.
 - Unterrichtszeiten jeweils:
Freitag 18:15 – 21:15 Uhr
Samstag 10:00 – 17:00 Uhr
Sonntag 10:00 – 15:00 Uhr

2117.01
SOMMERKURS AKTZEICHNEN
Veronika Lüdke-Paulshofen
5x, ab Mo, 31.08.2026, 14:00 Uhr
Gebühr: 140,00 € (inkl. Modell- kosten)

2117.02
SOMMERKURS AKTZEICHNEN
Veronika Lüdke-Paulshofen
5x, ab Mo, 31.08.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 140,00 € (inkl. Modell- kosten)

2118.01
PORTRÄTZEICHNEN
Veronika Lüdke-Paulshofen
Fr, 24.04.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 25.04.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 99,60 € (inkl. Modell- kosten) / max. 8 TN

2118.02
PORTRÄTZEICHNEN
Veronika Lüdke-Paulshofen
Fr, 08.05.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 09.05.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 99,60 € (inkl. Modell- kosten) / max. 8 TN

2119
TIERWESEN ZEICHNEN
Chilja Engelhard
Sa, 25.07.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 26,50 €



Bei Interesse wenden Sie sich bitte an Claudia Schmidt:

06221 9119-35
schmidt@vhs-hd.de

2120
KAWAII! CHIBI-FIGUREN ZEICHNEN
Manga Basics Workshop
Chilja Engelhard
Sa, 25.07.2026, 14:30 - 17:00 Uhr
Gebühr: 15,90 €

2121K
DRAW & WEAR - GESTALTE DEIN MANGA-SHIRT
Für Kinder ab 7 Jahren
Soroor Ashouri Fard
Sa, 07.03.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
So, 08.03.2026, 11:00 - 15:00 Uhr
Gebühr: 55,25 € (inkl. 8,00 € Ma- terialkosten)

2122K 
**MANGA & COMICS: DEIN
PORTRÄT IM MANGA-STIL**
Für Kinder ab 7 Jahren – in den
Osterferien
Soroor Ashouri Fard
4x, ab Mo, 30.03.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 110,25 €

2123K NEU 
**MANGA COMICS – ZEICHNEN
LERNEN VON A BIS Z**
Für Kinder ab 7 Jahren – in den
Sommerferien
Soroor Ashouri Fard
5x, ab Mo, 07.09.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 149,75 €

2124
„KÜSS DEINE MUSE WACH“
Die besten Journaling-Methoden
für Ihre Kreativität
Sandra Miriam Schneider
Fr, 27.02.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 28.02.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 01.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 147,00 €

2128
**HANDLETTERING:
DIE KUNST DES
SCHÖNEN WORTES**
Sibel Karan
5x, ab Mo, 23.02.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 72,00 €

2133.01
SHODO
Japanische Kalligraphie
Mei Jin-Hiller
Sa, 25.04.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2133.02
SHODO
Japanische Kalligraphie
Mei Jin-Hiller
Sa, 12.09.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 42,00 €



**ÖLMALEREI:
ARCHITEKTUR**
Samstag, 09.05.2026

2134.01
SEMI-E MALEREI
Chinesische Tuschemalerei
Mei Jin-Hiller
Sa, 21.03.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2134.02
SEMI-E MALEREI
Chinesische Tuschemalerei
Mei Jin-Hiller
Sa, 20.06.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2140
AQUARELLMALEREI
Jurij Galusinskij
8x, ab Do, 05.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 132,00 € / max. 8 TN

2141
**AQUARELL (NICHT NUR)
FÜR FORTGESCHRITTENE**
Oded Netivi
Sa, 25.04.2026, 14:00 - 18:00 Uhr
So, 26.04.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 62,90 € / max. 8 TN

2142 NEU
**WATERCOLOR MEETS
HANDLETTERING**
Wenn Aquarellfarben fließen und
Buchstaben tanzen
Larissa Krassmann
5x, ab Do, 16.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 € / max. 8 TN

2146
**EINFÜHRUNG IN
DIE ÖLMALEREI**
Werner Degreif
Sa, 07.03.2026, 09:30 - 17:15 Uhr
Gebühr: 52,20 €

2147 NEU
**ÖLMALWORKSHOP:
ARCHITEKTUR**
Ansichten von Häusern in Stadt
und Landschaft
Werner Degreif
Sa, 09.05.2026, 09:30 - 17:15 Uhr
Gebühr: 52,20 €

2150
ACRYLTECHNIKEN
Oded Netivi
Sa, 13.06.2026, 14:00 - 18:00 Uhr
So, 14.06.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 62,90 € / max. 8 TN

2151
**ACRYLMALEREI ABSTRAKT
●DER FIGURATIV**
Jurij Galusinskij
Fr, 10.07.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 11.07.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
Gebühr: 77,00 € / max. 8 TN

2152
**SPACHELTECHNIK IN ÖL
UND ACRYL**
Jurij Galusinskij
Fr, 17.04.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 18.04.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
Gebühr: 77,00 € / max. 8 TN

2155
**PORTRÄT UND
SELBSTPORTRÄT**
Dora Mittenzwei
Fr, 03.07.2026, 18:00 - 20:00 Uhr
Sa, 04.07.2026, 10:00 - 15:00 Uhr
So, 05.07.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
*Gebühr: 84,40 € (inkl. 20,00 €
Materialkosten)*

2156
PORTRÄT IN FARBE
Veronika Lüdke-Paulshofen
Fr, 19.06.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 20.06.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 21.06.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
*Gebühr: 166,00 € (inkl. Modell-
kosten)*

2160 NEU
**MALEN FÜR DIE SEELE -
WIE WILL ICH LEBEN?**
Elizabeth Helmecke
Sa, 28.03.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
*Gebühr: 52,40 € (inkl. 10,00 €
Materialkosten)*

2161 NEU
**MALEN FÜR DIE SEELE -
LOSLASSEN UND FEST-
HALTEN**
Elizabeth Helmecke
Sa, 01.08.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
*Gebühr: 52,40 € (inkl. 10,00 €
Materialkosten)*

2162
MINDFUL PLAY
Experimentelle Malerei
Laura Therese Schran
6x, ab Mo, 13.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 108,00 €

2163
PRINZIP FREIHEIT
Freie Malerei und Zeichnung
Ana Laibach
Fr, 20.03.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 21.03.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 22.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 120,00 €

2164
BILDER MIT TITEL
Freie Malerei und Zeichnung
Ana Laibach
Fr, 10.04.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 11.04.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 12.04.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 120,00 € / max. 8 TN

2165
**DAS FREMDE UND
DAS EIGENE**
Freie Malerei und Zeichnung
Ana Laibach
Fr, 04.09.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 05.09.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 06.09.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 120,00 €

2167
MONOLOG IN FARBE
Malerei-Intensiv-Wochenende
Ana Laibach
Fr, 26.06.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 27.06.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 28.06.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 120,00 € / max. 8 TN

2168.01
ALL YOU CAN PAINT!
In den Osterferien
Veronika Lüdke-Paulshofen
4x, ab Di, 07.04.2026, 14:00 Uhr
Gebühr: 112,00 € / max. 8 TN

2168.02
ALL YOU CAN PAINT!
In den Osterferien
Veronika Lüdke-Paulshofen
4x, ab Di, 07.04.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 112,00 € / max. 8 TN

2168.03
ALL YOU CAN PAINT!
Veronika Lüdke-Paulshofen
So, 26.04.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 50,40 € / max. 8 TN

2169.01
**SOMMERKURS
ALL YOU CAN PAINT!**
Veronika Lüdke-Paulshofen
5x, ab Mo, 07.09.2026, 14:00 Uhr
Gebühr: 140,00 € / max. 8 TN

2169.02
**SOMMERKURS
ALL YOU CAN PAINT!**
Veronika Lüdke-Paulshofen
5x, ab Mo, 07.09.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 140,00 € / max. 8 TN

HINWEIS

Der Aufzug im vhs-Gebäude ist
voraussichtlich bis Mai 2026 still-
gelegt.

2170
**ICH BIN DANN MAL WEG -
FREIE MALEREI**
Im Rahmen der Sommerakademie
Kunst.Zeit.Raum.
Ana Laibach
5x, ab Mo, 17.08.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 280,00 €

2171
DIE FIGUR IM RAUM
Im Rahmen der Sommerakademie
Kunst.Zeit.Raum.
Werner Degreif
5x, ab Mo, 17.08.2026, 10:00 Uhr
*Gebühr: 280,00 € (zzgl. 10,00 €
Materialkosten)*

2175
**RADIERUNG -
DRUCKGRAFIK IM ATELIER**
Ron Otter
Fr, 12.06.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 13.06.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
*Gebühr: 122,40 € (inkl. 30,00 €
Materialkosten und Werkzeug-
nutzungsgebühr), Kleingruppe*

2176
LINOLDRUCK
Laura Therese Schran
6x, ab Mo, 08.06.2026, 18:15 Uhr
*Gebühr: 129,00 € (inkl. 30,00 €
Werkzeugnutzungsgebühr und
Materialkosten)*

2177
TETRA PAK-DRUCK
Sibel Karan
5x, ab Mo, 15.06.2026, 18:00 Uhr
*Gebühr: 79,00 € (inkl. 10,00 €
Material- und Werkzeugnutzungs-
gebühr)*

PLASTISCHES
GESTALTEN

2201
**KERAMIKWERKSTATT
AM VORMITTAG**
Marietta Menke

6x, ab Mi, 25.02.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 200,00 € (inkl. Brenn-
kosten) / max. 8 TN

2202
**KREATIVES GESTALTEN
MIT TON**
Maria Ryklin

8x, ab Mi, 04.03.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 256,00 € (inkl. Brenn-
kosten) / max. 8 TN

2203.01
**KERAMIKWORKSHOP: AUF-
BAUTECHNIK UND DREHEN
AN DER SCHEIBE**
Susanne Schmitt

Sa, 28.02.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Mo, 23.03.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 164,50 € (inkl. 30,00 €
Werkzeugnutzung), Kleingruppe

2203.02
**KERAMIKWORKSHOP: AUF-
BAUTECHNIK UND DREHEN
AN DER SCHEIBE**
Susanne Schmitt

Sa, 25.04.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Mo, 18.05.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 164,50 € (inkl. 30,00 €
Werkzeugnutzung), Kleingruppe

2204
**TONKUNST - SKULPTUREN -
OBJEKTE**
Ilsemarie Wülfing

8x, ab Mo, 23.02.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 294,00 € (inkl. Brenn-
kosten) / max. 8 TN

2206.01
**DIE KUNST DES TÖPFERNS
OHNE DREHSCHLEIBE**
Ulrich Fichtner

7x, ab Do, 26.02.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 224,00 € (inkl. Brenn-
kosten) / max. 8 TN

2206.02
**DIE KUNST DES TÖPFERNS
OHNE DREHSCHLEIBE**
Ulrich Fichtner

6x, ab Do, 11.06.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 192,00 € (inkl. Brenn-
kosten) / max. 8 TN

2210
**KREATIVES DREHEN
AN DER TÖPFERSCHLEIBE**
Barbara Kullik-Kuch

Sa, 21.03.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 22.03.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 166,00 € (zzgl. Material-
und Brennkosten nach Verbrauch
im Kurs und inkl. Glasurtermin
nach Absprache 3 UE)

2211
VASENSKULPTUREN
Ein Wochenende im Atelier
Tonerde - Tonart
Barbara Kullik-Kuch

Sa, 18.04.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 19.04.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 166,00 € (zzgl. Material-
und Brennkosten nach Verbrauch
im Kurs und inkl. Glasurtermin
nach Absprache 3 UE)

2212
**LUST AUF KERAMIK?
FIGUREN, OBJEKTE, GEFÄSSE**
Im Rahmen der Sommerakademie
Kunst.Zeit.Raum.
Marietta Menke

6x, ab Mo, 17.08.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 360,00 € (inkl. Glasur-
termin und Brennkosten)

2220.01
**KINTSUGI - LEBENSRISSSE
VERGOLDEN**
Natalie Mikulic

So, 15.03.2026, 11:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 55,80 € (inkl. 18,00 €
Materialkosten)

2220.02
**KINTSUGI - LEBENSRISSSE
VERGOLDEN**
Natalie Mikulic

So, 21.06.2026, 11:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 55,80 € (inkl. 18,00 €
Materialkosten)

2224
MOSAİK FÜR DEN GARTEN
Martina Baur

Di, 09.06. und Di, 16.06.2026,
jeweils 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 40,00 € (zzgl. Material-
kosten)

FOTOGRAFIEREN UND
VIDEOFILMEN

2801.01
**GRUNDKURS FOTOGRAFIE-
REN MIT DER KAMERA**
Dr. Günter Krämmer

Fr, 20.03.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 21.03.2026, 09:00 - 17:30 Uhr
So, 22.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Do, 16.04.2026, 18:15 - 19:45 Uhr
Gebühr: 92,00 €

2801.02
**GRUNDKURS FOTOGRAFIE-
REN MIT DER KAMERA**
Dr. Günter Krämmer

Fr, 26.06.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 27.06.2026, 09:00 - 17:30 Uhr
So, 28.06.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Do, 09.07.2026, 18:15 - 19:45 Uhr
Gebühr: 92,00 €

2805
**PHOTOWALK IM
FRÜHLINGSWALD**
Naturfotografie für
Einsteiger*innen
Elke Grüber

Mi, 22.04.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Sa, 25.04.2026, 15:00 - 18:00 Uhr
Mi, 29.04.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
Gebühr: 52,20 € / max. 8 TN

2806
**BLUMEN KREATIV
FOTOGRAFIERT**
Elke Grüber

Mi, 10.06.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Sa, 13.06.2026, 15:00 - 18:00 Uhr
Mi, 17.06.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
Gebühr: 52,20 € / max. 8 TN

2810.01
PORTRÄTFOTOGRAFIE
Gülay Keskin

4x, ab Mo, 09.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 123,20 € (inkl. 40,00 € für
Equipmentnutzung) / max. 8 TN

2810.02
PORTRÄTFOTOGRAFIE
Gülay Keskin

4x, ab Mo, 03.08.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 123,20 € (inkl. 40,00 € für
Equipmentnutzung) / max. 8 TN

2811
FOTOWOCHE FÜR KREATIVE
Im Rahmen der Sommerakademie
Kunst.Zeit.Raum.
Gülay Keskin

5x, ab Mo, 17.08.2026, 13:30 Uhr
Gebühr: 280,00 € / max. 8 TN

2820K
**STOP-MOTION-WORKSHOP:
DIE VERRÜCKTE OSTER-
HASEN-WERKSTATT**
Für Kinder und Jugendliche
von 8 bis 15 Jahren – in den Oster-
ferien
Tabea Isabelle von Grünewaldt

4x, ab Di, 07.04.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 167,50 € (inkl. 10,00 €
Materialkosten)

2821K
**STOP-MOTION-WORKSHOP:
URLAUBSABENTEUER IM
MINI-FORMAT**
Für Kinder und Jugendliche
von 8 bis 15 Jahren – in den Som-
merferien
Tabea Isabelle von Grünewaldt

5x, ab Mo, 03.08.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 212,50 € (inkl. 10,00 €
Materialkosten)

✂ für Kinder, Jugendliche und Familien

HANDWERKS-
TECHNIKEN

2301
**GRUNDLAGEN
DES BUCHBINDENS**
Thomas Weil

Do, 25.06.2026, 19:00 - 22:00 Uhr
Fr, 26.06.2026, 17:45 - 22:00 Uhr
Sa, 27.06.2026, 09:00 - 18:45 Uhr
Gebühr: 221,50 € (inkl. 44,00 €
Material- und Werkzeugnutzungs-
gebühr), Kleingruppe

2303
**GÜRTEL AUS LEDER
SELBST GEMACHT**
Ulrich Rockert

Sa, 28.02.2026, 13:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 56,50 € (inkl. 30,00 €
Material- und Werkzeugnutzungs-
gebühr)

2304
**WALLET AUS LEDER
SELBST GEMACHT**
Ulrich Rockert

So, 08.03.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 61,50 € (inkl. 35,00 €
Material- und Werkzeugnutzungs-
gebühr)

2305
**ARMAND UND SCHLÜS-
SELANHÄNGER AUS LEDER
SELBST GEMACHT**
Grundlagen der Lederverarbei-
tung
Ulrich Rockert

Sa, 07.03.2026, 10:00 - 15:15 Uhr
Gebühr: 70,10 € (inkl. 33,00 €
Material- und Werkzeugnutzungs-
gebühr)

2306.01
GOLDSCHMIEDEARBEITEN
Heike Ullmann

Sa, 21.03.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 22.03.2026, 09:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 152,50 € (inkl. 25,00 €
Werkzeugnutzung) / max. 8 TN

2306.02
GOLDSCHMIEDEARBEITEN
Heike Ullmann

Sa, 28.03.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 29.03.2026, 09:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 152,50 € (inkl. 25,00 €
Werkzeugnutzung), max. 8 TN

2307
KETTEN SELBST GEMACHT
Gestalten - Reparieren - Verschö-
nern
Julia Strähle /
Angelika Reisinger-Remmers

Sa, 25.04.2026, 11:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 48,00 € / max. 8 TN

2308
VOM BAUM ZUM MÖBEL
Grundkurs
Ingo Hofmeister

8x, ab Di, 03.03.2026, 16:30 Uhr
Gebühr: 229,20 € (inkl. 78,00 €
Material- und Werkzeugnutzungs-
gebühr), Kleingruppe

2309
**HOBELN AUF
DEM KÜCHENTISCH**
Aufbaustufe
Ingo Hofmeister

8x, ab Di, 19.05.2026, 16:30 Uhr
Gebühr: 286,20 € (inkl. 135,00 €
für Materialkosten, Hobel und
Werkzeugnutzungsgebühr),
Kleingruppe



URLAUBS-
ABENTEUER IM
MINI-FORMAT

Ab 03.08.2026

2310.01
MÖBEL SELBST RESTAURIEREN
Alfred Schindler
Fr, 17.04.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Sa, 18.04.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 19.04.2026, 10:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 132,00 € (inkl. 20,00 € Materialkosten), max. 8 TN

2310.02
MÖBEL SELBST RESTAURIEREN
Alfred Schindler
Fr, 19.06.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Sa, 20.06.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 21.06.2026, 10:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 132,00 € (inkl. 20,00 € Materialkosten), max. 8 TN

2310.03
MÖBEL SELBST RESTAURIEREN
Alfred Schindler
Fr, 10.07.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Sa, 11.07.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 12.07.2026, 10:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 132,00 € (inkl. 20,00 € Materialkosten), max. 8 TN

2311
BOGENBAU
Nachbau eines traditionellen Holzbogens
Michel Bombardier
Sa, 25.04.2026, 09:00 - 17:30 Uhr
So, 26.04.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 104,50 € (zzgl. 120,00 € Materialkosten), max. 8 TN

2316
BLUMENKRÄNZE FÜR ÖSTERN
Lucia Birlin
So, 15.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 53,60 € (inkl. 20,00 € Materialkosten)

2317
BLUMENSTRÄUSSE UND HAARKRÄNZE ZUM SOMMERANFANG
Lucia Birlin
So, 14.06.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 53,60 € (inkl. 20,00 € Materialkosten)

2318 NEU
TISCHSCHMUCK FÜR DIE GARTENPARTY
Lucia Birlin
So, 05.07.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 53,60 € (inkl. 20,00 € Materialkosten)

TEXTILES GESTALTEN, NÄHEN UND MODEDESIGN

2401
GRUNDKURS FILZEN
Martina Baur
3x, ab Do, 16.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 70,00 € (inkl. 10,00 € Materialkosten)

2402K NEU ✎
ÖSTERWERKSTATT – FILZEN IM DUETT!
Kinder (ab 6 Jahren) filzen mit Erwachsenen
Martina Baur
Sa, 21.03.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 18,00 € / Bitte Kinder und Erwachsene einzeln anmelden, der Preis gilt pro Person. (inkl. 4,00 € Materialkosten pro Person)

2403 NEU
FILZHAUSSCHUHE
Martina Baur
Di, 14. und 21.04.2026
jeweils 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 50,00 € (inkl. 10,00 € Materialkosten)



T-SHIRT-GARN AUS ALTEN T-SHIRTS

Donnerstag, 23.04.2026

2404
T-SHIRT-GARN AUS ALTEN T-SHIRTS
Im Rahmen der Fashion Revolution Week
Dr. Brigitte Schauwienold
Do, 23.04.2026, 18:15 - 20:30 Uhr
kostenfrei / max. 8 TN (kostenfrei, aber Anmeldung erforderlich)

2405
HÄKELN-GRUNDKURS
Für Anfänger*innen und Wieder-einsteiger*innen
Dr. Brigitte Schauwienold
7x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 73,50 € / max. 8 TN

2406 NEU
TRENDIGE TASCHEN AUS T-SHIRT-GARN HÄKELN
Dr. Brigitte Schauwienold
3x, ab Di, 28.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 31,50 € / max. 8 TN

2407
AMIGURUMIS HÄKELN
Dr. Brigitte Schauwienold
6x, ab Di, 09.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 € / max. 8 TN

2411.01K ✎
HÄKELN – DIE BASICS
Für Kinder und Jugendliche von 10 bis 14 Jahren – in den Osterferien
Dr. Brigitte Schauwienold
4x, ab Di, 07.04.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 54,00 € / max. 8 TN

2411.02K ✎
HÄKELN – DIE BASICS
Für Kinder und Jugendliche von 10 bis 14 Jahren – in den Pfingstferien
Dr. Brigitte Schauwienold
3x, ab Mo, 01.06.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 40,50 € / max. 8 TN

2412
STRICKEN-GRUNDKURS
Für Anfänger*innen und Wieder-einsteiger
Dr. Brigitte Schauwienold
5x, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 € / max. 8 TN

2413 NEU
STRUKTUREN & TEXTUREN STRICKEN
Für Stricker*innen mit Grund-kenntnissen
Dr. Brigitte Schauwienold
5x, ab Mi, 15.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 € / max. 8 TN

2414
STRICKTREFF
Dr. Brigitte Schauwienold
6x, ab Mi, 10.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 € / max. 8 TN

2420.01
NÄHEN MODISCHER KLEIDUNG
Cordula Dörner
6x, ab Mo, 13.04.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 132,00 € / max. 8 TN

2420.02
NÄHEN MODISCHER KLEIDUNG
Cordula Dörner
7x, ab Mi, 10.06.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 154,00 € / max. 8 TN

2420.03
NÄHEN MODISCHER KLEIDUNG
Kompaktkurs
Heidrun Dürr
Sa, 25.04.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 26.04.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 66,00 € / max. 8 TN

2420.04
NÄHEN MODISCHER KLEIDUNG
Kompaktkurs
Heidrun Dürr
Sa, 13.06.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 14.06.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 66,00 € / max. 8 TN

2421
NÄHEN AM VORMITTAG
Hannah Krummlauf
5x, ab Mi, 15.04.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 105,00 € / max. 8 TN

2422.01
NÄHEN AM VORMITTAG
Susanne Leitz
7x, ab Fr, 27.02.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 147,00 € / max. 8 TN

HINWEIS

Bitte melden Sie sich rechtzeitig für Ihren Kurs / Ihre Veranstaltung an, damit Sie sicher einen Platz haben.

www.vhs-hd.de

2422.02
NÄHEN AM VORMITTAG
Susanne Leitz
7x, ab Fr, 08.05.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 147,00 € / max. 8 TN

2423.01 EP
NÄHEN LERNEN
Susanne Strauß
6x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 126,00 € / max. 8 TN


2423.02 EP
NÄHEN LERNEN
Susanne Strauß
6x, ab Di, 21.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 126,00 € / max. 8 TN


2423.03 EP
NÄHEN LERNEN
Susanne Strauß
6x, ab Di, 16.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 126,00 € / max. 8 TN


2430.01
UPCYCLING – AUS ALT MACH NEU
Susanne Strauß
Sa, 09.05.2026, 13:30 - 17:30 Uhr
So, 10.05.2026, 11:30 - 15:30 Uhr
Gebühr: 52,50 € / max 8 TN

2430.02
UPCYCLING – AUS ALT MACH NEU
Susanne Strauß
3x, ab Do, 11.06.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 63,00 € / max 8 TN

2432K ✎
FAMILIENWERKSTATT NÄHEN
Kinder (ab 7 Jahren) nähen mit Erwachsenen
Susanne Strauß
Sa, 21.03.2026, 13:30 - 17:30 Uhr
So, 22.03.2026, 11:30 - 15:30 Uhr
Gebühr: 33,00 € / Bitte Kinder und Erwachsene einzeln anmelden, der Preis gilt pro Person. (zzgl. 10,00 € Materialkosten)

2433.01K 
NÄHEN NACH LUST UND LAUNE
Für Kinder ab 8 Jahren
Susanne Strauß
Sa, 28.02.2026, 13:30 - 17:30 Uhr
Gebühr: 21,00 € (zzgl. 2,00 € Materialkosten) / max. 8 TN

2433.02K 
NÄHEN NACH LUST UND LAUNE
Für Kinder ab 8 Jahren
Susanne Strauß
Sa, 18.04.2026, 13:30 - 17:30 Uhr
Gebühr: 21,00 € (zzgl. 2,00 € Materialkosten) / max. 8 TN

2433.03K 
NÄHEN NACH LUST UND LAUNE
Für Kinder ab 8 Jahren
Susanne Strauß
Sa, 11.07.2026, 13:30 - 17:30 Uhr
Gebühr: 21,00 € (zzgl. 2,00 € Materialkosten) / max. 8 TN

2480
EINE WOCHE NÄHEN!
Im Rahmen der Sommerakademie Kunst.Zeit.Raum.
Heidrun Dürr
5x, ab Mo, 17.08.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 280,00 € / max. 8 TN

LITERATUR

2070
ARBEITSKREIS LITERATUR
Auf Leben und Tod
Dieter Geyer
4x, ab Do, 19.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 45,00 € (1 x monatlich)

2071
GESPRÄCHSKREIS LITERATUR
Zeitenwenden
Dr. Frank Barsch
5x, ab Do, 26.03.2026, 09:15 Uhr
Gebühr: 68,00 € (alle 3 Wochen)



Ihr Partner für Buch und Presse in der Metropolregion
Buchhandlung Schmitt & Hahn
Hauptstraße 8 · 69117 Heidelberg
Tel. 0 62 21 - 13 83 71 · hauptstrasse8@schmitt-hahn.de

www.schmitt-hahn.de
  #allesrundumslesen

Schmitt & Hahn
Buch und Presse seit 1841

Anzeige

2072E NEU
EINE REISE IN DIE ZEIT - AUF DEN SPUREN VON HEINRICH HEINES HARZREISE
Lesung und Gespräch
Dr. Frank Barsch
Do, 23.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 9,00 €

2074.01E NEU
KIRCHE, GOLF, KILLER - EIN TÖDLICHER COCKTAIL, SERVIERT IN MALSCH!
Lesung mit Matthias Melich
Matthias Melich
Do, 05.03.2026, 19:00 Uhr
Eintritt frei

2074.02E NEU
PRIVATDETEKTIV ROLF APITZ: DAS GROSSE COMEBACK
Lesung mit Frank Barsch
Dr. Frank Barsch
Do, 21.05.2026, 19:00 Uhr
Eintritt frei

SCHREIBWERKSTATT

2081
TEXTWERKSTATT
Austausch über eigene Texte
Anne Richter
8x, ab Di, 10.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 105,00 €


2082
„SAG MIR NICHT, DASS DER MOND SCHEINT; ZEIGE MIR DAS FUNKELNDE LICHT AUF ZERBRÖCHENEM GLAS.“ (ANTON TSCHECHOW)
Wochenendkurs Kreatives Schreiben
Anne Richter
Sa, 14.03.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 15.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 €

2083 NEU
CRAZY INK - DAS BESTE AUS DER WELT DES KREATIVEN SCHREIBENS
Im Rahmen der Sommerakademie Kunst.Zeit.Raum.
Sandra Miriam Schneider
5x, ab Mo, 17.08.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 280,00 €

2084
ERLEBTES (ER-)ZÄHLT I
Autobiographisches Schreiben - Grundkurs
Anne Richter
Sa, 28.02.2026, 09:30 - 17:30 Uhr
Gebühr: 59,00 €

2085
ERLEBTES (ER-)ZÄHLT II
Autobiographisches Schreiben - Aufbaukurs
Anne Richter
Sa, 28.03.2026, 09:30 - 17:30 Uhr
Gebühr: 59,00 €

2086
LYRIK SCHREIBEN
Anne Richter
Sa, 18.04.2026, 09:30 - 17:30 Uhr
Gebühr: 60,00 €

2087K 
FLIEGENDE GEDANKEN AUF LINIERTEM PAPIER
Schreibwerkstatt für Kinder von 9 bis 13 Jahren
Anne Richter
Sa, 13.06.2026, 11:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 38,00 €

2088
DEIN WEG IN DIE VERÖFFENTLICHUNG - IN 4 SCHRITTEN ZUM FERTIGEN BUCH
Sandra Andrés
Sa, 20.06.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 44,00 €


2089
DEIN WEG ZU MEHR BUCHVERKÄUFEN - IN 4 SCHRITTEN ZU DEINER INDIVIDUELLEN MARKETINGSTRATEGIE
Sandra Andrés
Sa, 11.07.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 44,00 €

MUSIK

2060
KLASSISCHE MUSIK HÖREN UND VERSTEHEN
Grundkurs
Eleni Semertzaki
5x, ab Mo, 13.04.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 52,50 €

2061
DIE MUSIK DER ROMANTIK
Eleni Semertzaki
Mo, 15.06. und Mo, 22.06.2026, jeweils 18:30 - 20:00 Uhr
Gebühr: 21,00 €

MUSIZIEREN UND SINGEN

2601 
GITARRE
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
Ulrike Schindele
5x, ab Do, 05.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 €

2602.01
LIEDBEGLEITENDE GITARRE
Für Anfänger*innen ab 14 Jahren
Tobias Rome
6x, ab Mi, 15.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 75,60 € / max. 8 TN

2602.02
LIEDBEGLEITENDE GITARRE
Für Anfänger*innen ab 14 Jahren
Tobias Rome
6x, ab Mi, 15.04.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 75,60 € / max. 8 TN

2603.01
LIEDBEGLEITENDE GITARRE
Für Fortgeschrittene ab 14 Jahren
Tobias Rome
5x, ab Do, 16.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 € / max. 8 TN

2603.02
LIEDBEGLEITENDE GITARRE
Für Fortgeschrittene ab 14 Jahren
Tobias Rome
5x, ab Do, 16.04.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 63,00 € / max. 8 TN

2605 
GITARREN-SPIELKREIS
Ulrike Schindele
5x, ab Do, 05.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 63,00 €

2606.01
UKULELE SPIELEN
Schnupperworkshop
Ulrike Schindele
So, 01.03.2026, 13:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 25,20 € (5,00 € Instrumentenmiete wird im Kurs bezahlt)

2606.02
UKULELE SPIELEN
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
Ulrike Schindele
8x, ab Di, 03.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 100,80 € (5,00 € Instrumentenmiete wird im Kurs bezahlt)

2607
UKULELE-SPIELKREIS
Ulrike Schindele
6x, ab Di, 09.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 75,60 € (5,00 € Instrumentenmiete wird im Kurs bezahlt)



UKULELE SPIELEN
Ab 03.03.2026

2609
DIDGERIDOO – SELBST-BAUEN UND SPIELEN LERNEN
Werner Umlauf
Sa, 25.07.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 64,00 € (zzgl. 28,00 € Materialkosten)

2610
MUNDHARMONIKA
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
Ulrike Schindele
Sa, 28.02.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 25,20 €

2611
MUNDHARMONIKA
Aufbaukurs
Ulrike Schindele
Sa, 28.03.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 25,20 €

2620 NEU
QUERFLÖTEN-SPIELKREIS
Elke Frickhöffer
8x, ab Mi, 18.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 100,80 €

2630
GUT BEI STIMME
Training der Sprech- und Singstimme für ein lebendiges, authentisches und selbstsicheres Auftreten
Harriet Spenke
3x, ab Mi, 15.07.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 192,00 €

2631 NEU
DIE EIGENE STIMME ENTDECKEN
Harriet Spenke
Fr, 19.06.2026, 17:30 - 19:45 Uhr
Sa, 20.06.2026, 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 58,80 €

2632 NEU
MUSICALKURS: DIE SCHÖNSTEN SONGS AUS „MAMMA MIA“!
Harriet Spenke
Sa, 20.06.2026, 13:45 - 17:30 Uhr
Gebühr: 42,00 €

NEU
Musicalkurs: die schönsten Songs aus „Mamma Mia“!
Samstag, 20.06.2026

2633 NEU
HILFE, ICH SINGE SCHIEF!
Harriet Spenke
So, 21.06.2026, 10:30 - 15:30 Uhr
Gebühr: 50,40 €

2634
POP-ROCK-CHOR
Andreas Dodt
15x, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 60,00 €

TANZEN

2500 NEU
DANCE FOR DEMOCRACY
Social Dance für Demokratie, Vielfalt und ein starkes Miteinander!
Dance for Democracy und das Bonfire Orchestra
Sa, 28.02.2026, 15:00 - 17:00 Uhr
kostenfrei

2501 Z
MEDITATION IN BEWEGUNG UND TANZ
Im Wandel der Jahreszeiten
Edeltraud Schmitt-Sommer
18x, ab Mo, 02.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 154,80 €

2502 NEU
LASS DICH DURCH DEN TANZ BEWEGEN: ENTDECKE, WAS DEIN KÖRPER ALLES KANN!
Meike Schramm
So, 08.03.2026, 10:00 - 12:30 Uhr
Gebühr: 16,50 €

2503 NEU
LASS DICH DURCH DEN TANZ BEWEGEN: BEWEGE DICH NACH LUST UND LAUNE!
Meike Schramm
So, 26.04.2026, 10:00 - 12:30 Uhr
Gebühr: 16,50 €

2504 NEU
LASS DICH DURCH DEN TANZ BEWEGEN: BEGEGNE IM TANZ ANDEREN!
Meike Schramm
So, 21.06.2026, 10:00 - 12:30 Uhr
Gebühr: 16,50 €

2505.01
LINEDANCE
Schnupperworkshop
Ulrike Schindele
So, 01.03.2026, 09:30 - 12:30 Uhr
Gebühr: 21,00 €

2505.02
LINEDANCE
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger
Ulrike Schindele
8x, ab Di, 03.03.2026, 20:15 Uhr
Gebühr: 84,00 €

2505.03
LINEDANCE AM VORMITTAG
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger
Ulrike Schindele
8x, ab Mi, 04.03.2026, 10:30 Uhr
Gebühr: 84,00 €

2506.01
IRISH DANCE-CEILI
Ina Burghaus
So, 22.03.2026, 10:00 - 12:15 Uhr
Gebühr: 15,90 €

2506.02
IRISH DANCE-CEILI
Ina Burghaus
So, 14.06.2026, 10:00 - 12:15 Uhr
Gebühr: 15,90 €

2507
ORIENTALISCHER TANZ
Für Anfänger*innen
Sigrid Brenner
10x, ab Mi, 22.04.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 65,00 €

2508
ORIENTALISCHER TANZ
Für Fortgeschrittene
Sigrid Brenner
16x, ab Mi, 25.02.2026, 17:15 Uhr
Gebühr: 160,00 €

2509
SALSA FUSION – LADY STYLE
Semira B. Karg
So, 15.03.2026, 12:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 35,00 €

2510
CHARLESTON, SHIMMIE-SHAKES AND MORE
Tanz die „Wilden Zwanziger“!
Semira B. Karg
So, 26.04.2026, 12:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 35,00 €

2511
HULA-TÄNZE AUS HAWAII
Semira B. Karg
So, 05.07.2026, 12:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 35,00 €

2513.01
KLASSISCHES BALLETT
Sophie Chloridou
6x, ab Di, 24.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 63,00 € / max. 8 TN

2513.02
KLASSISCHES BALLETT
Sophie Chloridou
6x, ab Di, 21.04.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 63,00 € / max. 8 TN

BZ für Bildungszeit | Z für Ziegelhausen

2513.03
KLASSISCHES BALLETT
Sophie Chloridou
7x, ab Di, 16.06.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 73,50 € / max. 8 TN

2514.01
KLASSISCHES BALLETT
Für Fortgeschrittene
Dmitry Sludyanin
8x, ab Sa, 28.02.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 88,00 € / max. 8 TN

2514.02
KLASSISCHES BALLETT
Für Fortgeschrittene
Dmitry Sludyanin
7x, ab Sa, 13.06.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 77,00 € / max. 8 TN

2515.01
MODERN DANCE
Für Anfänger*innen
Sophie Chloridou
6x, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 €

2515.02
MODERN DANCE
Für Anfänger*innen
Sophie Chloridou
6x, ab Mo, 20.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 €

2515.03
MODERN DANCE
Für Anfänger*innen
Sophie Chloridou
7x, ab Mo, 15.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 73,50 €

2515.04
MODERN DANCE
Für Fortgeschrittene
Sophie Chloridou
6x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 €

2515.05
MODERN DANCE
Für Fortgeschrittene
Sophie Chloridou
6x, ab Di, 21.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 €

2515.06
MODERN DANCE
Für Fortgeschrittene
Sophie Chloridou
7x, ab Di, 16.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 73,50 €

2517.01W
VIDEOCLIP DANCE & K-POP
Online-Kurs
Sophie Chloridou
6x, ab Fr, 27.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 €

2517.02W
VIDEOCLIP DANCE & K-POP
Online-Kurs
Sophie Chloridou
6x, ab Fr, 24.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 €

2517.03W
VIDEOCLIP DANCE & K-POP
Online-Kurs
Sophie Chloridou
6x, ab Fr, 26.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 €

2520.01
STANDARD- UND LATEIN-AMERIKANISCHE TÄNZE FÜR PAARE
Für Anfänger*innen
Philipp Rossius / Gabriele Waldschmitt
8x, ab Mi, 04.03.2026, 20:15 Uhr
Gebühr: 88,00 €

2520.02
STANDARD- UND LATEIN-AMERIKANISCHE TÄNZE FÜR PAARE
Für Fortgeschrittene
Philipp Rossius / Gabriele Waldschmitt
8x, ab Mi, 13.05.2026, 20:15 Uhr
Gebühr: 88,00 €

2521.01
STANDARD- UND LATEIN-AMERIKANISCHE TÄNZE FÜR PAARE
Für Anfänger*innen
Philipp Rossius / Gabriele Waldschmitt
Sa, 27.06.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
So, 28.06.2026, 11:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 48,00 €

2521.02
STANDARD- UND LATEIN-AMERIKANISCHE TÄNZE FÜR PAARE
Für Fortgeschrittene
Philipp Rossius / Gabriele Waldschmitt
Sa, 11.07.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
So, 12.07.2026, 11:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 48,00 €

2522
STANDARD- UND LATEIN-AMERIKANISCHE TÄNZE CLUB
Philipp Rossius / Gabriele Waldschmitt
5x, ab Mi, 04.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 36,00 €

2523
DISCOFOX
Basics
Philipp Rossius / Andrea Ryl
8x, ab Di, 03.03.2026, 20:15 Uhr
Gebühr: 88,00 €

GEWUSST?
Besitzer*innen des Heidelberg-Passes erhalten auf alle vhs-Kurse eine Ermäßigung von 30 %.



DANCE FOR DEMOCRACY
Samstag, 28.02.2026

2524
DISCOFOX
Für Fortgeschrittene
Philipp Rossius / Andrea Ryl
8x, ab Di, 12.05.2026, 20:15 Uhr
Gebühr: 88,00 €

2525
DISCOFOX WORKSHOP
Für Anfänger*innen
Philipp Rossius / Andrea Ryl
Sa, 09.05.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
So, 10.05.2026, 11:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 48,00 €

2527
DISCOFOX-CLUB
Philipp Rossius / Tanja Burger
5x, ab Fr, 12.06.2026, 20:15 Uhr
Gebühr: 55,00 €

2538.01
ZOUK BRASIL
Grundkurs (Level 1)
Dominik Wolter / Estelle Shah
Sa, 18.04.2026, 13:00 - 17:30 Uhr
So, 19.04.2026, 10:00 - 15:15 Uhr
Gebühr: 81,90 €


2538.02
ZOUK BRASIL
Grundkurs (Level 1)
Dominik Wolter / Estelle Shah
Sa, 25.07.2026, 13:00 - 17:30 Uhr
So, 26.07.2026, 10:00 - 15:15 Uhr
Gebühr: 81,90 €


2538.03
ZOUK BRASIL
Grundkurs (Level 2)
Dominik Wolter / Estelle Shah
Sa, 05.09.2026, 13:00 - 17:30 Uhr
So, 06.09.2026, 10:00 - 15:15 Uhr
Gebühr: 81,90 €

2540.01
TANGO ARGENTINO
Christina Liakopoulou
Sa, 07.03. und So, 08.03.2026,
jeweils 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2540.02
TANGO ARGENTINO
Christina Liakopoulou
Sa, 09.05. und So, 10.05.2026,
jeweils 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2540.03
TANGO ARGENTINO
Christina Liakopoulou
Sa, 18.07. und So, 19.07.2026,
jeweils 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2550.01K 
TÄNZERISCHE FRÜHERZIEHUNG
Für Kinder von 4 bis 6 Jahren
Josepha Bleibdrey
5x, ab Do, 16.04.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 30,00 €

2550.02K 
TÄNZERISCHE FRÜHERZIEHUNG
Für Kinder von 4 bis 6 Jahren
Josepha Bleibdrey
6x, ab Do, 11.06.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 36,00 €

THEATER UND KLEINKUNST

2702.01
SPIELEND ICH SEIN - SPIELEND ANDERS SEIN
Ein Theaterkurs für Erwachsene zum Ausprobieren und Entfalten
Britta Petersen
Sa, 14.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 15.03.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 61,10 €

2702.02
SPIELEND ICH SEIN - SPIELEND ANDERS SEIN
Ein Theaterkurs für Erwachsene zum Ausprobieren und Entfalten
Britta Petersen
Sa, 13.06.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 14.06.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 61,10 €

2704.01
GRUNDKURS IMPROVISATIONSTHEATER
Spielfreude und Kreativität entdecken
Ingrid Groeneveld
6x, ab Mi, 04.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 56,40 €

2704.02
GRUNDKURS IMPROVISATIONSTHEATER
Spielfreude und Kreativität entdecken
Bettina Schulze
10x, ab Do, 19.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 94,00 €

2706
IMPROVISATIONSTHEATER - AUF DER BÜHNE DES LEBENS
Intensivwochenende
Rike Schweizer
Sa, 25.04.2026, 09:30 - 17:00 Uhr
So, 26.04.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 70,50 €

2710
BASIC ACTING IN ENGLISH
Dr. Annemieke Drummen
8x, ab Fr, 27.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 75,20 €

2711
IMPROV IN ENGLISH
Dr. Annemieke Drummen
8x, ab Fr, 27.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 75,20 €

2712
AUF DIE BÜHNE! EIN SCHAUSPIEL-INTENSIVWORKSHOP MIT AUFFÜHRUNG
Im Rahmen der Sommerakademie Kunst.Zeit.Raum.
Dr. Annemieke Drummen
5x, ab Mo, 17.08.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 280,00 €

2713.01K 
THEATERWORKSHOP IN DEN SOMMERFERIEN
Für Kinder von 10 bis 13 Jahren
Marie Eberhardt
5x, ab Mo, 03.08.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 126,00 €

2713.02K 
THEATERWORKSHOP IN DEN SOMMERFERIEN
Für Kinder und Jugendliche von 13 bis 16 Jahren
Marie Eberhardt
5x, ab Mo, 10.08.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 126,00 €

Ab 02.26



Godwin
NightWash live
Cory Hanson
Bora
Laurie Wright
Astor Piazzolla
Quintett
rosmarin
Wladimir Kaminer
11FREUNDE
Die Sterne
The Bad Plus
Craig Taborn and
Chris Potter
Martin
Sonneborn
Sophia Kennedy
Miss Allie
Hundreds
Antony Szmieriek
Caroline Wahl
Nils Wülker
Quartett
Simon Stäblein
Alex Stoldt
The Notwist
Fox Stevenson
Timur
Florian Christl
Heinz Strunk
Mariybu



Marlene-Dietrich-Platz 3
Heidelberg-Südstadt
www.karlstorbahnhof.de

Anzeige

GESUNDHEIT

Gesundheit beginnt mit einem bewussten Schritt – dieser kann Ihr Leben bereichern. Spannende Vorträge, etwa zu Endometriose oder Ernährungsgeschichte, vermitteln Grundlagen und fördern Verständnis für Körper und Lebensstil. Das vielfältige vhs-Angebot unterstützt Sie klar: Bewegungskurse, gesunde Ernährung, Entspannung und kreative Impulse. Machen Sie Ihren nächsten Schritt.



3005 / 3006 / 3007
PLANETARY KITCHEN – ERNÄHRUNG NEU GEDACHT

Planetary Kitchen eröffnet neue Perspektiven auf Ernährung und verbindet Wissen und Kultur. Die Vorträge reichen von historischen Wurzeln über regionale Lebensmittel bis hin zur kreativen Resteküche. Im Mittelpunkt stehen drei Themen: nachhaltige Ernährung, regionale Vielfalt und die Vermeidung von Lebensmittelverschwendung. Traditionen können inspirieren, regionale Produkte stärken Gesundheit und Umwelt, und aus Resten entstehen neue Gerichte. Weitere Informationen auf Seite 38.



3215.01 / 3215.02 UND 3234.01 / 3234.02
CROSS COURSES – SPRACHE TRIFFT GESUNDHEIT

In Kursen wie „Hatha-Yoga in English“ und 5-Animals-Qigong erleben Teilnehmende Bewegung und Entspannung – und üben zugleich Englisch. Native-Speaker leiten die Kurse, sodass Anleitungen und Gespräche durchgehend in der Fremdsprache stattfinden. Sprache wird unmittelbar erfahren, während die Kombination aus Praxis und Kommunikation Sprachgefühl, Wohlbefinden und kulturellen Austausch stärkt.



3001EY
FRAUENGESUNDHEIT IM FOKUS
Mi, 13.05.2026, 19:00 Uhr

Der Vortrag „Endometriose und Kinderwunsch“ vermittelt medizinisches Wissen und persönliche Perspektiven zu einem sensiblen Thema. Teilnehmende erfahren, wie Endometriose die Fruchtbarkeit beeinflussen kann und welche Wege es gibt, Unterstützung zu finden. Ziel ist es, Verständnis zu schaffen und Hoffnung zu geben.



3325.01 / 3325.02
MOVE & CORE – RÜCKENKOMPETENZ AB 40
Fr, 27.02.2026, 17:45 Uhr / Fr, 12.06.2026, 17:45 Uhr

Ein starker Rücken ist die Basis für Lebensqualität – besonders ab der Lebensmitte. Im Kurs Move & Core erwartet Sie ein ganzheitliches Training für Beweglichkeit, Kraft und Körperbewusstsein. Funktionelle Übungen, Mobilisation und Entspannung stärken die Wirbelsäule, verbessern Haltung und beugen Beschwerden vor. So gewinnen Sie Stabilität, Leichtigkeit und Energie für den Alltag.



GESUNDHEITS- INFORMATIONEN
9 Kurse

ESSEN UND TRINKEN
72 Kurse

ENTSPANNUNG UND KÖRPERERFAHRUNG
89 Kurse

FITNESS UND GYMNASTIK
103 Kurse

KOSMETIK UND STILBERATUNG
12 Kurse

KONTAKT

Karin Kral-Laier
06221 9119-30
kral@vhs-hd.de

Team Gesundheit
06221 9119-71
gesundheit@vhs-hd.de

GESUNDHEITS-
INFORMATIONEN

3001EY NEU
ENDOMETRIOSE UND KINDERWUNSCH
In Kooperation mit der Kassen-
ärztlichen Vereinigung Baden-
Württemberg
Prof. Dr. med. Martin Sillem
Mi, 13.05.2026, 19:00 Uhr
Eintritt: 6,00 € / Bitte Voranmel-
dung bis 12.05.2026

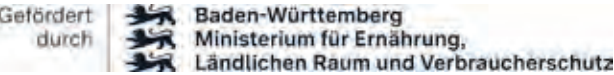
3003EY NEU
„WIE SOLL ICH DAS NUR SCHAFFEN?“ STRATEGIEN FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE
Hybrid-Veranstaltung
Dr. Andrea Wetzel
Do, 23.04.2026, 19:00 Uhr
Eintritt: 6,00 € / Bitte Voranmel-
dung bis 22.04.2026

3011E NEU
LACHYOGA
Die Kraft des Lachens ohne Grund
Claudia Arnold
Do, 05.03.2026, 19:00 Uhr
gebührenfrei / Bitte Voranmel-
dung bis 04.02.2026

ERNÄHRUNGSBILDUNG FÜR ERWACHSENE UND FAMILIEN
IN BADEN-WÜRTTEMBERG

PLANETARY KITCHEN

3005 NEU
„VON DER STEINZEIT BIS ZUR ZUKUNFT: DIE RÖLLE DER NACHHALTIGE ERNÄHRUNG IM WANDEL“
Diana Adamovic-Egle
Do, 12.03.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
kostenfrei, wir bitten um Anmel-
dung.



3009 NEU
JIN SHIN JYUTSU - EINFÜHRUNG IN EINE JAPANISCHE HARMONISIERUNGSMETHODE
Dr. Ulrike Ruschel-Hoffmann
Sa, 21.03.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 43,40 €

3010
WORKSHOP: „EINFACH GUT SCHLAFEN - WEGE AUS DER SCHLAFLOSIGKEIT“
Wiebke Fuhge
Sa, 18.04.2026, 10:00 - 12:15 Uhr
Gebühr: 15,00 €

ESSEN UND TRINKEN

3004 NEU
„DRY JANUARY“-CHALLENGE
Ein Monat ohne Promille: So be-
lebt der „Dry January“ Körper und
Geist.
Julia Horn
4x, ab Fr, 09.01.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 60,00 €

3101.01 NEU
MEAL PREP - CLEVER VORKÖCHEN FÜR DIE WOCHE
Morna Lesch
So, 15.03.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 12.03.2026

3101.02 NEU
MEAL PREP - CLEVER VORKÖCHEN FÜR DIE WOCHE
Morna Lesch
So, 21.06.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 18.06.2026

3104 NEU
„BASENFASTEN LEICHT GEMACHT - FRÜHJAHRSPUTZ FÜR IHREN KÖRPER“
Petra Drews
Di, 17.03.2026, 18:15 - 20:45 Uhr
Sa, 21.03.2026, 10:00 - 14:45 Uhr
Do, 26.03.2026, 18:15 - 20:45 Uhr
Gebühr: 88,40 €



3007 NEU
„RESTLESS FOOD - KREATIV GEGEN LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG“
Für alle Haushalte geeignet, vor
allem für Familien. Ab 12 Jahren
Diana Adamovic-Egle
Do, 25.06.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
kostenfrei, wir bitten um Anmel-
dung.

3105 NEU
AYURVEDISCH KOCHEN IM FRÜHLING
Vegetarisch
Petra Drews
Sa, 07.03.2026, 10:30 - 14:15 Uhr
Gebühr: 39,50 € (inkl. 11,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 05.03.2026

3106
AYURVEDISCH KOCHEN IM SOMMER
Bengalisches Gemüse-Curry -
Vegetarisch
Petra Drews
Sa, 27.06.2026, 10:30 - 14:15 Uhr
Gebühr: 39,50 € (inkl. 11,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 25.06.2026

3107 NEU
GESUNDE FRÜHLINGSKÜCHE
Alexandra Scheid
Mi, 15.04.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 13.04.2026

3108
SALATVARIATIONEN MIT UNGEWÖHNLICHEN ZUTATEN
Alexandra Scheid
Mi, 10.06.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 08.06.2026

3109.01
JUNGE POWERKÜCHE - BOWLS
Leistungsfähig im Lernstress
Morna Lesch
So, 26.04.2026, 13:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 23.04.2026

AUSSTELLUNG

„Selbsterziehung zur Gesundheit“ -
Gesundheit selbst gestalten
15.01. – 06.03.2026

Begleitet von
- Workshop, 27.02.2026
- Führung, 28.02.2026

3109.02
JUNGE POWERKÜCHE - BOWLS
Leistungsfähig im Lernstress
Morna Lesch
Sa, 04.07.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 02.07.2026

3110
KOCHCLUB FÜR FEINSCHMECKER*INNEN
Vegetarisch
Alexandra Scheid
4x, donnerstags, 12.03., 30.04.,
18.06. und 16.07.2026,
jeweils 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 139,20 € (inkl. 48,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 10.03.2026

3111
KOCHCLUB INTERNATIONAL
Eine Reise durch die asiatische
Küche
**Qingmiao Shi / Changhee Best-
vater / Manpreet Kaur / N.N.**
4x, freitags, 27.02., 17.04., 26.06.
und 24.07.2026,
jeweils 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 139,20 € (inkl. 48,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 25.02.2026

3112
KOCHCLUB INTERNATIONAL
Eine Reise durch die Mittelmeer-
länder
**Antonina Bertolo / Noemí Castro
Alonso / Celine Herrera Navarro /
Otto Makris**
4x, freitags, 20.03., 08.05., 19.06.
und 10.07.2026,
jeweils 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 139,20 € (inkl. 48,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 18.03.2026

3113 NEU
KOCHCLUB „ACHTSAM SATT - POWER FÜR DEN ALLTAG“
Melanie Alexandra Brühl
Fr, 06.03., Do, 23.04., Do, 11.06.
und Fr, 03.07.2026,
jeweils 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 131,20 € (inkl. 40,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 04.03.2026

3114 NEU
KOCHCLUB VEGAN
Marla Alexandra Raugust
4x, montags, 11.05., 18.05.,
08.06. und 22.06.2026,
jeweils 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 139,20 € (inkl. 48,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 07.05.2026

3115.01 NEU
KOCHEN VON MANN ZU MANN - EINSTEIGER
Matthias Dengel
3x, mittwochs, 04.03., 11.03.
und 18.03.2026,
jeweils 18:00 - 21:45 Uhr
Gebühr: 139,50 € (inkl. 54,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 02.03.2026

3115.02 NEU
KOCHEN VON MANN ZU MANN - ROLLBRATEN
Matthias Dengel
Do, 16.04.2026, 18:00 - 21:45 Uhr
Gebühr: 48,50 € (inkl. 20,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 14.04.2026

3119 NEU
PORTUGAL
Rotweine für Entdecker
Michael Sackmann
Fr, 24.04.2026, 18:30 - 21:30 Uhr
Gebühr: 47,80 € (inkl. 25,00 € für den Wein)
Anmeldeschluss: 22.04.2026

3120 NEU
RIESLING, RIESLING & NOCH MEHR RIESLING
Des Deutschen einzig wahre Weißwein-Rebe
Kevin Czok
Fr, 13.03.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
Gebühr: 47,10 € (inkl. 30,00 € für den Wein)
Anmeldeschluss: 11.03.2026

3121
DAS BLIND-TASTING
Die Königs-Disziplin des Weingenusses
Kevin Czok
Fr, 17.04.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
Gebühr: 47,10 € (inkl. 30,00 € für den Wein)
Anmeldeschluss: 15.04.2026

3122 NEU
ROSÉ-WEINE QUERBEET
Vom Glas auf der Terrasse bis hin zur Flasche beim Dinner
Kevin Czok
Fr, 19.06.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
Gebühr: 27,10 € (inkl. 30,00 € für den Wein)
Anmeldeschluss: 17.06.2026

3128.01 NEU
„SELF-CARE-MOMENT“ – POWER-FRÜHSTÜCK
Gesund & Genussvoll in den Tag starten
Uta Riegger
So, 08.03.2026, 09:00 - 12:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 05.03.2026

3128.02 NEU
„SELF-CARE-MOMENT“ – POWER-FRÜHSTÜCK
Gesund & Genussvoll in den Tag starten
Uta Riegger
So, 19.04.2026, 09:00 - 12:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 16.04.2026

3129
KREATIV KOCHEN MIT KOLLEG*INNEN & CO.
Lust auf Kochen im Team unter Anleitung einer Kochkursleiter*in? Termin und Gebühr auf Anfrage unter 06221 9119-31

3130K
DIE ETWAS ANDERE GEBURTSTAGSPARTY
Das Geburtstagskind und seine Gäste kochen heute selbst! Termin auf Anfrage unter 06221 9119-31. Für max. zehn Kinder/Jugendliche ab acht Jahren.

3134K
CHINESISCHE KÜCHE – FÜR JUNGE KÖCHINNEN
In den Osterferien für Kinder von 10 bis 14 Jahren
Ruiyan Tan
4x, ab Di, 07.04.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 123,20 € (inkl. 32,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 03.04.2026

3135K
CHINESISCHE KÜCHE – FÜR JUNGE KÖCHINNEN
In den Pfingstferien für Kinder von 10 bis 14 Jahren
Ruiyan Tan
4x, ab Di, 26.05.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 123,20 € (inkl. 32,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 22.05.2026

HINWEIS

Bitte bringen Sie zu allen Koch- und Backkursen verschleißbare Dosen mit und wenn Sie möchten, eine Schürze und etwas zu trinken.

3137K
SUSHI-ELTERN-KIND
Für ein Elternteil und ein Kind ab 8 Jahren
Mika Nakatani
So, 12.04.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 75,00 € (inkl. 18,00 € Lebensmittelkosten) der Preis gilt für einen Erwachsenen und ein Kind, bitte paarweise anmelden.
Anmeldeschluss: 23.10.2025

3138.01K
JUNGE KÜCHE FÜR TEENS – GESUND, LECKER & EASY!
Von 10 bis 14 Jahren – in den Pfingstferien
Alexandra Scheid
3x, ab Mo, 01.06.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 89,40 € (inkl. 21,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 28.05.2026

3138.02K
JUNGE KÜCHE FÜR TEENS – GESUND, LECKER & EASY!
Von 10 bis 14 Jahren – in den Sommerferien
Alexandra Scheid
4x, ab Mo, 03.08.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 119,20 € (inkl. 28,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 30.07.2026

3138.03K
JUNGE KÜCHE FÜR TEENS – GESUND, LECKER & EASY!
Von 10 bis 14 Jahren – in den Sommerferien
Alexandra Scheid
4x, ab Mo, 10.08.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 119,20 € (inkl. 28,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 06.08.2026

3138.04K
JUNGE KÜCHE FÜR TEENS – GESUND, LECKER & EASY!
Von 10 bis 14 Jahren – in den Sommerferien
Alexandra Scheid
4x, ab Mo, 31.08.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 119,20 € (inkl. 28,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 27.08.2026

3138.05K
JUNGE KÜCHE FÜR TEENS – GESUND, LECKER & EASY!
Von 10 bis 14 Jahren – in den Sommerferien
Alexandra Scheid
4x, ab Mo, 07.09.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 119,20 € (inkl. 28,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 03.09.2026

3141 NEU
LA PÂTISSERIE FRANÇAISE, C'EST TOUJOURS BON !
Backspezialitäten aus Frankreich
Celine Herrera Navarro
So, 10.05.2026, 11:30 - 15:15 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 08.05.2026

3142
TYPISCH ITALIENISCHE GERICHTE
Antonina Bertolo
Do, 19.03.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 17.03.2026

3143
TYPISCH SIZILIANISCHE GERICHTE
Sonniges Sizilien mit frisch gegrillten Zucchini, Spaghetti mit Butter, Sardellen und Zitronennotte, knusprige gebratene Sardinen, aromatischer Orangen-Fenchelsalat und ein erfrischendes Zitronentiramisu.
Antonina Bertolo
Di, 12.05.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 08.05.2026

3144
SOMMERLICHE GERICHTE AUS SIZILIEN
Köstliche Aromen mit frischer Bruschetta mit sonnengereiften Tomaten, Spaghetti Vongole, gegrillter Fisch, romanischer Romanasalat mit Tomaten und eine cremige Joghurt-Frucht-Creme mit Früchten der Saison.
Antonina Bertolo
Mi, 17.06.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 15.06.2026

3145
ITALIENISCHE SPÄTSOMMERLICHE GERICHTE
Kulinarische Highlights mit Auberginen, Zucchini usw.
Antonina Bertolo
Do, 17.09.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 15.09.2026

3147.01
TAPAS - TYPISCH SPANISCH!
Noemí Castro Alonso
Sa, 07.03.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 19.03.2026

3147.02
TAPAS - TYPISCH SPANISCH!
Noemí Castro Alonso
So, 19.07.2026, 11:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 16.07.2026

3148
TRADITIONELLE UNGARISCHE KÜCHE
Krisztina Tompa
Sa, 09.05.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 07.05.2026

3149
TRADITIONELLE UNGARISCHE KÜCHE
Sommerliche Gerichte
Krisztina Tompa
Sa, 20.06.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 18.06.2026



LA PÂTISSERIE FRANÇAISE

Sonntag, 10.05.2026, 11:30 – 15:15 Uhr

3150.01 NEU
**GRIECHISCHES
BACKHANDWERK**
Brot, Fladen & mehr
Otto Makris
Fr, 13.03.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 14.03.2026, 10:00 - 15:15 Uhr
*Gebühr: 67,00 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 11.03.2026

3150.02 NEU
**GRIECHISCHES
BACKHANDWERK**
Brot, Fladen & mehr
Otto Makris
Fr, 12.06.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 13.06.2026, 10:00 - 15:15 Uhr
*Gebühr: 67,00 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 10.06.2026

3152 NEU
**FISCH UND MEERESFRÜCHTE
AUS GRIECHENLAND**
Otto Makris
So, 05.07.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
*Gebühr: 42,50 € (inkl. 14,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 02.07.2026

3153
**GRIECHISCHE
SOMMERGERICHTE**
Otto Makris
Sa, 11.07.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
*Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 09.07.2026

3154
**EINE KULINARISCHE REISE
DURCH DIE GRIECHISCHE
INSELWELT**
Otto Makris
Sa, 11.04.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
*Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 09.04.2026

3156 NEU
**ÄTHIOPISCHE
VEGANE TAPAS**
Entdecken Sie ostafrikanischen
Genuss
Marla Alexandra Raugust
Do, 07.05.2026, 17:30 - 21:30 Uhr
*Gebühr: 41,00 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss 05.05.2026

3161
**TRADITIONELLE
INDISCHE KÜCHE**
Vegetarisch - Vegan
Manpreet Kaur
Mi, 25.02.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
*Gebühr: 36,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 23.02.2026

3162
**INDISCHE KÜCHE: CURRYS,
SABZI-FLADEN UND CO.**
Vegetarisch - Vegan
Manpreet Kaur
Di, 24.03.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
*Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 20.03.2026

3163
**INDISCHE KÜCHE: PANEER,
CURRYS UND MEHR**
Vegetarisch
Manpreet Kaur
Di, 21.04.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
*Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 17.04.2026

Gewusst?

IN VIELEN TAVERNEN IN GRIECHENLAND GIBT ES KEINE FESTE SPEISEKARTE FÜR FISCH – SERVIERT WIRD, WAS DER FANG DER NACHT BRINGT.

3164
**INDISCHE KÜCHE:
SÜDINDISCHE KLASSIKER**
Vegetarisch - Vegan - Glutenfrei
Manpreet Kaur
Mi, 06.05.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
*Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 04.05.2026

3165
**INDISCHE KÜCHE:
VEGANE CURRYS**
Vegetarisch - Vegan - Glutenfrei
Manpreet Kaur
Di, 19.05.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
*Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 15.05.2026

3166 NEU
**INDISCHE KÜCHE:
AFTER WORK**
Vegetarisch - Vegan
Manpreet Kaur
Di, 23.06.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
*Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 19.06.2026

3167
**INDISCHE KÜCHE:
CURRYS, NAAN UND CO.**
Vegetarisch - Vegan
Manpreet Kaur
Di, 21.07.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
*Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 17.07.2026

3168.01
**KIMCHI -
KOREANISCHE KÜCHE**
Traditionelles koreanisches
fermentiertes Gemüse
Changhee Bestvater
Fr, 17.07.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 18.07.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
*Gebühr: 51,90 € (inkl. 12,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 15.07.2026

3169.01
**BIBIMBAP -
KOREANISCHE KÜCHE**
Traditionelles koreanisches
Mischgericht
Changhee Bestvater
Di, 30.06.2026, 17:30 - 21:15 Uhr
*Gebühr: 40,50 € (inkl. 12,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 26.06.2026

3169.02
**BIBIMBAP -
KOREANISCHE KÜCHE**
Traditionelles koreanisches
Mischgericht
Changhee Bestvater
Fr, 31.07.2026, 17:30 - 21:15 Uhr
*Gebühr 40,50 € (inkl. 12,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss 29.07.2026

3170
**JAPCHAE - KOREANISCHE
KÜCHE**
**TRADITIONELLES KOREANI-
SCHES NUDELGERICHT**
Changhee Bestvater
Do, 25.06.2026, 17:30 - 21:15 Uhr
*Gebühr: 40,50 € (inkl. 12,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 23.06.2026

3171
**BIBIM-MEMIL-GUKSU -
KOREANISCHE KÜCHE**
Traditioneller koreanischer Salat
Changhee Bestvater
Do, 09.07.2026, 17:30 - 21:15 Uhr
*Gebühr: 40,50 € (inkl. 12,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 07.07.2026

3173
**CHINESISCHES FESTMENÜ
ZUM FRÜHLINGSFEST**
Qingmiao Shi
Mo, 02.03.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
*Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 19.02.2026

3174 NEU
**CHINESISCHE
NUDELGERICHTE**
Schnell und einfach
Qingmiao Shi
Mo, 23.03.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
*Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 19.03.2026

3175
**CHINESISCHE
SOMMERGERICHTE**
Leicht und erfrischend
Qingmiao Shi
Mo, 15.06.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
*Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 11.06.2026

3180
**EINFÜHRUNG IN DIE
JAPANISCHE TEEZEREMONIE**
Die schöne Kunst Matcha
zu trinken
Mayumi Inayama-Thenent
So, 01.03.2026, 13:00 - 15:00 Uhr
*Gebühr: 25,20 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 26.02.2026

3181
BENTO
Mittagessen für unterwegs
Mika Nakatani
So, 01.03.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
*Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 26.02.2026

3182.01
SUSHI
Mika Nakatani
So, 28.06.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
*Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 25.06.2026

3182.02
SUSHI
Mika Nakatani
So, 26.07.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
*Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 23.07.2026

3183
SUSHI-VARIATIONEN
Mika Nakatani
So, 12.07.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
*Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 09.07.2026

3190
**MEXIKANISCHES
STREETFOOD**
„Antojitos“ vegan to go
Marla Alexandra Raugust
Mi, 20.05.2026, 17:30 - 21:30 Uhr
*Gebühr: 41,00 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss 18.05.2026

3191
**KULINARISCHE REISE
DURCH PERU**
Pamela Gisel Banon Mayorca
So, 14.06.2026, 11:00 - 14:00 Uhr
*Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)*
Anmeldeschluss: 12.06.2026

ENTSPANNUNG UND KÖRPERERFAHRUNG

3201.01
**AUTOGENES TRAINING -
GRUNDKURS**
Thorsten Ehrenberger
8x, ab Mi, 25.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 97,60 €

3201.02
**AUTOGENES TRAINING -
GRUNDKURS**
Thorsten Ehrenberger
8x, ab Mi, 10.06.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 97,60 €

3202.01
**PROGRESSIVE
MUSKELENTSPANNUNG**
Nach Jacobson
Thorsten Ehrenberger
8x, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 97,60 €

3202.02

PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG

Nach Jacobson

Thorsten Ehrenberger

8×, ab Mi, 10.06.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 97,60 €

3203

GELASSEN UND SICHER IM STRESS

Thorsten Ehrenberger

Sa, 20.06.2026, 10:00 - 17:30 Uhr

Gebühr: 40,00 €

3204.01

HATHA-YOGA

Dora Gärtig

12×, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 120,00 €

3204.02

HATHA-YOGA

Mit Yoga in den Tag

Dr. Corina Aguilar-Raab

12×, ab Di, 24.02.2026, 07:45 Uhr

Gebühr: 80,00 €

3204.03

HATHA-YOGA

Dora Gärtig

12×, ab Di, 24.02.2026, 16:30 Uhr

Gebühr: 120,00 €

3204.04

HATHA-YOGA

Dora Gärtig

12×, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 120,00 €

3204.05

HATHA-YOGA

Angelika Dahlke

12×, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 120,00 €

3204.06

HATHA-YOGA

Bitta Bräumer-Ecker

10× ab Di, 24.02.2026, 19:45 Uhr

Gebühr: 100,00 €

HINWEIS

Die gesetzlichen Krankenkassen beteiligen sich an den Kosten bestimmter Präventionskurse. Informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse. Wenn Sie regelmäßig teilnehmen, erhalten Sie eine Bestätigung für Ihre Krankenkasse.

3204.07

HATHA-YOGA

Sandra Rausch

12×, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 120,00 €

3204.08

HATHA-YOGA

Maike Neidig / Coco Marie Neupert

10×, ab Do, 26.02.2026, 18:45 Uhr

Gebühr: 100,00 €

3204.09

HATHA-YOGA

Angelika Dahlke

12×, ab Do, 26.02.2026, 20:00 Uhr

Gebühr: 120,00 €

3204.10

HATHA-YOGA

Agnes Ricou

10×, ab Fr, 27.02.2026, 16:15 Uhr

Gebühr: 100,00 €

3204.11

HATHA-YOGA

Annette Friedl

15×, ab Di, 03.03.2026, 19:30 Uhr

Gebühr: 150,00 €

3204.12

HATHA-YOGA

Bitta Bräumer-Ecker

8×, ab Di, 09.06.2026, 19:45 Uhr

Gebühr: 80,00 €

3204.13

HATHA-YOGA

Anna Theresa Schmid

7×, ab Mi, 10.06.2026, 18:30 Uhr

Gebühr: 70,00 €

3204.14

HATHA-YOGA

Agnes Ricou

7×, ab Fr, 12.06.2026, 16:15 Uhr

Gebühr: 70,00 €

3204.15

HATHA-YOGA

Maike Neidig / Coco Marie Neupert

6×, ab Do, 18.06.2026, 18:45 Uhr

Gebühr: 60,00 €

3204.16

HATHA-YOGA

N.N.

6×, ab Mo, 22.06.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 60,00 €

3204.17

HATHA-YOGA

Mit Yoga in den Tag

Dr. Corina Aguilar-Raab

6×, ab Di, 23.06.2026, 07:45 Uhr

Gebühr: 40,00 €

3204.18

HATHA-YOGA

Dora Gärtig

5×, ab Di, 23.06.2026, 16:30 Uhr

Gebühr: 50,00 €

3204.19

HATHA-YOGA

Dora Gärtig

5×, ab Di, 23.06.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 50,00 €

3204.20

HATHA-YOGA

Angelika Dahlke

6×, ab Di, 23.06.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 60,00 €

3204.21

HATHA-YOGA

Angelika Dahlke

4×, ab Do, 25.06.2026, 20:00 Uhr

Gebühr: 40,00 €

GESUNDHEIT IST DIE ERSTE PFLICHT IM LEBEN

Oscar Wilde

3204.22

HATHA-YOGA

Sandra Rausch

5×, ab Mi, 01.07.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 50,00 €

3205.01

HATHA-YOGA-FORTGESCHRITTENENKURS

Britta Bräumer-Ecker

10×, ab Di, 24.02.2026, 18:00 Uhr

Gebühr: 100,00 €

3205.02

HATHA-YOGA-FORTGESCHRITTENENKURS

Britta Bräumer-Ecker

8×, ab Di, 09.06.2026, 18:00 Uhr

Gebühr: 80,00 €

3207.01

YOGA AM MITTAG

Britta Bräumer-Ecker

12×, ab Mo, 23.02.2026, 12:15 Uhr

Gebühr: 100,00 €

3207.02

YOGA AM MITTAG

Britta Bräumer-Ecker

6×, ab Mo, 22.06.2026, 12:15 Uhr

Gebühr: 50,00 €

3208

YOGA-DANCE

Regine Kalkoffen

8×, ab Fr, 27.02.2026, 18:30 Uhr

Gebühr: 80,00 € (14-täglich)

3209.01

YIN YOGA

Gut für die Faszien

Lisa Schäfer

12×, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 120,00 €

3209.02

YIN YOGA

Gut für die Faszien

Lisa Schäfer

6×, ab Mo, 22.06.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 60,00 €

3210.01

VINYASA YOGA

N.N.

10×, ab Mo, 23.02.2026, 20:00 Uhr

Gebühr: 100,00 €

3210.02

VINYASA YOGA

Mei Zhou

15×, ab Do, 05.03.2026, 20:00 Uhr

Gebühr: 150,00 €

3210.03

VINYASA YOGA

N.N.

8×, ab Mo, 08.06.2026, 20:00 Uhr

Gebühr: 80,00 €

3211

VINYASA YOGA

Slow Flow Vinyasa

Mei Zhou

15×, ab Di, 03.03.2026, 20:00 Uhr

Gebühr: 150,00 €

3213

HATHA FLOW YOGA

Sarah Link

14×, ab Mo, 23.02.2026, 18:30 Uhr

Gebühr: 140,00 €

3214.01

POWER VINYASA YOGA

Mei Zhou

15×, ab Di, 03.03.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 150,00 €

3214.02

POWER VINYASA YOGA

Mei Zhou

15×, ab Do, 05.03.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 150,00 €

3215.01

HATHA-YOGA IN ENGLISH: FLOW & FLUENCY

Nathalie Armstrong

7×, ab Di, 03.03.2026, 20:00 Uhr

Gebühr: 70,00 €

3215.02

HATHA-YOGA IN ENGLISH: FLOW & FLUENCY

Nathalie Armstrong

7×, ab Di, 12.05.2026, 20:00 Uhr

Gebühr: 70,00 €

3216.01

YOGA FÜR MÄNNER

Petra Böttger

10×, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 100,00 €

3216.02

YOGA FÜR MÄNNER

Petra Böttger

8×, ab Di, 09.06.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 80,00 €

3217.01

YOGA FÜR DEN RÜCKEN - GRUNDKURS

Mei Zhou

15×, ab Mo, 02.03.2026, 10:00 Uhr

Gebühr: 150,00 €

3217.02

YOGA FÜR DEN RÜCKEN - GRUNDKURS

Annette Friedl

15×, ab Di, 03.03.2026, 18:00 Uhr

Gebühr: 125,00 €

3218
**ENTSPANNT INS WOCHEN-
ENDE MIT KUNDALINI YOGA**
Andrea Edel
Sa, 07.03. und So, 08.03.2026,
jeweils 10:00 - 11:30 Uhr
Gebühr: 24,00 €

3219
**KUNDALINI-YOGA
FÜR SENIOR*INNEN**
Für Einsteiger*innen geeignet
und ohne Altersbegrenzung
Andrea Edel
Sa, 18.04. und So, 19.04.2026,
jeweils 10:00 - 11:30 Uhr
Gebühr: 24,00 €

3220
YOGA UND KLANG
Lisa Schäfer
So, 22.03.2026, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 15,00 €

3221.01
**LU JONG -
TIBETISCHES HEILYOGA**
Claudia Heibroock
8x, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 80,00 €

3221.02
**LU JONG -
TIBETISCHES HEILYOGA**
Claudia Heibroock
7x, ab Do, 11.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 70,00 €

3223
LACHYOGA
Mit der Kraft des Lachens
in den Frühling!
Claudia Arnold
7x, ab Di, 25.02.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 46,60 €

3225.01 NEU
OUTDOOR-YOGA
Inspirierender Waldspaziergang
mit Yoga-Elementen und Natur-
Coaching
Regine Kalkoffen
3x, ab Fr, 17.04.2026, 13:15 Uhr
Gebühr: 30,00 €

3225.02 NEU
OUTDOOR-YOGA
Inspirierender Waldspaziergang
mit Yoga-Elementen und Natur-
Coaching
Regine Kalkoffen
5x, ab Fr, 12.06.2026, 13:15 Uhr
Gebühr: 50,00 €

3228.01
**DIE 15 AUSDRUCKSFORMEN
DES TAIJI-QIGONG NACH
PROF. JIA GUORUI**
Prävention in Alltag und Beruf
mit ausgewählten Übungen
Annette Röhrig
10x, ab Mo, 02.03.2026,
20:00 Uhr
Gebühr: 100,00 €

3228.02
**DIE 15 AUSDRUCKSFORMEN
DES TAIJI-QIGONG NACH
PROF. JIA GUORUI**
Prävention in Alltag und Beruf
mit ausgewählten Übungen
Annette Röhrig
6x, ab Mo, 15.06.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 60,00 €

3231.01
**EINFÜHRUNG IN QIGONG
YANGSHENG NACH
PROF. JIA GUORUI**
Sybille Sarnow
10x, ab Do, 26.02.2026,
16:30 Uhr
Gebühr: 100,00 €

3231.02
**EINFÜHRUNG IN QIGONG
YANGSHENG NACH
PROF. JIA GUORUI**
Beate Lehmann
12x, ab Mi, 04.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 120,00 €

3232.01W
**FRISCH IN DEN TAG
MIT QIGONG**
Online-Kurs
Nadja Mazko
10x, ab Mi, 25.02.2026, 07:30 Uhr
Gebühr: 34,00 €

3232.02W
**FRISCH IN DEN TAG
MIT QIGONG**
Online-Kurs
Nadja Mazko
8x, ab Mi, 10.06.2026, 07:30 Uhr
Gebühr: 27,00 €

3233
IDOGO®QI GONG
Ein leicht zu erlernendes
Übungssystem
Juanita Arenz-Kohl
Sa, 09.05.2026, 11:00 - 13:15 Uhr
So, 10.05.2026, 10:00 - 12:15 Uhr
Gebühr: 30,00 €

3234.01 NEU
5-ANIMAL QIGONG
Amplify Your Health and Elevate
Your Joy with Animal Qigong
Amarpal Kaur Sohi
6x, ab Mi, 25.02.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 60,00 €

3234.02 NEU
5-ANIMAL QIGONG
Amplify Your Health and Elevate
Your Joy with Animal Qigong
Amarpal Kaur Sohi
6x, ab Mi, 29.04.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 60,00 €

3236.01
TAI CHI CHUAN
Für Anfänger*innen und
Wiedereinsteiger*innen
Ralf Kiefer
4x, ab Do, 26.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €



OUTDOOR-YOGA
An drei Terminen
Ab Freitag, 17.04.2026

3236.02
TAI CHI CHUAN
Für Anfänger*innen und
Wiedereinsteiger*innen
Ralf Kiefer
9x, ab Do, 30.04.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 90,00 €

3237.01
**TAI CHI CHUAN
AM VORMITTAG**
Ralf Kiefer
4x, ab Di, 24.02.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 26,70 €

3237.02
**TAI CHI CHUAN
AM VORMITTAG**
Ralf Kiefer
10x, ab Di, 28.04.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3238.01
FELDENKRAIS AM MORGEN
Beweglich bleiben –
beweglicher werden
Rolf Laumann-Blumer
10x, ab Di, 24.02.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 100,00 €

3238.02
FELDENKRAIS
Beweglich bleiben –
beweglicher werden
Rolf Laumann-Blumer
10x, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 100,00 €

3238.03
FELDENKRAIS AM MORGEN
Beweglich bleiben –
beweglicher werden
Rolf Laumann-Blumer
5x, ab Di, 16.06.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 50,00 €

3239 NEU
**FELDENKRAIS INTENSIV:
RÜCKEN UND RUMPF**
Am Tag der Rückengesundheit
Corinna Völpel
So, 15.03.2026, 09:30 - 12:30 Uhr
Gebühr: 20,00 €

32390.01
**MIT FELDENKRAIS RUND
UM DIE WIRBELSÄULE**
Claudia Hinze
5x, ab Fr, 27.02.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 42,00 €

32390.02
**MIT FELDENKRAIS RUND
UM DIE WIRBELSÄULE**
N.N.
6x, ab Fr, 08.05.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 50,00 €

3240.01
MOVE & FLOW-WORKSHOP
Mehr Stressresilienz durch bio-
energetische Körpererfahrung
**Emanuela Previtera /
Kirsten Barabas**
So, 01.03.2026, 10:00 - 14:15 Uhr
Gebühr: 43,70 €

3240.02
MOVE & FLOW-ABENDKURS
Mehr Stressresilienz durch bio-
energetische Körpererfahrung
**Kirsten Barabas /
Emanuela Previtera**
8x, ab Mi, 04.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 80,00 €

3241
MEDITATION VERTIEFEN
Für Anfänger*innen und
Fortgeschrittene
Michael Heger
Sa, 28.02.2026, 14:00 - 17:15 Uhr
Gebühr: 20,00 €

3242
**ACEM MEDITATION -
SKANDINAVISCHES GELAS-
SENHEIT FÜR DEN ALLTAG**
Eine Meditationsmethode ent-
wickelt von Arzt*innen aus
Norwegen
Karin Eizenhöfer
Sa, 25.04.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

HINWEIS

Der Aufzug im vhs-Gebäude ist
voraussichtlich bis Mai 2026 still-
gelegt.

3243
**ACHTSAM LEBEN -
DIE EIGENEN RESSOURCEN
STÄRKEN**
N.N.
4x, ab Di, 24.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 48,00 €

3244
**ACHTSAM SEIN -
BEI SICH SELBST
ANKOMMEN**
Beate Schwerdtfeger
4x, ab Do, 11.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 48,00 €

3245
**DIE BALANCE FINDEN,
GESUND BLEIBEN**
Selbstfürsorge im Alltag
Dr. Sabine Arend
4x, ab Mo, 20.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 48,00 €

3246
**TANZ, ACHTSAMKEIT
UND WEIBLICHKEIT**
Natalie Ganske
9x, ab Mi, 04.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 90,00 €

3247.01
HEILSAMES SINGEN
Barbara Schröter
7x, ab Mo, 02.03.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 70,00 €

3247.02
HEILSAMES SINGEN
Barbara Schröter
7x, ab Mo, 08.06.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 70,00 €

3248.01
**HAUTNAH -
MASSAGE FÜR ZWEI**
Ein Wochenende für
zwei Personen
Dr. Katja Lauer
Sa, 28.02.2026, 09:30 - 17:30 Uhr
So, 01.03.2026, 09:30 - 12:45 Uhr
*Gebühr: 72,00 € **

3248.02
**HAUTNAH -
MASSAGE FÜR ZWEI**
Ein Wochenende für
zwei Personen
Dr. Katja Lauer
Sa, 18.04.2026, 09:30 - 17:30 Uhr
So, 19.04.2026, 09:30 - 12:45 Uhr
*Gebühr: 72,00 € **

3248.03
**HAUTNAH -
MASSAGE FÜR ZWEI**
Ein Tag für zwei Personen
Dr. Katja Lauer
Sa, 09.05.2026, 09:30 - 17:30 Uhr
*Gebühr: 48,00 € **

3248.04
**HAUTNAH -
MASSAGE FÜR ZWEI**
Ein Tag für zwei Personen
Dr. Katja Lauer
Sa, 18.07.2026, 09:30 - 17:30 Uhr
*Gebühr: 48,00 € **

3249.01
**KRAFTVOLLE
RÜCKENMASSAGE**
Für zwei Personen
Dr. Katja Lauer
Sa, 09.05.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
*Gebühr: 24,00 € **

3249.02
**KRAFTVOLLE
RÜCKENMASSAGE**
Für zwei Personen
Dr. Katja Lauer
Fr, 17.07.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
*Gebühr: 24,00 € **

** Der Preis gilt nur für eine Per-
son, bitte paarweise anmelden.*

**FITNESS UND
GYMNASTIK**

3301
**AFROBEATS CARDIO
RHYTHM**
Dein energiegeladenes
Bewegungs-Workout!
Oluseyi Olusore
12x, ab Fr, 27.02.2026, 17:15 Uhr
Gebühr: 80,00 €

3302.01 NEU
FIT DURCH FASZIEN
Kraft, Elastizität und Entspannung
– für Alle
Katharina Müller
10x, ab Mi, 25.02.2026, 19:30 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3302.02 NEU
**FIT DURCH FASZIEN -
INTENSIV**
Mehr Kraft, mehr Dynamik –
Advanced Training
Katharina Müller
10x, ab Mi, 25.02.2026, 20:45 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3302.03 NEU
FIT DURCH FASZIEN
Kraft, Elastizität und Entspannung
– für Alle
Katharina Müller
6x, ab Mi, 10.06.2026, 19:30 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3302.04 NEU
**FIT DURCH FASZIEN -
INTENSIV**
Mehr Kraft, mehr Dynamik –
Advanced Training
Katharina Müller
6x, ab Mi, 10.06.2026, 20:45 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3303
FITNESS – NUR FÜR MÄNNER
Silvia Metzging
16x, ab Do, 26.02.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 132,80 €

HINWEIS

Bitte bringen Sie zu allen Fitness-
und Gymnastikkursen saubere
Hallensport- oder Gymnastik-
schuhe, Sportbekleidung und ein
Handtuch mit.

3304.01
**BODY-WORKOUT &
DEHNUNG**
Stefan Bernhard
8x, ab Fr, 27.02.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 66,40 €

3304.02
**BODY-WORKOUT &
DEHNUNG**
Stefan Bernhard
8x, ab Fr, 12.06.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 66,40 €

3305
BODY-WORKOUT
Silvia Metzging
16x, ab Do, 26.02.2026, 17:15 Uhr
Gebühr: 106,40 €

3306.01
BODYFORMING
Intensiv
Felora Beuttler
8x, ab Mo, 23.02.2026, 11:45 Uhr
Gebühr: 66,40 €

3306.02
BODYFORMING
Kathleen Borsch
8x, ab Mo, 23.02.2026, 18:45 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3306.03
BODYFORMING
Corinna Piepkorn
8x, ab Do, 26.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3306.04
BODYFORMING
Intensiv
Felora Beuttler
9x, ab Mo, 04.05.2026, 11:45 Uhr
Gebühr: 74,70 €

3306.05
BODYFORMING
Kathleen Borsch
8x, ab Mo, 04.05.2026, 18:45 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3306.06
BODYFORMING
Corinna Piepkorn
8x, ab Do, 07.05.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3307.01
BODYTRAINING
Felora Beuttler
8x, ab Mo, 23.02.2026, 10:30 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3307.02
BODYTRAINING
Felora Beuttler
9x, ab Mo, 04.05.2026, 10:30 Uhr
Gebühr: 60,00 €

3308.01
AEROBIC LATIN MOVES 40 +
Sophie Chloridou
7x, ab Mi, 25.02.2026, 10:30 Uhr
Gebühr: 46,60 €

3308.02
AEROBIC LATIN MOVES 40 +
Sophie Chloridou
6x, ab Mi, 29.04.2026, 10:30 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3308.03
AEROBIC LATIN MOVES 40 +
Sophie Chloridou
6x, ab Mi, 24.06.2026, 10:30 Uhr
Gebühr: 40,00 €

33090.01K NEU 
ZUMBA® FÜR KIDS
(9 – 11 Jahre)
Franziska Schöll
5x, ab Di. 24.02.2026, 16:00 Uhr
Gebühr: 33,30 €

33090.02K NEU 
ZUMBA® FÜR KIDS
(9 – 11 Jahre)
Franziska Schöll
5x, ab Di. 14.04.2026, 16:00 Uhr
Gebühr: 33,30 €

3309.01
ZUMBA® FITNESS
Chiara Sperlich
8x, ab Mo, 23.02.2026, 17:30 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3309.02
ZUMBA® FITNESS
Chiara Sperlich
8x, ab Mo, 23.02.2026, 18:45 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3309.03
ZUMBA® FITNESS
Francilaura Silva Pinheiro
8x, ab Fr, 27.02.2026, 17:15 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3309.04
ZUMBA® FITNESS
Francilaura Silva Pinheiro
8x, ab Fr, 27.02.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3309.05
ZUMBA® FITNESS
Lachen, schwitzen, fit und
glücklich!
Magdalena Pereira
10x, ab Mi, 04.03.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3309.06
ZUMBA® FITNESS
Lachen, schwitzen, fit und
glücklich!
Magdalena Pereira
10x, ab Mi, 04.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 66,70 €

Gewusst?

**FASZIEN SIND
EIN NETZ AUS
BINDEGEWEBE,
DAS DEN GANZEN
KÖRPER DURCH-
ZIEHT.**

3309.07
ZUMBA® FITNESS
Chiara Sperlich
8x, ab Mo, 04.05.2026, 17:30 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3309.08
ZUMBA® FITNESS
Chiara Sperlich
8x, ab Mo, 04.05.2026, 18:45 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3309.09
ZUMBA® FITNESS
Lachen, schwitzen, fit und
glücklich!
Magdalena Pereira
6x, ab Mi, 10.06.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3309.10
ZUMBA® FITNESS
Lachen, schwitzen, fit und
glücklich!
Magdalena Pereira
6x, ab Mi, 10.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3309.11
ZUMBA® FITNESS
Francilaura Silva Pinheiro
8x, ab Fr, 12.06.2026, 17:15 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3309.12
ZUMBA® FITNESS
Francilaura Silva Pinheiro
8×, ab Fr, 12.06.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3310.01W
ZUMBA® FITNESS
Online-Kurs
Sophie Chloridou
9×, ab Do, 26.02.2026, 20:30 Uhr
Gebühr: 60,00 €

3310.02W
ZUMBA® FITNESS
Online-Kurs
Sophie Chloridou
9×, ab Do, 21.05.2026, 20:30 Uhr
Gebühr: 60,00 €

3311.01
FIT OHNE GERÄTE – TRAINING MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT
Für Beginner*innen
Felix Lichtenthaler
8×, ab Do, 26.02.2026, 19:30 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3311.02
FIT OHNE GERÄTE – TRAINING MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT
Für Beginner*innen
Felix Lichtenthaler
8×, ab Do, 07.05.2026, 19:30 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3312.01
FIT OHNE GERÄTE – TRAINING MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT
Für Fortgeschrittene
Felix Lichtenthaler
8×, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3312.02
FIT OHNE GERÄTE – TRAINING MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT
Für Fortgeschrittene
Felix Lichtenthaler
8×, ab Do, 07.05.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3313.01
LET’S MOVE – NUR FÜR FRAUEN
Maram Dmairia
5×, ab So. 12.04.2026, 11:30 Uhr
Gebühr: 33,30 €

3314.01
FITNESS & PILATES-MIX
Grundkurs
Tanja Schuhmacher
10×, ab Di, 24.02.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3314.02
FITNESS & PILATES-MIX
Grundkurs
Tanja Schuhmacher
6×, ab Di, 09.06.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3315.01
FITNESS & PILATES-MIX
Aufbaukurs
Tanja Schuhmacher
10×, ab Di, 24.02.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3315.02
FITNESS & PILATES-MIX
Aufbaukurs
Tanja Schuhmacher
6×, ab Di, 09.06.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3316.01
PILATES-GRUNDKURS
Kristin Perrone
10×, ab Mo, 23.02.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3316.02
PILATES-GRUNDKURS
Britta Peters
10×, ab Di, 24.02.2026, 16:45 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3316.03
PILATES-GRUNDKURS
Britta Bräumer-Ecker
10×, ab Mi, 25.02.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 66,70 €

LIFE IS LIKE RIDING A BICYCLE. TO KEEP YOUR BALANCE, YOU MUST KEEP MOVING.

Albert Einstein

3316.04
PILATES-GRUNDKURS
Dr. Barbara Burwinkel
10×, ab Do, 26.02.2026, 17:15 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3316.05
PILATES-GRUNDKURS
Kristin Perrone
15×, ab Do, 05.03.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 100,00 €

3316.06
PILATES-GRUNDKURS
Kristin Perrone
6×, ab Mo, 08.06.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3316.07
PILATES-GRUNDKURS
Britta Peters
6×, ab Di, 09.06.2026, 16:45 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3316.08
PILATES-GRUNDKURS
Britta Bräumer-Ecker
8×, ab Mi, 10.06.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3316.09
PILATES-GRUNDKURS
Dr. Barbara Burwinkel
6×, ab Do, 11.06.2026, 17:15 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3317.01
PILATES-AUFBAUKURS
Kristin Perrone
10×, ab Mo, 23.02.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3317.02
PILATES-AUFBAUKURS
Britta Peters
10×, ab Di, 24.02.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3317.03
PILATES – AUFBAUKURS FÜR JEDERMANN
Grundkurs II
Dr. Barbara Burwinkel
10×, ab Do, 26.02.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3317.04
PILATES-AUFBAUKURS
Kristin Perrone
15×, ab Do, 05.03.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 100,00 €

3317.05
PILATES-AUFBAUKURS
Kristin Perrone
6×, ab Mo, 08.06.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3317.06
PILATES-AUFBAUKURS
Britta Peters
6×, ab Di, 09.06.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3317.07
PILATES – AUFBAUKURS FÜR JEDERMANN
Grundkurs II
Dr. Barbara Burwinkel
6×, ab Do, 11.06.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3318.01
PILATES AM MORGEN
Grundkurs
Regine Kalkoffen
10×, ab Do, 26.02.2026, 10:45 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3318.02
PILATES AM MORGEN
Grundkurs
Regine Kalkoffen
6×, ab Do, 11.06.2026, 10:45 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3319.01
PILATES AM MORGEN
Aufbaukurs
Felora Beuttler
8×, ab Mo, 23.02.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 66,40 €

3319.02
PILATES AM MORGEN
Aufbaukurs
Regine Kalkoffen
10×, ab Do, 26.02.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3319.03
PILATES AM MORGEN
Aufbaukurs
Felora Beuttler
9×, ab Mo, 04.05.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 74,70 €

3319.04
PILATES AM MORGEN
Aufbaukurs
Regine Kalkoffen
6×, ab Do, 11.06.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3320.01
DETOX-PILATES
Entgiften, kräftigen und entspannen mit Pilates
Britta Bräumer-Ecker
10×, ab Mi, 25.02.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3320.02
DETOX-PILATES
Entgiften, kräftigen und entspannen mit Pilates
Britta Bräumer-Ecker
8×, ab Mi, 10.06.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3321.01
BALLETTGYMNASTIK-GRUNDKURS
Sophie Chloridou
7×, ab Mo, 23.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 46,60 €

3321.02
BALLETTGYMNASTIK-GRUNDKURS
Sophie Chloridou
6×, ab Mo, 27.04.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3321.03
BALLETTGYMNASTIK-GRUNDKURS
Sophie Chloridou
6×, ab Mo, 22.06.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3321.04W
BALLETTGYMNASTIK-GRUNDKURS
Online-Kurs
Sophie Chloridou
7×, ab Fr, 27.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 46,60 €

3321.05W
BALLETTGYMNASTIK-GRUNDKURS
Online-Kurs
Sophie Chloridou
6×, ab Fr, 08.05.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3321.06W
BALLETTGYMNASTIK-GRUNDKURS
Online-Kurs
Sophie Chloridou
5×, ab Fr, 03.07.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 33,30 €

3322.01
NIA
Manuela Harbarth
10x, ab Mo, 23.02.2026,
16:45 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3322.02
NIA
Manuela Harbarth
10x, ab Mo, 23.02.2026,
18:00 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3322.03
NIA
Manuela Harbarth
8x, ab Mo, 08.06.2026, 16:45 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3322.04
NIA
Manuela Harbarth
8x, ab Mo, 08.06.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3323.01
**FIT FÜR DEN ALLTAG -
GANZKÖRPERKRÄFTIGUNG**
Body in Balance
Renate Geisler
12x, ab Fr, 13.03.2026, 15:45 Uhr
Gebühr: 91,20 €

3323.02
**FIT FÜR DEN ALLTAG -
GANZKÖRPERKRÄFTIGUNG**
Body in Balance
Renate Geisler
4x, ab Fr, 10.07.2026, 15:45 Uhr
Gebühr: 30,20 €

3324.01
**RÜCKENFIT -
RÜCKENKRÄFTIGUNG**
Wirbelsäulengymnastik
Renate Geisler
12x, ab Mo, 23.02.2026, 15:45 Uhr
Gebühr: 91,20 €

3324.02
**RÜCKENFIT -
RÜCKENKRÄFTIGUNG**
Wirbelsäulengymnastik
Renate Geisler
12x, ab Mo, 23.02.2026,
17:00 Uhr
Gebühr: 91,20 €

3324.03
**RÜCKENFIT -
RÜCKENKRÄFTIGUNG**
Wirbelsäulengymnastik
Claudia Hinze
8x, ab Mo, 23.02.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 60,70 €

3324.04
**RÜCKENFIT MIT
FASZIEN TRAINING**
Kathleen Borsch
8x, ab Mo, 23.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 66,40 €

3324.05
**RÜCKENFIT -
RÜCKENKRÄFTIGUNG**
Wirbelsäulengymnastik
Dr. Angela Hack
8x, ab Do, 26.02.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 60,70 €

3324.06
**RÜCKENFIT -
RÜCKENKRÄFTIGUNG**
Wirbelsäulengymnastik
Dr. Angela Hack
8x, ab Do, 26.02.2026, 11:15 Uhr
Gebühr: 60,70 €

NEU

Move & Core –
Rückenkompetenz
ab 40

An acht Terminen
Ab Freitag, 27.02.2026

3324.07
**RÜCKENFIT -
RÜCKENKRÄFTIGUNG**
Wirbelsäulengymnastik
Renate Geisler
12x, ab Fr, 13.03.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 90,00 €

3324.08
**RÜCKENFIT MIT
FASZIEN TRAINING**
Kathleen Borsch
8x, ab Mo, 04.05.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 66,40 €

3324.09
**RÜCKENFIT -
RÜCKENKRÄFTIGUNG**
Wirbelsäulengymnastik
Claudia Hinze
8x, ab Mo, 11.05.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 60,70 €

3324.10
**RÜCKENFIT -
RÜCKENKRÄFTIGUNG**
Wirbelsäulengymnastik
Renate Geisler
8x, ab Mo, 15.06.2026, 15:45 Uhr
Gebühr: 60,70 €

3324.11
**RÜCKENFIT -
RÜCKENKRÄFTIGUNG**
Wirbelsäulengymnastik
Renate Geisler
8x, ab Mo, 15.06.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 60,70 €

3324.12
**RÜCKENFIT -
RÜCKENKRÄFTIGUNG**
Wirbelsäulengymnastik
Renate Geisler
4x, ab Fr, 10.07.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 30,00 €

3325.01
**MOVE & CORE -
RÜCKENKOMPETENZ AB 40**
Stefan Bernhard
8x, ab Fr, 27.02.2026, 17:45 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3325.02
**MOVE & CORE -
RÜCKENKOMPETENZ AB 40**
Stefan Bernhard
8x, ab Fr, 12.06.2026, 17:45 Uhr
Gebühr: 53,20 €

3326.01
**WINGTSUN SELBSTVERTEI-
DIGUNG - EFFEKTIV UND
SCHNELL ERLERNBAR**
Nur für Frauen (ab 18 Jahre)
Alexandra Graetz
Sa, 21.03. und So, 22.03.2026,
jeweils 11:00 - 14:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

3326.02
**WINGTSUN SELBSTVERTEI-
DIGUNG - EFFEKTIV UND
SCHNELL ERLERNBAR**
Nur für Frauen (ab 18 Jahre)
Alexandra Graetz
Sa, 27.06. und So, 28.06.2026,
jeweils 11:00 - 14:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

3327
**SELBSTVERTEIDIGUNGS-
ORIENTIERTES KARATE**
Für Anfänger*innen (ab 18 Jahren)
Nicolas Alvarez Wydra
6x, ab Mo, 09.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 63,00 €

**KOSMETIK
UND
STILBERATUNG**

3601.01
**TYPGERECHTES
TAGES-MAKE-UP**
In einer Kleingruppe
Alexandra Graetz
Sa, 07.03.2026, 13:00 - 16:00 Uhr
*Gebühr: 50,00 € (inkl. 5,00 €
Materialkosten) / max. 6 TN*

3601.02
**TYPGERECHTES
TAGES-MAKE-UP**
In einer Kleingruppe
Alexandra Graetz
Sa, 16.05.2026, 13:00 - 16:00 Uhr
*Gebühr: 50,00 € (inkl. 5,00 €
Materialkosten) / max. 6 TN*

3601.03
**TYPGERECHTES
TAGES-MAKE-UP**
In einer Kleingruppe
Alexandra Graetz
Sa, 25.07.2026, 13:00 - 16:00 Uhr
*Gebühr: 50,00 € (inkl. 5,00 €
Materialkosten) / max. 6 TN*

3602.01
FARB- UND STILBERATUNG
In einer Kleingruppe
Linda Scholz
Fr, 27.02.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 45,00 € / max. 6 TN

3602.02
FARB- UND STILBERATUNG
In einer Kleingruppe
Linda Scholz
Do, 05.03.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 45,00 € / max. 6 TN

3602.03
FARB- UND STILBERATUNG
In einer Kleingruppe
Linda Scholz
Mi, 25.03.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 45,00 € / max. 6 TN

3602.04
FARB- UND STILBERATUNG
In einer Kleingruppe
Linda Scholz
Mi, 15.04.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 45,00 € / max. 6 TN

3602.05
FARB- UND STILBERATUNG
In einer Kleingruppe
Linda Scholz
Di, 12.05.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 45,00 € / max. 6 TN

Gewusst?

**STUDIEN ZEIGEN,
DASS KLEIDUNG
SOWOHL DAS
SELBSTBILD ALS
AUCH DIE KOGNI-
TIVE LEISTUNGS-
FÄHIGKEIT BEEIN-
FLUSST.**

3602.06
FARB- UND STILBERATUNG
In einer Kleingruppe
Linda Scholz
Do, 18.06.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 45,00 € / max. 6 TN

3603
**STILBERATUNG: „WAS
STEHT MIR? DER SMARTE
WEG ZUR PERFEKTEN
TRAGBAREN GARDEROBE.“**
In einer Kleingruppe
Linda Scholz
Sa, 25.04.2026, 10:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 78,40 € / max. 6 TN

3604.01
**NEU
CONTOURING -
GESICHTSMODELLIERUNG**
In einer Kleingruppe
Alexandra Graetz
Sa, 25.04.2026, 13:00 - 15:15 Uhr
*Gebühr: 38,60 € (inkl. 5,00 €
Materialkosten) / max. 6 TN*

3604.02
**NEU
CONTOURING -
GESICHTSMODELLIERUNG**
In einer Kleingruppe
Alexandra Graetz
Sa, 20.06.2026, 13:00 - 15:15 Uhr
*Gebühr: 38,60 € (inkl. 5,00 €
Materialkosten) / max. 6 TN*

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

Ob für den Beruf, das Studium oder den Alltag – an der vhs Heidelberg finden Sie den Deutschkurs, der zu Ihnen passt. Unsere Sprachberatung hilft Ihnen bei der Einstufung und informiert Sie über Fördermöglichkeiten. Persönlich, kompetent und individuell – wir freuen uns, Sie kennenzulernen!



INTEGRATIONSKURSE A1 BIS B1

Ob Anfänger*in oder Fortgeschrittene*r: In unseren Integrationskursen lernen Sie Deutsch Schritt für Schritt bis zum Niveau B1.

Die Kurse werden vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert und bestehen aus 600 Unterrichtsstunden plus einem 100-stündigen Orientierungskurs. Monatlich neue Starttermine – morgens, nachmittags oder abends. Zusätzlich bieten wir Alphabetisierungskurse und spezielle Angebote für Zweitschriftlernende und Geringqualifizierte an.



SELBSTZÄHLERKURSE

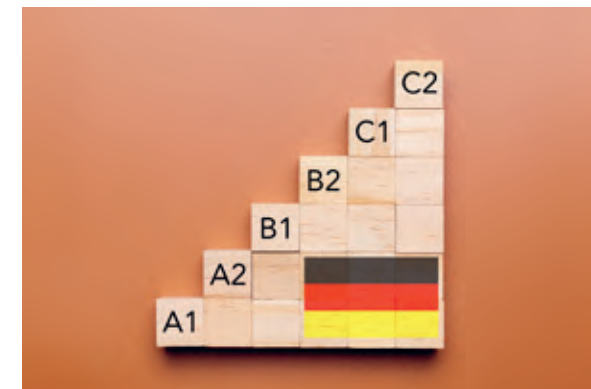
Unsere Deutschkurse für Selbstzahler*innen führen Sie von A1 bis B1 – mit Kurszeiten am Vormittag, Nachmittag oder Abend.

Wer schon weiter ist, kann in unseren Mittelstufenkursen (ab B1+) weiterlernen. Zusätzlich gibt es Spezialkurse zur Prüfungsvorbereitung, für den Beruf oder als Online-Angebot. So lernen Sie Deutsch ganz nach Ihren Bedürfnissen!



BERUFSSPRACHKURSE

Sie haben Ihren Integrationskurs abgeschlossen? Dann machen Sie weiter mit einem Berufssprachkurs (DeuFöV). Diese vom BAMF geförderten Kurse helfen Ihnen, Ihre Deutschkenntnisse für den Beruf zu erweitern und sich besser auf dem Arbeits- und Ausbildungsmarkt zu orientieren. Die Teilnahmeberechtigung erhalten Sie beim Jobcenter oder bei der Agentur für Arbeit. Unser Angebot umfasst auch spezielle Berufssprachkurse für frühpädagogische Berufe.



PRÜFUNGEN

Ob für den Beruf, das Studium oder die Einbürgerung – bei der vhs Heidelberg können Sie Ihre Deutschprüfung direkt ablegen. Wir sind Prüfungszentrum für telc Deutschprüfungen (B1 – C1) und TestDaF.

Außerdem bieten wir den Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ), den Test „Leben in Deutschland“ (LiD) und den Einbürgerungstest an. Die meisten Prüfungen finden monatlich statt – sichern Sie sich jetzt Ihren Platz!



OPENING HOURS OF THE GERMAN DEPARTMENT

FOR INFORMATION AND REGISTRATION IN ROOM E03

Mondays – Thursdays:
09:00 – 12:30 a.m.
Monday and Thursday:
01:30 – 04:30 p.m.

FOR INFORMATION VIA PHONE (06221 9119-88)

Mondays – Fridays:
09:00 – 11:30 a.m.
Mondays – Thursdays:
02:00 – 03:30 p.m.

FOR INFORMATION AND REGISTRATION „INTEGRATIONSKURS“ IN ROOM E04a

Mondays – Thursdays:
09:00 – 12:30 a.m.
Monday and Thursday:
01:30 – 04:30 p.m.

KONTAKT

Maria Merkel
06221 9119-24
merkel@vhs-hd.de

Team Deutsch
als Fremdsprache
06221 9119-88
deutsch@vhs-hd.de

SPEZIALKURSE
DEUTSCH

41563W
BUSINESS-DEUTSCH
Sicher kommunizieren im Beruf
(ab B1) – Online-Kurs
Dozententeam
8x, ab Mo, 23.02.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 112,00 €

41564W
BUSINESS-DEUTSCH
Sicher kommunizieren im Beruf
(ab B1) – Online-Kurs
Dozententeam
8x, ab Di, 21.04.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 112,00 €

41562
DEUTSCH IM BERUF
Im Krankenhaus/Kommunikation
mit Patient*innen
Beate Walter
4x, ab Di, 09.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,60 €

41563
PRÜFUNGSTRAINING
telc Deutsch B1
Dozententeam
8x, ab Mo, 23.02.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 127,20 €

41561
PRÜFUNGSVORBEREITUNG
telc Deutsch B2 – Schreiben
Dozententeam
5x, ab Di, 09.06.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 53,00 €

ABENDKURSE
INTENSIV

41601.01
**DEUTSCH A1/1 –
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr
*Gebühr: 458,00 € **

*-GEBÜHR

* mit Integrationskursberechtigung:
229,00 € oder kostenbe-
freit.

41602.01
**DEUTSCH A1/2 –
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Di, 17.03.2026, 18:15 Uhr
*Gebühr: 458,00 € **

41603.01
**DEUTSCH A2/1 –
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Mo, 13.04.2026, 18:15 Uhr
*Gebühr: 458,00 € **

41604.01
**DEUTSCH A2/2 –
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Mo, 23.03.2026, 18:15 Uhr
*Gebühr: 458,00 € **

41605.01
**DEUTSCH B1/1 –
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Di, 28.04.2026, 18:15 Uhr
*Gebühr: 458,00 € **

41606.01
**DEUTSCH B1/2 –
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Mo, 27.04.2026, 18:15 Uhr
*Gebühr: 458,00 € **

4152.01
**ORIENTIERUNGSKURS –
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Do 07.05.2026, 18:15 Uhr
*Gebühr: 458,00 € **

ABENDKURSE
MITTELSTUFE

4177
**DEUTSCH MITTELSTUFE
B1+/B2**
Dozententeam
25x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 530,00 €

4178.01
DEUTSCH MITTELSTUFE B2.1
Dozententeam
30x, ab Mo, 23.02.2026,
18:15 Uhr
Gebühr: 636,00 €

4178.02
DEUTSCH MITTELSTUFE B2.2
Kristina Tomuz
30x, ab Mo, 23.02.2026,
18:15 Uhr
Gebühr: 636,00 €

4179.01
DEUTSCH MITTELSTUFE C1.1
Evelina Bucskó
25x, ab Mo, 02.03.2026,
18:15 Uhr
Gebühr: 530,00 €

4179.02
DEUTSCH MITTELSTUFE C1.2
Joachim Müller
25x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 530,00 €

PLEASE
NOTE

You can find more German
courses and information
about our courses on
our website under the
respective course number:
www.vhs-hd.de

ABENDKURSE
MITTELSTUFE ONLINE

41565W
**DEUTSCH ONLINE –
INTENSIV AM ABEND B2.1**
Dozententeam
40x, ab Mo 13.04.2026,
19:00 Uhr
Gebühr: 636,00 €

41566W
**DEUTSCH ONLINE – INTEN-
SIV AM ABEND C1.1**
Dozententeam
33x, ab Di, 14.04.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 524,70 €

HINWEIS

Unsere Intensiv-
kurse am Vor- und
Nachmittag finden
Sie hier:



DER EINBÜRGERUNGSTEST

Um die deutsche Staatsangehörigkeit zu erwerben,
sind unter anderem der Nachweis von Sprach-
kenntnissen der Stufe B1 und der Einbürgerungs-
test erforderlich.
Die vhs Heidelberg führt im Auftrag des Bundesam-
tes für Migration und Flüchtlinge den Einbürgerungs-
test durch. Für den Einbürgerungstest bieten wir
monatlich Termine an. Der Test dauert 60 Minuten
und umfasst 33 Multiple-Choice-Fragen, von denen
Sie 17 richtig beantworten müssen.

Der offizielle Fragenkatalog ist auf der Webseite
des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge zu
finden.

Zum Teilnehmermeldebogen



HELLO!

BERATUNG
Wir sprechen Deutsch,
Englisch, Französisch,
Italienisch, Kurdisch,
Spanisch, Russisch und
Türkisch.

TAGESKURS
MITTELSTUFE

4174
DEUTSCH MITTELSTUFE B2.2
Intensivkurs am Nachmittag, Teil 2
Dozententeam
24x, ab Mo, 02.03.2026,
14:00 Uhr
Gebühr: 636,00 €

TAGESKURSE
MITTELSTUFE ONLINE

41567W
**DEUTSCH FÜR KARRIERE &
STUDIUM B2.1**
Deutsch für den Beruf und für
die Ausbildung/Studium
Dozententeam
24x, ab Mo, 23.02.2026,
09:00 Uhr
Gebühr: 636,00 €

41568W
**DEUTSCH FÜR KARRIERE &
STUDIUM C1.1**
Deutsch für den Beruf und für
die Ausbildung/Studium
Dozententeam
20x, ab Mo, 23.02.2025,
09:00 Uhr
Gebühr: 530,00 €

FREMDSPRACHEN

Drei Sprachen in einem Kurs gleichzeitig lernen, auf den Spuren bedeutender Ikonen Frankreichs wandeln, italienische Epochen bereisen, Sprache in Verbindung mit Theater erkunden oder einfach unsere Sprachenvielfalt von Arabisch bis Vietnamesisch entdecken: Neue Sprachen zu lernen bedeutet, Türen zu neuen Kulturen zu öffnen und den eigenen Horizont zu bereichern. Freuen Sie sich auf ein buntes und inspirierendes Sprachenangebot!



44120W
**3 IN 1 DREISPRACHENKURS:
ITALIENISCH, SPANISCH & PORTUGIESISCH**
Online-Kurs für Einsteiger*innen
8x, ab Fr, 13.03.2026, 17:00 Uhr

Drei Sprachen, ein Kurs, ganz viel Spaß: In diesem innovativen Online-Kurs lernen Sie die Grundlagen von Spanisch, Italienisch und Portugiesisch parallel kennen. Entdecken Sie, wie ähnlich und doch einzigartig diese romanischen Sprachen sind – und finden Sie vielleicht Ihre Lieblingssprache! Ein idealer Einstieg für alle, die neugierig auf Sprachen und Kulturen Südeuropas sind.



44218 / 45317
**BÜHNE FREI FÜRS SPRACHENLERNEN –
THEATERWORKSHOP IN ITALIENISCH
UND SPANISCH**
4x, ab Sa, 07.03.2026, 09:00 Uhr /
4x, ab Sa, 18.04.2026, 09:00 Uhr

Zwei Workshops, zwei Sprachen, ein kreativer Ansatz: In unseren beiden Workshops „Sul palcoscenico!“ und „En escena!“ mit improvisierten Szenen, Körperarbeit und spielerischem Ausprobieren verbinden wir Theater mit aktivem Italienisch- und Spanischlernen. Ausdruck, Wortschatz und Selbstvertrauen wachsen dabei ganz nebenbei – lebendig, motivierend und voller Spielfreude.

FREMDSPRACHEN



42257W
**BUSINESS ENGLISH &
INTERKULTURELLE KOMPETENZ**
Kommunizieren auf Dienstreisen in die USA
4x, ab Mo, 22.06.2026, 09:00 Uhr

Ein intensiver Sprach- und Kommunikationskurs für alle, die mit amerikanischen Geschäftspartner*innen zu tun haben oder eine Dienstreise in die USA planen. Im Mittelpunkt stehen u.a. praxisnahe Sprachübungen und typische Kommunikationssituationen im Arbeitskontext. Ziel: Sicherheit im sprachlichen Ausdruck und ein Gefühl für den amerikanischen Kommunikationsstil und Small Talk zu entwickeln.



43222
**STARKE FRAUEN FRANKREICHS:
VON HISTORISCHEN IKONEN ZU
MODERNEN HELDINNEN**
12x, ab Mi, 11.03.2026, 18:15 Uhr

Von den revolutionären Heldinnen der französischen Geschichte bis hin zu den inspirierenden Persönlichkeiten der modernen Kultur – in diesem spannenden Französisch-Sprachkurs verbessern Sie nicht nur Ihre Sprachkompetenz, sondern tauchen ein in die faszinierende Welt der Frauen, die Frankreich in Vergangenheit und Gegenwart maßgeblich beeinflusst haben.



ENGLISCH
54 Kurse

FRANZÖSISCH
40 Kurse

ITALIENISCH
32 Kurse

SPANISCH
35 Kurse

WEITERE SPRACHEN
121 Kurse

KONTAKT

Anja Jänsch
06221 9119-48
jaensch@vhs-hd.de

Team Fremdsprachen
06221 9119-72
fremdsprachen@vhs-hd.de

ENGLISCH


42101K 
OSTERFERIEN-CAMP
English for Kids: für Schüler*innen der Klassen 5 + 6
Pauline Pyne
4x, ab Di, 07.04.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €


42102K 
PFINGSTFERIEN-CAMP
English for Kids: für Schüler*innen der Klassen 5 + 6
Pauline Pyne
4x, ab Mo, 01.06.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €


42103K 
BACK TO SCHOOL-CAMP
Refresher Course: English for Kids - für Schüler*innen, die im Herbst in die Klassen 5 + 6 wechseln
Pauline Pyne
4x, ab Mo, 07.09.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

42104K 
ENGLISH KIDSClub
Für Grundschüler*innen der Klasse 2
Moritz Jänsch
5x, ab Sa, 21.03.2026, 10:30 Uhr
Gebühr: 55,00 €


42106K 
FIT IN ENGLISH
Osterferienkurs für Schüler*innen (Klassen 7 – 9)
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
4x, ab Di, 07.04.2026, 14:00 Uhr
Gebühr: 81,60 €

42107K 
FIT IN ENGLISH
Pfingstferienkurs für Schüler*innen (Klassen 7 – 9)
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
4x, ab Di, 26.05.2026, 14:00 Uhr
Gebühr: 81,60 €

42108K 
FIT FÜRS NEUE SCHULJAHR
Sommerferienkurs Englisch für 12- bis 13-Jährige
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
5x, ab Mo, 07.09.2026, 14:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

42109K 
ENGLISCHE GRAMMATIK KOMPAKT
Since or for?
Beate Walter
Di, 21.04.2026, 15:00 Uhr
Gebühr: 18,60 €


42110K 
ENGLISCHE GRAMMATIK KOMPAKT
Present Perfect or Simple Past?
Beate Walter
Di, 28.04.2026, 15:00 Uhr
Gebühr: 18,60 €

42132W 
ENGLISCH - MODUL A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse – Intensiv-Online-Kurs
Blanca Rueda Logroño
10x, ab Mo, 02.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

42133W 
ENGLISCH - MODUL A1.2
Intensiv-Online-Kurs
Blanca Rueda Logroño
10x, ab Mo, 20.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

42134W 
ENGLISCH - MODUL A1.3
Intensiv-Online-Kurs
Blanca Rueda Logroño
10x, ab Mo, 08.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

42111
LET’S ENJOY ENGLISH A1.1
English Step-by-Step (für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse)
Ana Turtoi
15x, ab Mo, 23.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 €

42112.01 
ENGLISCH FÜR FRÜH-AUFSTEHER*INNEN A1.1
Englisch lernen mit Spaß und Muße – für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Ana Turtoi
12x, ab Mo, 09.03.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42112.02W
ENGLISCH FÜR DEN URLAUB A1.1 – SPRACHE UND KULTUR
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Dorothea Slevogt
12x, ab Mi, 11.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42113
LET’S ENJOY ENGLISH A1.2
English Step-by-Step (für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen)
Victoria Wicks
15x, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

42114
LET’S ENJOY ENGLISH A1.2 – TEIL 2
English Step-by-Step (für Teilnehmende mit Vorkenntnissen)
Elena Papathanassopoulos
15x, ab Mi, 25.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

42115
LET’S ENJOY ENGLISH A1.4
English Step-by-Step
Claudia Gerner
12x, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

INFO-TABELLE

Wichtige Information zu unseren Sprachkursen

Um Ihnen als Teilnehmende möglichst verlässliche Rahmenbedingungen zu bieten, werden unsere Sprachkurse im Programmheft und auf der Website jeweils mit einer Kursgebühr ausgeschrieben. Die veröffentlichten Kurspreise und Termine gelten für die jeweils angegebene Teilnehmendenzahl. Maßgebend ist die Anzahl der angemeldeten Personen im dritten Kurstermin.
Bei weniger Teilnehmer*innen im jeweiligen Kurs reduziert sich der Unterricht in Standardkursen* wie folgt:

TN = Teilnehmende	15 Termine = 30 UE	12 Termine = 24 UE	10 Termine = 20 UE	8 Termine = 16 UE
7 TN	Kurs läuft wie ausgeschrieben	Kurs läuft wie ausgeschrieben	Kurs läuft wie ausgeschrieben	Kurs läuft wie ausgeschrieben
6 TN	13 Termine	10 Termine	8 Termine	7 Termine
5 TN	11 Termine	8 Termine	7 Termine	6 Termine

UE = Unterrichtseinheit à 45 Minuten Stand Juli 2025

*Diese Regelung bezieht sich auf Standardkurse mit einer Mindestbelegung von 7 Teilnehmenden. Ausgenommen sind spezielle Formate wie z. B. Kinderkurse, Wochenend- oder Tageskurse, Kompaktkurse mit weniger als 8 Terminen etc. Hier werden eventuelle Gebührenanpassungen und/oder Kürzungen individuell im Kurs besprochen.

42117
ENGLISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A1
Modul 1
Victoria Wicks
Sa, 14.03. und So, 15.03.2026 jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

42118
ENGLISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A1
Modul 2
Victoria Wicks
Sa, 18.04. und So, 19.04.2026 jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

42119
ENGLISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A1
Modul 3
Victoria Wicks
Sa, 16.05. und So, 17.05.2026 jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

42120
**ENGLISCH INTENSIV
AM WOCHENENDE A1**
Modul 4
Victoria Wicks
Sa, 20.06. und So, 21.06.2026
jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

42121
**ENGLISCH INTENSIV
AM WOCHENENDE A1**
Modul 5
Victoria Wicks
Sa, 18.07. und So, 19.07.2026
jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

42221
LET’S ENJOY ENGLISH A2.3
English Step-by-Step
Claudia Gerner
12x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42230W NEU
**ENGLISH TEA TIME -
ENGLISCH AM NACHMITTAG
(A2+)**
Online-Kurs
Ines Köstler
8x, ab Di, 10.03.2026, 16:00 Uhr
Gebühr: 74,60 €

42241
EASY CONVERSATION A2+
In the Evening
Pauline Pyne
12x, ab Mo, 02.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42242
EASY CONVERSATION A2+
In the Morning
Pauline Pyne
12x, ab Do, 05.03.2026,
09:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

**SPRACHEN BESTE-
HEN NICHT NUR
AUS WÖRTERN. SIE
SIND EINE ART, DIE
WELT ZU BETRACH-
TEN. SIE SIND DIE
SCHLÜSSEL ZU
ZIVILISATIONEN.**

R. F. Kuang

42251
**ENGLISH POTPOURRI
A2+ / B1**
It’s the mixture that counts!
Ab Sprachniveau A2+
Sabine Keller
12x, ab Di, 03.03.2026, 17:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42252
**PEP UP YOUR ENGLISH
A2/B1**
English Auffrischung und
Konversation am Morgen
Pauline Pyne
12x, ab Mi, 04.03.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42253
TALK TALK TALK A2 / B1
Easy Conversation
Eveline Mrosek
12x, ab Mo, 09.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42254
**SATURDAY REFRESHER
COURSE A2 / B1**
Intensivkurs am Wochenende
Eveline Mrosek
3x ab Sa, 11.04.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 75,60 €

42255
**ENGLISCH MIT
ALLEN SINNEN A2/B1**
Eveline Mrosek
Fr, 10.07.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 11.07.2026, 14:15 - 17:30 Uhr
So, 12.07.2026, 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 85,60 € (inkl. Bewirtung)

42256W NEU
**BUSINESS ENGLISH EXPRESS
- LUNCH & LEARN A2/B1**
Online-Kurs
Ines Köstler
8x, ab Di, 10.03.2026, 12:30 Uhr
Gebühr: 74,60 €

42257W NEU BZ
**BUSINESS ENGLISH & INTER-
KULTURELLE KOMPETENZ**
Erfolgreich kommunizieren auf
Dienstreisen in die USA - Online-
Crashkurs für Sprachniveau A2/B1
Ines Köstler
4x, ab Mo, 22.06.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 352,00 €

42311W
ENGLISCH B1
Online-Kurs
Vanessa Hillary Walsh
12x, ab Do, 26.02.2026,
20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42312
**ENGLISH REFRESHER
IN THE AFTERNOON B1**
Eveline Mrosek
12x, ab Di, 03.03.2026, 16:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42313
**COMMUNICATIVE
REFRESHER COURSE B1**
Englisch - Intensivkurs in
den Sommerferien
Eveline Mrosek
10x, ab Mo, 27.07.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 360,00 €

42314 NEU
**AN ENGLISH
GARDEN AFTERNOON**
Eveline Mrosek
Sa, 27.06.2026, 14:30 Uhr
Gebühr: 25,40 €

42315W NEU
**MYSTERY AT THE MUSEUM
- THE MISSING ARTWORKS
B1/B2**
Online Escape Game
Ines Köstler
Di, 08.09.2026, 19:30 Uhr
Gebühr: 12,60 €

42316 NEU
**ON POINT!
MODERN ENGLISH**
A Contemporary Conversation
Class for Intermediate Learners
B1/B2
Ana Turtoi
12x, ab Mo, 09.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42317
**ENGLISH FOR TODAY’S
WORKPLACE B1/B2**
Communicative language skills
Sabine Keller
12x, ab Di, 03.03.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 126,00 €

**ENGLISH FOR
PARAMEDICS**

Englisch-Basics im Rettungs-
wesen: Wir bieten einen speziell
auf die Belange des Rettungs-
dienstpersonals ausgerichteten
Englischkurs an. Bei Interesse
und für weitere Auskünfte wen-
den Sie sich bitte an
Anja Jänsch
jaensch@vhs-hd.de
Telefon: 06221 91 19-48

CAMBRIDGE ENGLISH

SPRACHPRÜFUNGEN

Prüfung	Termin	Anmeldeschluss*	Gebühr**
Preliminary (PET) for Schools B1	09.05.2026	17.03.2025	169,00 €
First Certificate B2	13.03.2026 07.11.2026	27.01.2026 22.09.2026	265,00 €
Certificate in Advanced English C1	21.03.2026 16.05.2026 04.07.2026 28.11.2026	03.02.2026 31.03.2026 19.05.2026 13.10.2026	270,00 €
Certificate of Proficiency C2	12.12.2026	27.10.2026	285,00 €

* Prüfungen können bereits vor Anmeldeschluss ausgebucht sein; frühzeitige Anmeldung wird empfohlen.
** Gebühren Stand August 2025, inkl. 25 € Verwaltungspauschale. Die Gebühren für das 2. Halbjahr 2026 können sich geringfügig ändern.
Weitere Sprachprüfungen auf Anfrage.

42411
ENGLISCH B2
Auffrischung – Konversation – Grammatik
Pauline Pyne
12x, ab Do, 05.03.2026, 10:45 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42412W
ENGLISCH B2+
Auffrischung – Konversation – Grammatik – Online-Kurs
Vanessa Hillary Walsh
12x, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42413
ENGLISH REFRESHER IN THE MORNING B2
Auffrischung – Konversation – Grammatik
Pauline Pyne
12x, ab Mo, 02.03.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42414
ENGLISH CONVERSATION B2
Jill Faulkner
10x, ab Mi, 11.03.2026, 10:45 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

42415
TALK OF THE TOWN B2+
Conversation, Refresher, Grammar
Greg Ballinger
12x, ab Di, 10.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42416
CONVERSATION ADVANCED – AB SPRACHNIVEAU B2/C1
Darren A. Gray
12x, ab Do, 19.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42417W NEU
ENGLISH READING CLUB B2
Online-Kurs
Julia Figueredo Cortez Costa
12x, ab Do, 19.03.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 151,20 €

42511
ADVANCED CONVERSATION WITH GRAMMAR REVIEW C1
Greg Ballinger
10x, ab Di, 24.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 120,00 €

42512W
HOW TO MASTER DIFFICULT ENGLISH VOCABULARY C1 – C2
Online-Kurs
Greg Ballinger
8x, ab Do, 26.03.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 112,00 €

42513
TUESDAY MORNING READING CIRCLE C1/C2
Jill Faulkner
10x, ab Di, 10.03.2026, 10:45 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

42851W
CERTIFICATE IN ADVANCED ENGLISH C1
Cambridge English - Intensivkurs online
Greg Ballinger
12x, ab Fr, 27.02.2026, 17:15 Uhr
Gebühr: 216,00 €

42852W
ACADEMIC WRITING SKILLS
How to write for academic purposes, including essays for the TOEFL and Cambridge exams - Online-Kurs
Greg Ballinger
8x, ab Do, 26.03.2026, 18:45 Uhr
Gebühr: 112,00 €

42853W
CERTIFICATE OF PROFICIENCY ENGLISH C2
Cambridge English - Intensivkurs online
Greg Ballinger
10x, ab Sa, 28.02.2026, 13:00 Uhr
Gebühr: 250,00 €

FRANZÖSISCH

43001K
MON PREMIER COURS DE FRANÇAIS
Französischkurs für Grundschüler*innen ab 8 Jahren
Maja Seewald
5x, ab Sa, 14.03.2026, 10:30 Uhr
Gebühr: 55,00 €

43002K
FIT IN FRANZÖSISCH
Osterferienkurs für Schüler*innen mit mindestens 1 Lernjahr Französisch
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
4x, ab Di, 07.04.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 81,60 €

43003K
FIT IN FRANZÖSISCH
Pfingstferienkurs für Schüler*innen mit mindestens 1 Lernjahr Französisch
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
4x, ab Di, 26.05.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 81,60 €

43005K
FIT FÜRS NEUE SCHULJAHR
Sommerferienkurs Französisch für 12- bis 14-Jährige
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
5x, ab Mo, 07.09.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

HIGHLIGHT

STARKE FRAUEN FRANKREICHS

12 Termine
Ab Mittwoch 11.03.2026

43006KW NEU
LE MANNEQUIN EMPOISONNÉ – EIN FRANZÖSISCHER MITMACH-KRIMI
Online-Kurs für Schüler*innen der Klassen 8 – 10
Ines Köstler
Mo, 07.09.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 12,60 €

43111.01W
FRANZÖSISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Sina Helber
15x, ab Mi, 04.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43111.02
FRANZÖSISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Anna Beckmann
15x, ab Mi, 25.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 €

43111.03W NEU
FRANZÖSISCH IN DER MITTAGSPAUSE A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online Kurs
Chloé Guillou
12x, ab Di, 17.03.2026, 12:30 Uhr
Gebühr: 100,80 €

43112.01
FRANZÖSISCH A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen
Anna Beckmann
15x, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43112.02W
FRANZÖSISCH IN DER MITTAGSPAUSE A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online Kurs
Chloé Guillou
12x, ab Mi, 18.03.2026, 12:30 Uhr
Gebühr: 100,80 €

✎ für Kinder, Jugendliche und Familien

43113
FRANZÖSISCH A1.3
Ulrike Arnold
15x, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43115
FRANZÖSISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Claire Basque
Fr, 20.03.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 21.03.2026, 14:30 - 17:30 Uhr
So, 22.03.2026, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

43116
FRANZÖSISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Claire Basque
Fr, 08.05.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 09.05.2026, 14:30 - 17:30 Uhr
So, 10.05.2026, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

43117
FRANZÖSISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A1.3
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen
Claire Basque
Fr, 26.06.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 27.06.2026, 14:30 - 17:30 Uhr
So, 28.06.2026, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

43118W
FRANZÖSISCH FÜR DEN URLAUB A1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Loic Roulaud
12x, ab Mo, 16.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43119 NEU
SOMMERLEKTÜRE FRANZÖSISCH – FRANZÖSISCHE KURZGESCHICHTEN (A1)
Anja Clemens
5x, ab Mo, 10.08.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 63,00 €

43120W
FRANZÖSISCH MIT ALLEN SINNEN A1/A2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Claire Basque
15x, ab Mo, 02.03.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43121
FRANZÖSISCH RÉVISION NIVEAU A1 – PASSAGE AU NIVEAU A2
Vertiefung der Inhalte von Niveau A1 und Vorbereitung auf die Niveaustufe A2 - Ideal für Wiedereinsteiger*innen
Arlette Paresys
12x, ab Do, 05.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43122W NEU
SAVEURS D'ÉTÉ – EIN KULINARISCHER SOMMERABEND AUF FRANZÖSISCH
Online-Kurs für Sprachniveau A1 – A2
Ines Köstler
Mo, 27.07.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 16,80 €

43123
DÉJÀ VU! EIN WIEDERSEHEN MIT FRANZÖSISCH
Auffrischkurs A1 / A2
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
12x, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43211
FRANZÖSISCH A2.1
Ulrike Arnold
15x, ab Mi, 25.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43212
FRANZÖSISCH A2.2
Ulrike Arnold
15x, ab Mo, 23.02.2026,
20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43213
FRANZÖSISCH A2.3
Doria Ali-Khodja
15x, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43214
POT-POURRI FRANÇAIS A2
Französisch mit Spaß und Muße
Myriam Simon
15x, ab Di, 24.02.2026, 10:45 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43216
TABLE RONDE A2+
Französische Konversation
einmal anders
Magali Chambe
5x, ab Mi, 11.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 81,00 € (inkl. Bewirtung)

43218
**FRANZÖSISCH INTENSIV
AM WOCHENENDE A2.1**
Claire Basque
Fr, 27.02.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 28.02.2026, 14:30 - 17:30 Uhr
So, 01.03.2026, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

43219
**FRANZÖSISCH INTENSIV
AM WOCHENENDE A2.2**
Claire Basque
Fr, 17.04.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 18.04.2026, 14:30 - 17:30 Uhr
So, 19.04.2026, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

43220
**FRANZÖSISCH INTENSIV
AM WOCHENENDE A2.3**
Claire Basque
Fr, 03.07.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 04.07.2026, 14:30 - 17:30 Uhr
So, 05.07.2026, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

43221W
**DISCUSSION DU SAMEDI
MATIN / AB SPRACHNIVEAU
A2/B1**
Konversation – Aktuelle Themen –
Freies Sprechen – Online-Kurs
Chloé Guillou
5x, ab Sa, 14.03.2026, 10:30 Uhr
Gebühr: 63,00 €

43222 NEU
**STARKE FRAUEN FRANK-
REICHS: VON HISTORISCHEN
IKONEN ZU MODERNEN
HELDINNEN**
Für Sprachniveau A2/B1
Ulrike Arnold
12x, ab Mi, 11.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43311W
FRANZÖSISCH B1
Auch für Wiedereinsteiger*innen
geeignet - Online-Kurs
Sina Helber
15x, ab Mo, 23.02.2026,
20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43312
FRANZÖSISCH B1
Arlette Paresys
12x, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43313
FRANZÖSISCH B1.4
Catherine Dutli
12x, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43314
**LE FRANÇAIS À
TRAVERS L'ART**
Französisch in Chansons und
Filmen / Ab Sprachniveau B1
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
12x, ab Mo, 09.03.2026,
20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

HINWEIS

Weitere Informationen zu den
Kursen und Veranstaltungen
finden Sie auf unserer Website
unter der jeweiligen Kurs-Nr.

www.vhs-hd.de

43315
RENDEZ-VOUS FRANÇAIS
Französische Konversation am
Vormittag - Niveau B1/B2
Myriam Simon
12x, ab Do, 05.03.2026,
09:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43316
**FRANZÖSISCH AUFFRI-
SCHUNG - NIVEAU B1/B2**
Grammatik und Konversation
Arlette Paresys
12x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43317
**FRANZÖSISCH AUFFRI-
SCHUNG - NIVEAU B1/B2**
Auch für Wiedereinsteiger*innen
ab Sprachniveau B1 geeignet
Elena Papathanassopoulos
12x, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43418
**CONVERSATION
EN FRANÇAIS B2**
Konversation, Kultur
und Grammatik
Claire Basque
15x, ab Mo, 02.03.2026,
14:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43419W
**CONVERSATION
EN FRANÇAIS B2**
Konversation, Kultur
und Grammatik - Online-Kurs
Claire Basque
15x, ab Mo, 02.03.2026,
18:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43521
**MATINÉES FRANÇAISES -
NIVEAU C1**
Conversation en français sur l'art
et la culture
Catherine Dutli
12x, ab Di, 24.02.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

ITALIENISCH

44001K 
**RACCONTAMI - CORSO
DI LINGUA ITALIANA
PER BAMBINI**
Italienisch sprechen macht Spaß!
Für Grundschüler*innen von 7 bis
10 Jahren
Myriam Simon
5x, ab Sa, 21.03.2026, 10:30 Uhr
Gebühr: 55,00 €

44120W NEU
**3 IN 1 DREISPRACHENKURS:
ITALIENISCH, SPANISCH &
PORTUGIESISCH**
Online-Kurs für Einsteiger*innen
**Ines Köstler /
Ricardo Miguel Nogueira Guerra**
8x, ab Fr, 13.03.2026, 17:00 Uhr
*Gebühr: 181,40 € (inkl. Kosten für
Lehrwerk u. Versand)*

44121.01W
ITALIENISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkennt-
nisse – Online-Kurs
Ines Köstler
15x, ab Di, 24.02.2026, 19:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

HIGH-
LIGHT

3 IN 1 DREI-
SPRACHENKURS

Acht Termine
Ab Freitag 13.03.2026

44121.02
ITALIENISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkennt-
nisse
Romina Gambardella
15x, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44122.01
ITALIENISCH A1.2
Parliamo italiano! Für Teilnehmen-
de mit leichten Vorkenntnissen
Giovanna Mangini
15x, ab Do, 26.02.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44122.02W
ITALIENISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten
Vorkenntnissen - Online-Kurs
Alice Ficcadente
15x, ab Mi, 25.02.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44123
**MATTINATA ITALIANA -
IMPARARE SENZA FRETTA
A1.2**
Für Teilnehmende mit leichten
Vorkenntnisen
Dominga Rosato
12x, ab Do, 05.03.2026, 11:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

44124.01
ITALIENISCH A1.3
Dominga Rosato
15x, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44124.02
ITALIENISCH A1.3
Giovanna Mangini
15x, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44125
ITALIENISCH A1.4
Marco Bastogi
15x, ab Do, 26.02.2026,
20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44126W
ITALIENISCH A1/A2
Online-Kurs
Alice Ficcadente
15x, ab Fr, 27.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44128
**ITALIENISCH AM
WOCHENENDE A1**
Kompaktkurs mit monatlichen
Modulen – Für Teilnehmende
ohne Vorkenntnisse
Teresa Izzo-Bodemeyer
10x, ab Sa, 21.02.2026, 11:00 Uhr
Gebühr: 262,50 €

44130 NEU
**STORIE PER PRINCIPIANTI
DALLA A ALLA Z / A1**
Romina Gambardella
10x, ab Do, 12.03.2026,
20:00 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

44210
**ITALIENISCH AM
NACHMITTAG A2**
Teresa Izzo-Bodemeyer
15x, ab Di, 24.02.2026, 14:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44211
ITALIENISCH A2.2
Valeria Monachesi-Meenenga
15x, ab Mo, 02.03.2026,
19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44212
**ITALIENISCH AM
WOCHENENDE A2**
Kompaktkurs mit monatlichen
Modulen – Für Teilnehmende
mit Vorkenntnissen
Dominga Rosato
10x, ab Sa, 14.03.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 210,00 €

44214W
ITALIENISCH A2/B1
Online-Kurs
Alice Ficcadente
15x, ab Do, 26.02.2026, 19:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44215
ITALIENISCH A2/B1
Renza Zennaro-Henkelmann
12x, ab Mi, 04.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

44216
**ITALIENISCH
AUFRISCHUNG UND
KONVERSATION A2/B1**
Wiederholung - Vertiefung -
Freies Sprechen
Roberta Caravani
12x, ab Mi, 11.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

44217 NEU
L'ITALIANO● PER L'ARTE
Lezioni di arte e lingua italiana per
stranieri / Für Sprachniveau A2/B1
Ximena Paola Ballesteros Puentes
12x, ab Di, 10.03.2026, 16:00 Uhr
Gebühr: 144,00 €

44311W NEU
**ITALIENISCH
INTENSIVKURS B1**
Online-Kurs: Modul 1
Fabio Massaci
10x, ab Di, 03.03.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

44312W NEU
**ITALIENISCH
INTENSIVKURS B1**
Online-Kurs: Modul 2
Fabio Massaci
10x, ab Di, 21.04.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

44313W NEU
**ITALIENISCH
INTENSIVKURS B1**
Online-Kurs: Modul 3
Fabio Massaci
10x, ab Di, 16.06.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

44314
**ITALIENISCH AM
WOCHENENDE B1**
Kompaktkurs mit monatlichen
Modulen
Teresa Izzo-Bodemeyer
10x, ab Sa, 07.03.2026, 11:00 Uhr
Gebühr: 262,50 €

44218 NEU
SUL PALCOSCENICO!
Theaterworkshop auf Italienisch
Ximena Paola Ballesteros Puentes
4x, ab Sa, 07.03.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 108,70 €

44411
ITALIENISCH B2.1
Francesca Romana Blasetti
10x, ab Di, 03.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

44412W
ITALIENISCH B2
Online-Kurs / Kleingruppenformat
Alice Ficcadente
12x, ab Di, 03.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 168,00 €

44413
A VOI LA PAROLA!
Conversazione B2+ dalla
grammatica alla pratica
Valeria Monachesi-Meenenga
15x, ab Di, 03.03.2026, 11:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44414 NEU
**CONVERSAZIONE
A COLAZIONE -
ITALIANO● B2/C1**
Valeria Monachesi-Meenenga
15x, ab Di, 10.03.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 198,00 € (inkl. Bewirtung)
(siehe Info S. 63)

44415 NEU
**LE 4 GIORNATE CHE
HANNO● CAMBIATO● L'ITALIA
E IL MONDO●**
Un viaggio attraverso i momenti
chiave della storie e del mondo
Marco Bastogi
4x, ab Sa, 14.03.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 121,30 €


44511.01
ITALIENISCH C1
Elena Salvini
15x, ab Mi, 25.02.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)


44511.02W
ITALIENISCH C1
Attualità e approfondimenti -
Online Kurs
Roberta Caravani
15x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44512
**CONVERSAZIONE
IN ITALIANO● C1**
Milena Tombolini-Daniels
15x, ab Mi, 04.03.2026, 10:45 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44513
**CONVERSAZIONE IN
ITALIANO● C2**
Milena Tombolini-Daniels
15x, ab Mi, 04.03.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

SPANISCH

45001K 
ESPAÑOL PARA LOS NIÑOS
Spanisch für Kinder
von 7 bis 9 Jahren
Ilcry Coromoto Navarro Velásquez
10x, ab Sa, 21.03.2026, 10:30 Uhr
Gebühr: 55,00 €

45002K 
FIT FÜRS NEUE SCHULJAHR
Sommerferienkurs Spanisch für
14- bis 16-Jährige / 1.+2. Lernjahr
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
5x, ab Mo, 07.09.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

44120W NEU
**3 IN 1 DREISPRACHENKURS:
ITALIENISCH, SPANISCH &
PORTUGIESISCH**
Online-Kurs für Einsteiger*innen
**Ines Köstler /
Ricardo Miguel Nogueira Guerra**
8x, ab Fr, 13.03.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 181,40 € (inkl. Kosten für
Lehrwerk u. Versand)

45111W
SPANISCH - MODUL A1.1
Intensiv-Online-Kurs
Blanca Rueda Logroño
10x, ab Di, 24.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

45112W
SPANISCH - MODUL A1.2
Intensiv-Online-Kurs
Blanca Rueda Logroño
10x, ab Di, 14.04.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

EINSTUFUNG UND BERATUNG

Sie sind sich nicht sicher, welches Ihr aktuelles Sprachniveau ist oder
Sie wissen nicht, welcher Sprachkurs zu Ihnen passt?

Unser pädagogisches Fachpersonal steht Ihnen gerne für eine persön-
liche Beratung zur Verfügung:

06221 9119-72 oder 06221 9119-48 | fremdsprachen@vhs-hd.de

45113W
SPANISCH - MODUL A1.3
Intensiv-Online-Kurs
Blanca Rueda Logroño
10x, ab Do, 21.05.2026,
20:00 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

45121W
SPANISCH - MODUL A2.1
Intensiv-Online-Kurs
Blanca Rueda Logroño
10x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

45122W
SPANISCH - MODUL A2.2
Intensiv-Online-Kurs
Blanca Rueda Logroño
10x, ab Di, 14.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

45123W
SPANISCH - MODUL A2.3
Intensiv-Online-Kurs
Blanca Rueda Logroño
10x, ab Do, 21.05.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

45211.01
SPANISCH RÁPIDO● A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkennt-
nisse
Ana Maria Montes
15x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 €

45211.02W
SPANISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkennt-
nisse - Online Kurs
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
15x, ab Mi, 25.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 €

45211.03
SPANISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkennt-
nisse
Ilcry Coromoto Navarro Velásquez
15x, ab Do, 26.02.2026,
20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 €

45212.01
**SPANISCH FÜR FRÜH-
AUFSTEHER*INNEN A1.2**
Spanisch lernen mit Spaß und
Muße - Für Teilnehmende mit
geringen Vorkenntnissen
**María Luisa Sepúlveda García
de la Torre**
12x, ab Fr, 27.02.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

45212.02
SPANISCH A1.2
Für Teilnehmende mit geringen
Vorkenntnissen
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
15x, ab Di, 24.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

NEU

Le 4 giornate che hanno cambiato l'Italia e il mondo

An 4 Terminen
Ab Samstag 14.03.2026

45212.03W
SPANISCH A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen - Online Kurs
Laura Guerrero Martínez
15x, ab Mi, 25.02.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45213
SPANISCH A1.3
Carolina Kriss Gamarra-Hohmann
15x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45214
SPANISCH RÁPIDO● AUFFRISCHUNG A1 / ÜBERGANG ZU NIVEAU A2
Vertiefung der Inhalte von Niveau A1 und Vorbereitung auf die Niveaustufe A2
Ana Maria Montes
15x, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45216
SPANISCH AM WOCHEN-ENDE - MODUL A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Ilcry Coromoto Navarro Velásquez
Fr, 13.03.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 14.03.2026, 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

45217
SPANISCH AM WOCHEN-ENDE - MODUL A1.2
Ilcry Coromoto Navarro Velásquez
Fr, 17.04.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 18.04.2026, 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

45218
SPANISCH AM WOCHEN-ENDE - MODUL A1.3
Ilcry Coromoto Navarro Velásquez
Fr, 08.05.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 09.05.2026, 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

45219
SPANISCH AM WOCHEN-ENDE - MODUL A1.4
Ilcry Coromoto Navarro Velásquez
Fr, 26.06.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 27.06.2026, 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

45311.01
SPANISCH A2.1
Pamela Gisel Banon Mayorca
15x, ab Di, 24.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45311.02
SPANISCH A2.1
Ilcry Coromoto Navarro Velásquez
15x, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45312
SPANISCH A2.2
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
15x, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45313
SPANISCH A2.3
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
15x, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45314
APROVECHEMOS PARA CONVERSAR A2+
Leichte Spanisch-Konversation mit Grammatik
Carolina Kriss Gamarra-Hohmann
15x, ab Di, 24.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45315W NEU
CAFÉ Y CONVERSACIÓN - SPANISCH AM MORGEN A2/B1
Online-Kurs
Ines Köstler
8x, ab Di, 10.03.2026, 08:00 Uhr
Gebühr: 74,60 €

45316W NEU
SPANISCH FÜR DEN BERUF A2/B1 - LUNCH & LEARN
Online-Kurs
Ines Köstler
8x, ab Do, 12.03.2026, 12:30 Uhr
Gebühr: 74,60 €

45317 NEU
EN ESCENA!
Vive el teatro y exprésate en español
Ximena Paola Ballesteros Puentes
4x, ab Sa, 18.04.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 108,70 €

45411
SPANISCH B1.1
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
15x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45412 NEU
VIVE EL ARTE HABLANDO● ESPAÑOL
Spanisch lernen - Kunst erleben
Ximena Paola Ballesteros Puentes
12x, ab Mi, 11.03.2026, 16:00 Uhr
Gebühr: 151,20 €

45413
SPANISCH MIT MUSSE B1 - B2
Konversation - Wiederholung - Auffrischung
María Luisa Sepúlveda García de la Torre
12x, ab Mo, 23.02.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 163,20 €

45511W NEU
SPANISCH B1 - B2 ¡CONVERSACIÓN, GRAMÁTICA Y MÁS!
Online-Kurs
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
15x, ab Mo, 23.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45512
CURSO DE COMPRENSIÓN Y CONVERSACIÓN EN ESPAÑOL B2
Ideal para la conservación de lo que ya se sabe
Fuencisla Torrego Cardiel
15x, ab Mo, 02.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45513
SPANISCH AUFFRISCHUNG B2
Vertiefung - Grammatik - Konversation
Pamela Gisel Banon Mayorca
15x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45514
SPANISCH MESA REDONDA B2+
Spanische Konversation einmal anders
Ximena Paola Ballesteros Puentes
5x, ab Fr, 13.03.2026, 16:00 Uhr
Gebühr: 81,00€ (inkl. Bewirtung)

45515
ESPAÑOL B2+/C1
Conversación y gramática
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
12x, ab Do, 05.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

WEITERE SPRACHEN

46009W
ALBANISCH ZUM KENNENLERNEN
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse – Online-Kurs
Nexhmie Dani
12x, ab Di, 17.03.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 168,00 € (siehe Info S. 63)

46110.01W
ARABISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Sarah Shammaa
12x, ab Di, 17.03.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46110.02
ARABISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
N.N.
12x, ab Mo, 02.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46111.01W
ARABISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Sarah Shammaa
15x, ab Do, 26.02.2026, 17:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46111.02
ARABISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen
N.N.
12x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46113W
ARABISCH A2.1
Online-Kurs
Sarah Shammaa
15x, ab Mi, 25.02.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46114W
ARABISCH A2.3
Online-Kurs
Sarah Shammaa
15x, ab Do, 26.02.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46121W
CHINESISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online Kurs
Dongni Chen
12x, ab Di, 10.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46122W
CHINESISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online Kurs
Dongni Chen
12x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46123
CHINESISCH A1/A2
Kleingruppenformat
Ruiyan Tan
12x, ab Fr, 06.03.2026, 18:45 Uhr
Gebühr: 168,00 € (siehe Info S. 63)

EINE ANDERE SPRACHE IST WIE EINE ANDERE SICHT AUF DAS LEBEN

Federico Fellini

46124W
CHINESISCH B1/B2
Online-Kurs / Kleingruppenformat
Dongni Chen
12x, ab Mo, 02.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 168,00 €

46125
CHINESISCH C1+
Kleingruppenformat
Ruiyan Tan
12x, ab Di, 03.03.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 168,00 €

46131W
DÄNISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Ole Nielsen
15x, ab Mi, 25.02.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46132W
DÄNISCH A1.2
Online-Kurs
N.N.
15x, ab Mo, 23.02.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46133W
DÄNISCH B1+
Online-Kurs
N.N.
15x, ab Mi, 25.02.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46141W
ESTNISCH A1.1
Ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Diana Osak
12x, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46142W
ESTNISCH A2.1
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Diana Osak
12x, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46151W
FINNISCH A1.1
Ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Daniela Scholz
15x, ab Mi, 04.03.2026, 17:45 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46152W
FINNISCH B1.2
Online-Kurs
Anna Sandström
12x, ab Do, 05.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46161
(NEU-)GRIECHISCH A1.1
Ohne Vorkenntnisse
Sotirios Papadopoulos-Herzhauser
12x, ab Di, 10.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46162
(NEU-)GRIECHISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen
Sotirios Papadopoulos-Herzhauser
12x, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46163
(NEU-)GRIECHISCH ENTDECKEN MIT SPASS UND FREUDE
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen
Elena Papathanassopoulos
12x, ab Do, 12.03.2026, 16:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46164
(NEU-)GRIECHISCH A2
Sotirios Papadopoulos-Herzhauser
15x, ab Di, 03.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46165
(NEU-)GRIECHISCH IM ALLTAG B1
Auch für Wiedereinsteiger*innen geeignet
Sotirios Papadopoulos-Herzhauser
15x, ab Mi, 04.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46171W NEU
IWRITH/(NEU-) HEBRÄISCH INTENSIV IM SOMMER A1
Einführung in Sprache und Land - Online-Kurs
Tal Cohen
4x, ab Mo, 03.08.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 81,60 €

46172W NEU
IWRITH/(NEU-)HEBRÄISCH A1.1
Ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Efrat Haas
12x, ab Di, 10.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46174W
IWRITH/(NEU-)HEBRÄISCH A2/B1
Online-Kurs
Efrat Haas
12x, ab Di, 24.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46175
IWRITH/(NEU-)HEBRÄISCH B1
Anat Karck
12x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46181W
ISLÄNDISCH ZUM KENNENLERNEN
Ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Tobias Neumann
12x, ab Fr, 13.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 151,20 € (siehe Info S. 63)

46190KW 
JAPANISCH FÜR JUGENDLICHE
(12 – 15 Jahre) Sushi, Manga, Anime - Online-Kurs
Reiko Zahn-Tsukahara
9x, ab Mo, 03.08.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 93,60 €

46191.01
JAPANISCH A1.1
Ohne Vorkenntnisse
Kaori Tanaka
15x, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46191.02W
JAPANISCH A1.1
Ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Reiko Zahn-Tsukahara
15x, ab Mi, 25.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46192.01
JAPANISCH A1.2
Kaori Tanaka
15x, ab Mi, 25.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46192.02W
JAPANISCH A1.2
Online-Kurs
Reiko Zahn-Tsukahara
15x, ab Do, 26.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46193.01W
JAPANISCH A1.3
Online-Kurs
Reiko Zahn-Tsukahara
15x, ab Mo, 23.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46193.02WZ
JAPANISCH A1.3
Online-Kurs
Reiko Zahn-Tsukahara
15x, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

Gewusst?

LENTOKONESUIH-KUTURBIINIMOOT-TORIAPUMEKAA-NIKK●ALIUPSEERI-●PPILAS

IST DAS LÄNGSTE FINNISCHE WORT.

46194
JAPANISCH A2.1
Setsuko Kronfeld-Hidaka
15x, ab Mo, 09.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46195
JAPANISCH A2.2
Setsuko Kronfeld-Hidaka
15x, ab Mo, 09.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46196.01
JAPANISCH A2/B1
Setsuko Kronfeld-Hidaka
15x, ab Do, 12.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46196.02W
JAPANISCH A2/B1
Online-Kurs / Kleingruppenformat
Kaori Tanaka
12x, ab Di, 24.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 168,00 €

46197W
JAPANISCH A2.7
Online-Kurs/ Kleingruppenformat
Reiko Zahn-Tsukahara
12x, ab Do, 05.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 168,00 € (siehe Info S. 63)

46198W
JAPANISCH B1/B2
Online-Kurs / Kleingruppenformat
Reiko Zahn-Tsukahara
12x, ab Mo, 02.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 168,00 €

46201.01W
KOREANISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Sooyun Oh
14x, ab Fr, 06.03.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 142,80 € (siehe Info S. 63)

46201.02WNEU
KOREANISCH AM VORMITTAG - MIT SPASS UND MUSSE
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Haejin Yoon
12x, ab Mi, 11.03.2026, 10:30 Uhr
Gebühr: 151,20 €

46202W
KOREANISCH A1.2
Online-Kurs
Min Kyung Kim
15x, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46203W
KOREANISCH A1.3
Online-Kurs
Haejin Yoon
15x, ab Do, 05.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46204.01W
KOREANISCH A2.1
Online-Kurs
Min Kyung Kim
15x, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46204.02W
KOREANISCH A2.1
Online-Kurs
Haejin Yoon
15x, ab Mi, 25.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46205W
KOREANISCH A2/B1
Online-Kurs
Min Kyung Kim
15x, ab Do, 26.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46206W
KOREANISCH B2.2
Online-Kurs
Min Kyung Kim
15x, ab Mi, 25.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46211
KROATISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Ines Buntak
12x, ab Di, 10.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46212W
KROATISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Ines Buntak
12x, ab Mo, 09.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46212.02W
KROATISCH / BOSNISCH / SERBISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Iva Petrak
12x, ab Mo, 09.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46213W
KROATISCH / BOSNISCH / SERBISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Iva Petrak
15x, ab Mo, 02.03.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46214W
KROATISCH / BOSNISCH / SERBISCH A1.3
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Iva Petrak
15x, ab Mi, 04.03.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46215W
KROATISCH / BOSNISCH / SERBISCH A2.1
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen - Online-Kurs
Iva Petrak
15x, ab Mi, 04.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46216
KROATISCH A2
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen
Ines Buntak
12x, ab Di, 10.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46220KW NEU ✖
FIT IN LATEIN!
Online-Training für das 1. Lernjahr (5./6. Klasse Gymnasium)
Online-Kurs
Ines Köstler
4x, ab Di, 08.09.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 40,80 €

46221KW NEU ✖
FIT FÜR DIE OBERSTUFE - LATEIN-GRUNDLAGEN SICHER BEHERRSCHEN!
Online-Kurs für Schüler*innen der Oberstufe
Ines Köstler
4x, ab Di, 08.09.2026, 13:00 Uhr
Gebühr: 40,80 €

46231W
NIEDERLÄNDISCH FÜR DIE REISE A1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Harriet Spenke
6x, ab Do, 11.06.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 61,20 €

46232W
NIEDERLÄNDISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Harriet Spenke
10x, ab Do, 26.02.2026, 19:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

46233W
NIEDERLÄNDISCH A1.2
Online-Kurs
Harriet Spenke
10x, ab Mi, 15.04.2026, 17:45 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

46234W
NIEDERLÄNDISCH B1.2
Online-Kurs
Harriet Spenke
10x, ab Fr, 27.02.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

46241W
NORWEGISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Trond Fuhrmeister
15x, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46242W
NORWEGISCH A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Trond Fuhrmeister
12x, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46243.01W
NORWEGISCH A1.3
Online-Kurs
Trond Fuhrmeister
15x, ab Do, 26.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46243.02W
NORWEGISCH A1.3
Online-Kurs
Sophia Schmülling
12x, ab Mo, 02.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46244W
NORWEGISCH A2+
Online-Kurs
Trond Fuhrmeister
15x, ab Di, 24.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46251.01
PERSISCH/FARSI A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Ghodrat Ramzani
12x, ab Mi, 11.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46251.02W
PERSISCH/FARSI A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Ghodrat Ramzani
12x, ab Di, 10.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46252.01
PERSISCH/FARSI A1.2
Ghodrat Ramzani
12x, ab Mi, 11.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46252.02W
PERSISCH/FARSI A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Ghodrat Ramzani
12x, ab Do, 12.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46253W
PERSISCH/FARSI A1.3
Online-Kurs
Ghodrat Ramzani
12x, ab Mo, 09.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46254W
PERSISCH/FARSI A2.2
Online-Kurs
Ghodrat Ramzani
12x, ab Di, 10.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46255W
PERSISCH/FARSI B2.2
Online-Kurs
Ghodrat Ramzani
12x, ab Mo, 09.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46264W
POLNISCH A2 - MODUL 1
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen - Online-Kurs
Malgorzata Zajonz
8x, ab Mi, 25.02.2026, 20:15 Uhr
Gebühr: 81,60 € (siehe Info S. 63)

46265W
POLNISCH A2 - MODUL 2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen - Online-Kurs
Malgorzata Zajonz
8x, ab Mi, 06.05.2026, 20:15 Uhr
Gebühr: 81,60 €

46266W
(OBER)SCHLESISCH A1
Eichendorffs Zweitsprache in Europa und Texas / Kleingruppenformat
Adam Kubik
10x, ab Do, 12.03.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 140,00 €

44120W NEU
3 IN 1 DREISPRACHENKURS: ITALIENISCH, SPANISCH & PORTUGIESISCH
Online-Kurs für Einsteiger*innen
Ines Köstler / Ricardo Miguel Nogueira Guerra
8x, ab Fr, 13.03.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 181,40 € (inkl. Kosten für Lehrwerk u. Versand)

46271W
BRASILIANISCHES PORTUGIESISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Julia Figueredo Cortez Costa
12x, ab Mo, 09.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

✖ für Kinder, Jugendliche und Familien

46272W
BRASILIANISCHES PORTUGIESISCH A1.3
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen – Online Kurs
Julia Figueredo Cortez Costa
12x, ab Di, 10.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46275.02W
EUROPÄISCHES PORTUGIESISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Ricardo Miguel Nogueira Guerra
15x, ab Do, 05.03.2026, 19:45 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46276.01
EUROPÄISCHES PORTUGIESISCH A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen
Joao Manuel Carvalho
15x, ab Di, 10.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46276.02W
EUROPÄISCHES PORTUGIESISCH A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Ricardo Miguel Nogueira Guerra
12x, ab Do, 05.03.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46291.01W
RUSSISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse – Online-Kurs
Magdalena Melter
12x, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46291.02
RUSSISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Irina Pavlova
12x, ab Mi, 25.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46291.03W NEU
RUSSISCH AM VORMITTAG - MIT SPASS UND MUSSE
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse – Online-Kurs
Magdalena Melter
12x, ab Di, 24.02.2026, 11:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)



JAPANISCH FÜR JUGENDLICHE
9 Termine
Ab Montag 03.08.2026

46292W
RUSSISCH A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Marina Pramskaya
15×, ab Mo, 02.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46293W
RUSSISCH A2.1
Online-Kurs
Magdalena Melter
12×, ab Mi, 25.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46294W
RUSSISCH A2.3
Online-Kurs
Magdalena Melter
12×, ab Di, 24.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46295 NEU
RUSSISCHE LEKTÜRE: RUSSISCHE PERSÖNLICHKEITEN
Ab Sprachniveau A2/B1
Irina Pavlova
12×, ab Mi, 25.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46296
RUSSISCH B1
Für Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger*innen
Nina Trubacheva
12×, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46297W
RUSSISCH B1/B2
Online-Kurs mit Lektüre
Magdalena Melter
12×, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 151,20 €

46298
RUSSISCH B2
Nina Trubacheva
12×, ab Mo, 23.02.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46299
RUSSISCH C1
Grammatik und Lektüre
Nina Trubacheva
12×, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46311.01W
SCHWEDISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Tobias Neumann
15×, ab Di, 03.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46311.02
SCHWEDISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Christina Modig
15×, ab Mi, 25.02.2026, 16:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46312.01W
SCHWEDISCH A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Sara Martens
15×, ab Do, 26.02.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46312.02
SCHWEDISCH A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen
Christina Modig
15×, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46313W
SCHWEDISCH A1.3
Online-Kurs
Tobias Neumann
15×, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46314W
SCHWEDISCH A2.2
Online-Kurs
Leah Preisinger
15×, ab Mi, 25.02.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46315W
SCHWEDISCH B1/B2
Online-Kurs
Jenny Elster
15×, ab Di, 24.02.2026, 19:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46320W
KARIBU KISWAHILI! A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen - Online - Kurs
Dr. Uta Reuster-Jahn
12×, ab Di, 03.03.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46331W
THAILÄNDISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Petchrada Chantawangso
15×, ab Mo, 23.02.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46332W
THAILÄNDISCH A1.3
Online-Kurs
Petchrada Chantawangso
15×, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46333W
THAILÄNDISCH A2.1
Online-Kurs
Petchrada Chantawangso
15×, ab Di, 24.02.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46341.01W
TÜRKISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Asli Cetin
15×, ab Mi, 25.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46341.02
TÜRKISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Sevket Kisa
15×, ab Do, 26.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46342
TÜRKISCH A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen
Sevket Kisa
12×, ab Fr, 06.03.2026, 17:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46343W
TÜRKISCH A1.3
Online-Kurs
Asli Cetin
15×, ab Mo, 23.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46344W
TÜRKISCH A1.4
Online-Kurs
Asli Cetin
15×, ab Di, 24.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46345W
TÜRKISCH A2.3
Online-Kurs
Asli Cetin
15×, ab Fr, 27.02.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46361W NEU
UKRAINISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Anastasiia Ostrikova
12×, ab Mo, 09.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46351W
UNGARISCH A1.2
Online-Kurs
Krisztina Tompa
15×, ab Di, 03.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46352W
UNGARISCH A1.4
Online-Kurs
Krisztina Tompa
15×, ab Mo, 02.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46353W
UNGARISCH A2.1
Online-Kurs
Krisztina Tompa
15×, ab Di, 03.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46354W
UNGARISCH FÜR FORTGESCHRITTENE A2 - B1
Online-Kurs
Krisztina Tompa
15×, ab Mo, 02.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46371W
VIETNAMESISCH ZUM KENNENLERNEN
Online-Kurs
Dong Nghi Nguyen
10×, ab Mo, 20.04.2026, 19:30 Uhr
Gebühr: 140,00 €

46372W
VIETNAMESISCH A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Dong Nghi Nguyen
12×, ab Mi, 04.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 144,00 €

46373W
VIETNAMESISCH A1.3
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen - Online-Kurs / Kleingruppenformat
Dong Nghi Nguyen
12×, ab Di, 03.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 168,00 € (siehe Info S. 63)

Gewusst?

WIR BIETEN MEHR ALS 30 FREMDSPRACHEN AN.

WIR BILDEN WEITER.

Werden Sie Teil der Erfolgshochschule, werden Sie vhs-Kursleiter*in!



BERUF UND DIGITALES

Ob für Job, Alltag, Schule, Ausbildung oder Studium – hier findest du Kurse, die dich fit für die digitale Zukunft machen. Künstliche Intelligenz ist längst Teil unseres Alltags und Berufslebens – deshalb fließt sie in viele unserer Kurse praxisnah mit ein. Baue dein Computerwissen und deine Medienkompetenz gezielt weiter aus. Aber auch Teamarbeit, Kommunikation und Soft Skills sowie kaufmännisches Know-how stehen hier im Fokus.



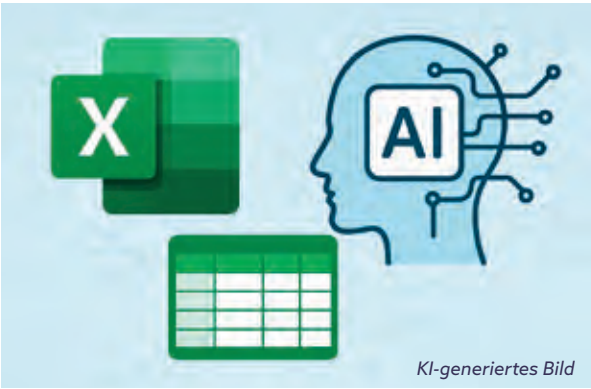
5208
TEAM-POWER ENTFALTEN!
Fr, 12.06.2026, 9 – 16 Uhr

Mit Stimme und Körper Präsenz zeigen: Hier erarbeiten wir, wie erfolgreiche Zusammenarbeit entsteht und wie Teams ihre Stärken gezielt nutzen können. Wir setzen uns mit zentralen Faktoren guter Teamarbeit auseinander: Kommunikation, Rollenverteilung, Motivation, Konfliktlösung und gemeinsame Zielorientierung. Der Kurs richtet sich an alle, die ihre eigenen Teamkompetenzen stärken, wirksamer zusammenarbeiten und ein konstruktives Miteinander fördern möchten.



5655Y
KI FÜR SOCIAL MEDIA
Mi, 29.04.2026, 18:15 – 21:15 Uhr

KI kann den Alltag in Social Media enorm erleichtern: Texte formulieren, Bildideen entwickeln, Posts planen oder Vorlagen erstellen. In diesem Kurs lernst Du, wie Du KI-Tools wie ChatGPT oder Canva KI sinnvoll für deine Inhalte einsetzen kannst. Wir erstellen gemeinsam Posts, Ideenlisten, Reels-Skripte oder Bildvarianten und üben, wie KI dir Zeit spart, ohne unpersönlich zu wirken. Ideal für alle, die Social Media effizienter nutzen möchten – beruflich oder privat.



EXCEL MIT KI

Mehr aus Excel herausholen! In unseren neuen Aufbaukursen zeigen wir, wie Künstliche Intelligenz Tabellenarbeit smarter, schneller und einfacher macht. ChatGPT hilft dir Formeln und Funktionen richtig zu erstellen. KI unterstützt dich beim Analysieren, Strukturieren und Auswerten von Daten. Aufbauend auf grundlegenden Excel-Kenntnissen wird gezeigt, wie ChatGPT gezielt eingesetzt werden kann, um in Excel schneller zu Lösungen zu kommen. Unsere Kurse findest du auf den Seiten 85/86.



NEU: PROGRAMMIEREN MIT KI

Man muss kein IT-Freak sein! Programmieren und das Lernen der Programmierung verändern sich durch KI sehr. Es wird immer einfacher! Um Programme zu entwickeln, wird man in Zukunft beispielsweise der KI einfach mitteilen, was man erreichen möchte. Danach fügt man die von der KI geschriebene Codierung in die Entwicklungsumgebung ein und startet sie – fertig. Ziel unserer drei neuen Kurse ist es, das Zusammenspiel von KI und Programmierung zu verstehen – am Beispiel Python, C# oder VBA. Die drei Kurse finden Sie auf unserer Webseite.



LERN- & ARBEITSTECHNIKEN

13 Kurse

RHETORIK, KOMMUNIKATION & FÜHRUNG

7 Kurse

GEBÄRDENSPRACHEN

8 Kurse

(NEU-)ORIENTIERUNG

2 Kurs

KOMPETENZ IN BERUF UND STUDIUM

8 Kurse

BETRIEBSWIRTSCHAFT

14 Kurse

EDV-GRUNDLAGEN

8 Kurse

OFFICE-PROGRAMME

11 Kurse

WEITERE MEDIEN UND PROGRAMME

13 Kurse

FACHSPEZIFISCHE THEMEN

1 Kurs

KONTAKT

Bettina Rothhaas
06221 9119-40
rothhaas@vhs-hd.de

Team Beruf und Digitales
06221 9119-71
beruf@vhs-hd.de

LERNEN,
ARBEITSTECHNIKEN,
GEDÄCHTNIS

50101K ⚡
GFS HALTEN - WAS SOLL ICH JETZT MACHEN?
Tipps & Tricks gibt es hier!
(11 – 17 Jahre)
Kerstin Kaufmann-Brosch
Mi, 08.04. und Do, 09.04.2026,
jeweils 14:00 - 19:00 Uhr
Gebühr: 78,00 €

50102K ⚡
BYE BYE LAMPENFIEBER
Als Schüler*in sicher auftreten
(ab 11 Jahre)
Kerstin Kaufmann-Brosch
Di, 26.05.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 52,00 €

50103K ⚡
LERNEN KANN SPASS MACHEN!
Lern-Coaching für Schüler*innen
ab 11 Jahren
Kerstin Kaufmann-Brosch
Mi, 27.05. und Do, 28.05.2026,
jeweils 09:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 78,00 €

50104 BZ
SOVERÄN TROTZ LAMPENFIEBER!
Sicher auftreten & sprechen
Kerstin Kaufmann-Brosch
Sa, 19.06.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

50105
LERNFREUDE ERHALTEN - AUCH ALS ERWACHSENE
Effektive Techniken
Kerstin Kaufmann-Brosch
Sa, 13.06. und So, 14.06.2026,
jeweils 10:00 - 15:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

50107
VISUELLE NOTIZEN - MIT SKETCHNOTES ANKER IM KOPF SETZEN
Katharina Schilling
Do, 07.05.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 34,00 €

50108
GRAPHIC RECORDING
Visuelle Dokumentation
in Meetings
Katharina Schilling
Do, 11.06.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 34,00 €

50110W NEU
ONLINE-MEETING SICHER MODERIEREN
Di, 16.06.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 34,00 €

50111W
STRUKTURIERTES ZEIT- UND SELBSTMANAGEMENT
Online-Kurs
Kerstin Kaufmann-Brosch
2x, ab Di, 30.06.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 76,50 €

50112
PERSÖNLICHE ZIELE SETZEN UND MOTIVIERT UMSETZEN
Nachhaltige Veränderungen
erreichen
Hedwig Marianne Blumer
Sa, 11.07.2026, 09:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 42,50 €



TEAM-POWER
ENTFALTEN!

Freitag 12.06.2026,
9:00 - 16:00 Uhr

50113
RUNDGÄNGE DURCH DIE STADTBÜCHEREI
Fr, 13.03., Di, 16.06. oder
Mi, 23.09.2026,
jeweils 17:00 - 18:30 Uhr
kostenfrei

RHETORIK,
KOMMUNIKATION
UND FÜHRUNGS-
KOMPETENZEN

50200 NEU BZ
KOMMUNIKATION DER ZUKUNFT
Future Skills für eine
neue Arbeitswelt
Kerstin Kaufmann-Brosch
Sa, 20.06. und So, 21.06.2026,
jeweils 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 136,00 €

50202 BZ
KÖRPERSPRACHETRAINING FÜR FRAUEN
Souverän in Alltag und Beruf
Margit Edelmann
Sa, 28.03.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 29.03.2026, 09:30 - 16:00 Uhr
Gebühr: 128,00 €

50203 BZ
ÜBERZEUGEND AUFTRETEN
Ein Kommunikationstraining
für den beruflichen Alltag!
Margit Edelmann
Sa, 11.07.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 12.07.2026, 09:30 - 16:00 Uhr
Gebühr: 136,00 €

50204
WIRKUNGSVOLL SPRECHEN - DIE AUSDRUCKSSTARKE SPRECHSTIMME
Elisabeth Fritsch
Sa, 28.03.2026, 10:30 - 14:30 Uhr
Gebühr: 42,50 €

50205 BZ
ERFOLGSFAKTOR STIMME
Ihre akustische Visitenkarte
Elisabeth Fritsch
Sa, 04.07.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

50206 BZ
SELBSTBEWUSSTER UND ENTSPANNTER DURCH DEN (BERUFS-)ALLTAG
Hedwig Marianne Blumer
Sa, 25.04.2026, 09:30 - 16:30 Uhr
Gebühr: 68,00 €

50207
DIE KUNST DES MITEINANDERSPRECHENS
Erfolgreich - gelassen - glücklich
Dr. Claudia Kaufmann
Sa, 13.06.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

50208 BZ
WENN WORTE HERAUSFORDERN
Schwierige Gespräche
konstruktiv meistern
Hedwig Marianne Blumer
Fr, 26.06.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 27.06.2026, 09:30 - 16:30 Uhr
Gebühr: 102,00 €

GEBÄRDENSPRACHEN

50300E
SCHNUPPERN IN LAUTSPRACH-GEBÄRDEN
Katharina Billich
Di, 24.03.2026, 18:15 Uhr
Eintritt frei

50301
LAUTSPRACHBEGLEITENDE GEBÄRDEN
Grundkurs
Katharina Billich
5x, ab Mi, 22.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

50302
LAUTSPRACHBEGLEITENDE GEBÄRDEN
Aufbaukurs
Katharina Billich
5x, ab Mi, 10.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 105,00 €

50303
LAUTSPRACHBEGLEITENDE GEBÄRDEN FÜR FORTGESCHRITTENE
Konversation mit LBG
Katharina Billich
10x, ab Di, 21.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 105,00 €

50311.01
DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE 1
DGS-Grundkurs
Thomas Bähr
10x, ab Di, 14.04.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 105,00 € / zzgl. 20,00 € für ein Buch

50311.02
DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE 1
DGS-Grundkurs
Thomas Bähr
10x, ab Mi, 15.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 105,00 € / zzgl. 20,00 € für ein Buch

50312
DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE 2
DGS-Aufbaustufe
Thomas Bähr
10x, ab Di, 14.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 105,00 € / zzgl. 20,00 € für ein Skript

50313
DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE 3
DGS für Fortgeschrittene
Thomas Bähr
10x, ab Mi, 15.04.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 105,00 €

(NEU-)ORIENTIERUNG,
BEWERBUNG

VERANSTALTUNGEN FÜR STUDIERENDE
- Bewerbungstraining:
Do, 23.04.2026
- Plan B: Alternativen zu
Klassenzimmer & Schule:
Do, 07.05.2026
- Gerade nicht glücklich im Stu-
dium? Auf Suche nach Alterna-
tiven?: Do, 21.05.2026
- Ihr Weg zum passenden Berufs-
einstieg: Stärken, Chancen,
Netzwerken: Do, 18.06.2026
- Studienende und was dann?:
Do, 09.07.2026
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
jeweils 13:30 - 15:00 Uhr
kostenlos

5104
PERSÖNLICHE STANDORT- UND ZIELBESTIMMUNG
Prof. Dr. Bettina Franzke
Sa, 18.07.2026, 09:00 - 17:30 Uhr
So, 19.07.2026, 09:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 136,00 €

KOMPETENZ IN BERUF,
STUDIUM UND SCHULE

5203 NEU BZ
AUS ZOFF WIRD DIALOG!
Konfliktlösung mit System
Kerstin Kaufmann-Brosch
Sa, 21.03.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

5204 BZ
ERFOLGREICH MODERIEREN
Gruppenpotenziale erschließen
Kerstin Kaufmann-Brosch
Sa, 15.05.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 140,00 €

5205 **BZ**
**STRESSMANAGEMENT
BEI MODERATIONEN**
Körpersprache, Lampenfieber,
Störer und mehr
Kerstin Kaufmann-Brosch
Sa, 14.04.2026, 9:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

5206 **NEU** **BZ**
TEAM-POWER ENTFALTEN!
Teamwork - Schlüsselkompetenz
der Zukunft
Kerstin Kaufmann-Brosch
Fr, 12.06.2026, 9:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

5209W
**ONLINE UNTERRICHTEN
UND LEHREN**
Didaktik, Formate, Konzeption
Prof. Dr. Bettina Franzke
Sa, 19.09.2026, 9:00 - 16:30 Uhr
Gebühr: 72,00 €

5207W **NEU**
DEINE MESSAGE, DEIN TEXT
Kraftvoll schreiben für mehr Au-
thentizität in Beruf und Business
Angela Mohr
Di, 09.06.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

5208
MARKETING MIT KI-POWER
ChatGPT: Dein Content-Pool
Gerd Theobald
Sa, 21.03.2026, 09:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 51,00 €

HINWEIS

Weitere Informationen zu den
Kursen und Veranstaltungen
finden Sie auf unserer Website
unter der jeweiligen Kurs-Nr.

www.vhs-hd.de

5211Y **NEU**
**DIGITALES MARKETING FÜR
KLEINE UNTERNEHMEN &
SELBSTSTÄNDIGE**
Gloria Rapp
2x, ab Mi, 10.06.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 68,00 €

**BETRIEBSWIRT-
SCHAFTLICHE
KOMPETENZEN**

5341Y
**FINANZBUCHFÜHRUNG 1
(XPERT BUSINESS-GRUND-
KURS)**
Hybridkurs: Präsenz und Online
Margot Mulitze
13x, ab Mo, 02.03.2026, 18:15 Uhr
*Gebühr: 387,00 € (inkl. Lehrbuch
und Übungsbuch)*

5342P
XPERT-BUSINESS-PRÜFUNG
Bundeseinheitliches
Zertifikatssystem
Margot Mulitze
Sa, 25.07.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 95,00 €

**XPERT-BUSINESS-
WEBINARE**

5350W
FINANZBUCHFÜHRUNG 1
Xpert-Business-Webinar
24x, ab Di, 10.03.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 425,00 € (inkl. Lehrbuch)

5351W
FINANZBUCHFÜHRUNG 2
Xpert-Business-Webinar
22x, ab Mo, 09.03.2026,
18:30 Uhr
Gebühr: 395,00 € (inkl. Lehrbuch)

INFO

Alle Xpert-Business-
Webinare beginnen am
09./10.03.2026 und finden
immer 2 x pro Woche von
18:30 – 20:30 Uhr statt
(Mo + Mi oder Di + Do).
Beim Buchen eines ge-
samten Lehrgangs ist eine
Rabattierung möglich.

5352W
**FINANZBUCHFÜHRUNG 3
MIT DATEV**
Xpert-Business-Webinar
16x, ab Di, 10.03.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 350,00 € (inkl. Lehrbuch)

5353W
BILANZIERUNG
Xpert-Business-Webinar
20x, ab Di, 10.03.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 360,00 € (inkl. Lehrbuch)

5354W
**KOSTEN- UND
LEISTUNGSRECHNUNG**
Xpert-Business-Webinar
20x, ab Mo, 09.03.2026,
18:30 Uhr
Gebühr: 360,00 € (inkl. Lehrbuch)

5355W
**EINNAHMEN-ÜBERSCHUSS-
RECHNUNG**
Xpert-Business-Webinar
11x, ab Mo, 09.03.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 234,00 € (inkl. Lehrbuch)

5356W
**BETRIEBLICHE
STEUERPRAXIS**
Xpert-Business-Webinar
22x, ab Mo, 09.03.2026,
18:30 Uhr
Gebühr: 360,00 € (inkl. Lehrbuch)

5357W
**LOHN- UND
GEHALTSABRECHNUNG 1
(GRUNDLAGEN)**
Xpert-Business-Webinar
24x, ab Di, 10.03.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 410,00 € (inkl. Lehrbuch)

5358W
**LOHN- UND
GEHALTSABRECHNUNG 2
(AUFBAUKURS)**
Xpert-Business-Webinar
22x, ab Mo, 09.03.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 380,00 € (inkl. Lehrbuch)

5359W
**LOHN- UND
GEHALTSABRECHNUNG 3
MIT DATEV**
Xpert-Business-Webinar
16x, ab Di, 10.03.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 350,00 € (inkl. Lehrbuch)

5360W
CONTROLLING
Xpert-Business-Webinar
20x, ab Mo, 09.03.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 360,00 € (inkl. Lehrbuch)

5361W
PERSONALWIRTSCHAFT
Xpert-Business-Webinar
20x, ab Mo, 09.03.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 360,00 € (inkl. Lehrbuch)

**EDV-GRUNDLAGEN
UND BETRIEBSSYSTEM**

5601
COMPUTER-GRUNDKURS
Einstieg mit Windows 11 und
Word
Werner Straßer
Mo, 02.03., Di, 03.03.,
Mo, 09.03., Di, 10.03.,
Mo, 16.03. und Di, 17.03.2026,
jeweils 18:15 - 20:45 Uhr
Gebühr: 173,00 €

5602
**COMPUTER-AUFBAUKURS:
ANWENDUNGEN FÜR
ALLTAG UND BERUF**
Windows, Word, Excel, E-Mail mit
Outlook und Internetrecherche
Werner Straßer
Mo, 13.04., Di, 14.04.,
Mo, 20.04., Di, 21.04.,
Mo, 27.04. und Di, 28.04.2026,
jeweils 18:15 - 20:45 Uhr
Gebühr: 170,00 €

5604 **BZ**
WINDOWS 11
Das Betriebssystem
sicher beherrschen
Werner Straßer
Sa, 25.04.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 80,00 €

5605
**GRUNDKURS IN MAC OS X
VON APPLE**
Für Ein- und Umsteiger*innen
Sa, 27.06.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

**TASTSCHREIBEN
AM COMPUTER**

5501.01K **✖**
**10-FINGERSYSTEM
IN 4 LEKTIONEN**
Für Schüler*innen
9 – 15 Jahren
Kerstin Quintero
Fr, 13.03.2026, 15:00 - 18:15 Uhr
Sa, 14.03.2026, 11:00 - 14:15 Uhr
Gebühr: 68,90 €

5501.02K **✖**
**10-FINGERSYSTEM
IN 4 LEKTIONEN**
Für Schüler*innen
9 – 15 Jahren
Kerstin Quintero
Fr, 03.07.2026, 15:00 - 18:15 Uhr
Sa, 04.07.2026, 11:00 - 14:15 Uhr
Gebühr: 68,90 €

5502
**10-FINGERSYSTEM
FÜR SCHULKLASSEN**
Auf Anfrage: 06221 9119-71
oder beruf@vhs-hd.de

5503
**10-FINGERSYSTEM
IN 4 LEKTIONEN**
Crashkurs für Erwachsene
Kerstin Quintero
Fr, 24.04.2026, 15:00 - 18:15 Uhr
Sa, 25.04.2026, 11:00 - 14:15 Uhr
Gebühr: 84,90 €

OFFICE-PROGRAMME

5611Y
WORD-INTENSIV
Intensivtraining in Kleingruppe
Matthias Dengel
Fr, 10.04.2026, 09:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 64,00 €

5612W
WORD-SPECIAL FÜRS BÜRO
Briefe, Vorlagen und mehr -
Online-Kurs
Matthias Dengel
Fr, 27.03.2026, 18:00 - 22:00 Uhr
Gebühr: 70,00 €

5613W **NEU**
WORD SPECIAL FÜRS BÜRO
Formulare erstellen - Online-Kurs
Matthias Dengel
Fr, 17.04.2026, 18:00 - 22:00 Uhr
Gebühr: 50,00 € / 4 – 8 TN

5620 **BZ**
**EXCEL-CRASHKURS
(GRUNDLAGEN AN 1 TAG)**
Matthias Dengel
Sa, 14.03.2026, 08:30 - 16:15 Uhr
Gebühr: 90,00 €

NIMM DIR ZEIT

... für Bildung!

BILDUNGSZEITGESETZ

Auf unserer Website finden Sie alle Kurse der vhs Heidelberg, für die Bildungsfreistellung im Rahmen des Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg (BzG BW) beantragt werden kann.

Beschäftigte in Baden-Württemberg können sich bis zu 5 Tage pro Jahr von ihrem Arbeitgeber freistellen lassen. Die Freistellung erfolgt unter Fortzahlung des Arbeitsentgeltes.

Die bezahlte Bildungsfreistellung kann genutzt werden für:

- die berufliche Weiterbildung
- die politische Weiterbildung



Wir beraten Sie gerne dazu!

5621Y
EXCEL

Grundkurs mit Vertiefung
(Hybridkurs)

Damir Matesic

5x, ab Do, 16.04.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 170,00 €

5622W

**EXCEL-SPECIAL: DATEN-
BANK & PIVOT-TABELLEN**

Online-Kurs

Matthias Dengel

Do, 26.03.2026, 18:00 - 22:00 Uhr
Gebühr: 60,00 € / 4 - 8 TN

5623W NEU

**EXCEL-SPECIAL: ANALYSE &
AUSWERTUNGEN**

Online-Kurs

Matthias Dengel

Do, 09.04.2026, 18:00 - 22:00 Uhr
Gebühr: 60,00 €

5625Y NEU

**EXCEL SMARTER NUTZEN -
MIT CHATGPT!**

Aufbaukurs für Fortgeschrittene

Damir Matesic

Do, 25.06. und Do, 02.07.2026,
jeweils 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 68,00 € / 4 - 8 TN

5626Y NEU

**20 TRICKS FÜR EFFIZIENTES
ARBEITEN MIT EXCEL**

Damir Matesic

Do, 09.07.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 34,00 €

5630Y NEU

**POWERPOINT -
SCHNELLEINSTIEG**

Hybridkurs

Damir Matesic

2x, ab Do, 05.03.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 80,00 € / 4 - 8 TN

5631Y

**FIT FÜRS BÜRO:
MS OFFICE - MODUL 1**

Word - Excel - Outlook (erweiterte
Grundlagen)

Matthias Dengel

3x, Di, 03.03. bis Do, 05.03.2026

jeweils 09:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: 260,00 € / intensive
Kleingruppenschulung (4 - 8 TN)

5633Y

**FIT FÜRS BÜRO:
DATENBANKEN MIT ACCESS**

Matthias Dengel

Di, 14.04. und Mi, 15.04.2026,

jeweils 09:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: 230,00 € / intensive Klein-
gruppenschulung (3 - 6 TN)

5634

**KOMBIKURS
WORD UND EXCEL**

Werner Straßer

6x, Mo + Di, ab 08.06.2026

jeweils 18:15 - 20:45 Uhr

Gebühr: 170,00 €

5607K

**COMPUTERTAG
FÜR SCHÜLER*INNEN**

9 - 12 Jahren

Felix Fechner

Sa, 11.04.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 52,00 €

SMARTPHONE UND TABLETS

5641

**iPHONE/iPAD:
DAS BESTE HERAUSHOLEN!**

Damir Matesic

3x, ab Mo, 09.03.2026,
18:15 - 21:30 Uhr
Gebühr: 110,50 € / max. 8 TN

5642

**ANDROID-BASIERTE
SMARTPHONES & TABLETS
SINNVOLL NUTZEN**

Damir Matesic

3x, ab Mo, 04.05.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 110,50 € / max. 8 TN

5643

**DAS SMARTPHONE / TABLET
EFFEKTIV BEDIENEN**

Einzeltraining

Damir Matesic

Termin(e) nach Vereinbarung
Gebühr: 50,00 € / pro Unterrichts-
einheit á 45 Minuten

WEITERE MEDIEN UND PROGRAMME

5650

**EINKOMMENSTEUER-
ERKLÄRUNG AM PC MIT
ELSTER SELBST ERSTELLEN**

Gewusst wie!

Volker Riechert

Sa, 09.05.2026, 10:15 - 16:00 Uhr
Gebühr: 85,00 €

5651Y NEU

CANVA BASICS

Kreativ gestalten leicht gemacht

Gloria Rapp

Mi, 18.03.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 34,00 €

5652Y NEU

CANVA PRO SKILLS

Branding, Layouts & Social Media
Designs

Gloria Rapp

Mi, 15.04.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 34,00 €

5653Y NEU

**INSTAGRAM
FÜR EINSTEIGER**

Gloria Rapp

Mi, 25.03.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 34,00 €

5654Y NEU

**INSTAGRAM FÜR
FORTGESCHRITTENE**

Reels, Branding,
Content-Strategie

Gloria Rapp

Mi, 22.04.2026, 18:15 Uhr

Gebühr: 34,00 €

5655Y NEU

KI FÜR SOCIAL MEDIA

Content schnell und
smart erstellen

Gloria Rapp

Mi, 29.04.2026, 18:15 - 21:15 Uhr

Gebühr: 34,00 €

5656Y NEU

**SOCIAL MEDIA
FÜR SELBSTSTÄNDIGE**

Gloria Rapp

Mi, 06.05.2026, 18:15 - 21:15 Uhr

Gebühr: 34,00 €

5657W

**CHATGPT - IHR HELFER
IM (BERUFS-)ALLTAG**

Peter Hetzler

Sa, 25.04.2026, 10:00 - 12:15 Uhr

Gebühr: 25,50 €

5658

TEXTEN MIT CHATGPT

Dr. Gerd Theobald

Sa, 11.07.2026, 09:00 - 14:00 Uhr

Gebühr: 51,00 €

5660EW NEU

UNSTERBLICH DURCH KI

Peter Hetzler

Sa, 28.03.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

Gebühr: 17,00 €

mein
cewe fotobuch

Reisen. Träumen.
Wiedererleben.

Erleben Sie in einem CEWE FOTOBUCH
Ihre Reise immer wieder aufs Neue.

cewe.de

Anzeige

5661EW NEU
**VEREINSAMUNG
DURCH DIGITALISIERUNG**

Peter Hetzler

Sa, 25.04.2026, 10:00 - 11:30 Uhr
Gebühr: 17,00 €

5663EW
IHR DIGITALER NACHLASS

Peter Hetzler

Sa, 27.06.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 17,00 €

5664Y NEU
SICHER IM NETZ

Passwortschutz, Betrug
erkennen, Social Media Risiken
Gloria Rapp

Mi, 20.05.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 34,00 €

5665Y NEU
**DIGITALE MEDIEN-
KOMPETENZ FÜR ELTERN**

Gloria Rapp

Mi, 10.06.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 34,00 €

5671K
**SPIELE PROGRAMMIEREN
MIT SCRATCH**

Für Schüler*innen in den Ferien
11 - 16 Jahre

Peter Hetzler

3x, ab Mo, 30.03.2026,
10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 78,00 €

**FACHSPEZIFISCHE
WEITERBILDUNG**

5903
**FACHERZIEHER*IN
FÜR NATUR- UND
WALDPÄDAGOGIK**

Basiskurs und Aufbaukurs 2026
Basiskurs: 17.04. - 27.06.2026

Aufbaukurs: 25.09. - 14.11.2026
jeweils 3 Wochenenden

Kosten je Kurs 950,00 € (Frühbu-
cherpreis 890,00 €) zuzüglich
Kosten für Unterkunft und Ver-
pflegung

NEU
**Digitale
Medienkompetenz
für Eltern**

Mittwoch, 10.06.2026,
18:15 - 21:15 Uhr

5902
**WEITERBILDUNG
NATURPÄDAGOGIK**

Naturerleben, Naturwissen,
naturbezogene Methodik und
Didaktik

Beginn: 16.10.2026, 9 Wochenen-
den und 2 Online-Abende

Kosten: 2.450,00 € (Frühbuche-
preis 2.350,00 €) zuzüglich Kosten
für Unterkunft und Verpflegung

FIRMENSCHULUNGEN

Für Sie zugeschnitten serviert!
Qualifizierte Mitarbeiter*innen
sind ein wesentlicher Erfolgsfak-
tor im wirtschaftlichen Wettbe-
werb und für Non-Profit-Orga-
nisationen. Neue Qualifikatio-
nen vermitteln, Kenntnisse zur
Effizienzsteigerung auffrischen,
Kompetenzen weiterentwickeln –
das sind Stärken der vhs Heidel-
berg.

Wir erarbeiten für Sie ein individu-
elles Angebot für Firmenschulun-
gen, das präzise auf Ihren Bedarf
zugeschnitten ist – inhouse oder
in der gut erreichbaren vhs.

Unser Weiterbildungsangebot
umfasst:

- KOMMUNIKATION & RHETORIK
- FREMDSPRACHEN
- BÜROMANAGEMENT
- ARBEITSTECHNIKEN
- FÜHRUNGSKOMPETENZEN
- INTERKULTURELLE
KOMPETENZEN
- BETRIEBSWIRTSCHAFTLICHES
KNOW-HOW
- BREITGEFÄCHERTE EDV-KURSE



Bei Interesse wenden Sie sich
bitte an Bettina Rothhaas:

06221 9119-40
beruf@vhs-hd.de



ERMÄSSIGUNGEN DER VOLKSHOCHSCHULE HEIDELBERG E. V.

20 % ERMÄSSIGUNG*:

- SCHÜLER*INNEN
- STUDIERENDE
- AUSZUBILDENDE
- SCHWERBEHINDERTE
- EMPFÄNGER*INNEN VON ALG I, ALG II
UND SOZIALHILFE
- EMPFÄNGER*INNEN VON LEISTUNGEN NACH
DEM ASYLBEWERBERLEISTUNGSGESETZ
- ALS AU-PAIR TÄTIGE
(MIT SCHRIFTLICHEM VERTRAG)
- PERSONEN IM FREIWILLIGEN SOZIALEN JAHR
- PERSONEN IM BUNDESFREIWILLIGENDIENST

*Für Kursgebühren ab 80 € (auch mehrere Gebühren addiert)
bei Vorlage entsprechender Nachweise.

25 % ERMÄSSIGUNG:

- BESITZER*INNEN DES JUGENDKULTURPASSSES

30 % ERMÄSSIGUNG:

- BESITZER*INNEN DES HEIDELBERG-PASSES

Von Gebührenermäßigungen ausgeschlossen sind:

- Kurse, die von anderen Stellen bezuschusst oder bezahlt werden
(außer den genannten Kategorien),
- Kurse für Kinder, Jugendliche und Familien (außer den genannten
Kategorien),
- Exkursionen, Besichtigungen, Studienfahrten, Studienreisen,
- Materialkosten und Lernmittel.

Der Anspruch auf Gebührenermäßigung ist bei der Anmeldung
durch Vorlage des erforderlichen gültigen Nachweises zu belegen.
Wird die Kursgebühr mittels SEPA-Lastschriftmandat beglichen,
kann der Ermäßigungsnachweis bis maximal einen Werktag vor
Kursbeginn im Kundenbüro nachgereicht werden. Nach Kursbeginn
ist keine Ermäßigung mehr möglich.

»SWR1
EINS GEHÖRT GEHÖRT.

BACK TO THE 80s

MEIN RADIO – MEIN SWR1

SWR1.DE

SWR1 – das erfolgreiche Programm für Ihre Hörfunkwerbung. Weitere Informationen unter swrmediaservices.de, Telefon 0711 929 12984 oder mailen Sie uns: werbung@swrmediaservices.de

SCHULABSCHLÜSSE



HAUPTSCHULE

Vorbereitung auf den Erwerb
des Hauptschulabschlusses

Der Hauptschulabschluss ist Voraussetzung für eine berufliche Aus- und Weiterbildung oder Umschulung sowie für den Besuch weiterführender Schulen. In unserem Kurs werden Sie in den Fächern Mathematik, Deutsch, Gemeinschaftskunde und wenn gewünscht in Englisch auf die Abschlussprüfung vorbereitet. Regelmäßiger Unterrichtsbesuch ist Pflicht. Die abschließende Schulfremdenprüfung wird extern an öffentlichen Hauptschulen abgelegt.

Neue Kurse beginnen am 28.09.2026. Der Unterricht findet montags – donnerstags statt:
- in der Tageshauptschule 09:00 – 12:15 Uhr
- in der Abendhauptschule 17:00 – 20:15 Uhr.

Schulgebühr (einmalig): 200,- € zahlbar bei Anmeldung (Frühbucherpreis bis 31.07.2026: 150,- €, zzgl. 100,- € Bücherpfand, die nach Rückgabe der Bücher zurückgezahlt werden. Voraussetzung: ausreichende Deutschkenntnisse ab Stufe B1.

Ausführliche Beratung und Anmeldung nach Terminvereinbarung:
Lisa Gulden
hauptschule@vhs-hd.de
06221 9119-31

ABENDREALSCHULE

Vorbereitung auf den Erwerb
der Mittleren Reife

Die Abendrealschule bietet Berufstätigen die Möglichkeit, den Realschulabschluss zu erwerben. Der mittlere Bildungsabschluss ist die Voraussetzung für viele gehobene Berufe in Wirtschaft und Verwaltung und die Ausgangsbasis für eine weiterführende schulische Ausbildung.

Das nächste Schuljahr beginnt am 15.09.2026. Der Unterricht findet montags – freitags statt:
- montags – donnerstags 17:30 – 20:30 Uhr und
- freitags 17:00 – 20:00 Uhr.
Der Unterrichtsort ist die Gregor-Mendel-Realschule in Heidelberg-Kirchheim.

Anmeldegebühr (einmalig): 100,- € fällig bei Anmeldung in bar, Schulgebühr: 200,- € jährlich in zwei Raten zu je 100,- €, fällig zum 15. Oktober und 15. März, zzgl. 100,- € Bücherpfand, die nach Rückgabe der Bücher zurückgezahlt werden. Voraussetzung: Mindestalter 17 Jahre, Hauptschulabschluss und berufstätig.

Weitere Informationen über das Sekretariat:
abendrealschule@vhs-hd.de
06221 9119-44

Persönliche Beratung und Anmeldung während der Sprechstunde freitags, 16 – 17 Uhr (nicht während der Schulferien) in der Gregor-Mendel-Realschule oder telefonisch unter 0176 52380239.

ABENDGYMNASIUM

Vorbereitung auf den Erwerb
des Abiturs oder der Fachhochschulreife

Das Abendgymnasium Heidelberg bietet begabten Berufstätigen die Möglichkeit, die Fachhochschulreife oder das Abitur zu erwerben. Mit dem Abitur können Sie ein Studium an jeder Universität beginnen. In den letzten drei Kurshalbjahren ist eine finanzielle Förderung möglich (BAföG).

Das nächste Schuljahr beginnt am 17.09.2026. Der Unterricht findet montags – freitags statt:
- montags – donnerstags 16:00 – 21:30 Uhr (je nach Kurswahl) und
- freitags 17:00 – 21:00 Uhr.
Der Unterrichtsort ist das Kurfürst-Friedrich-Gymnasium in Heidelberg-Altstadt.

Anmeldegebühr (einmalig): 100,- € fällig bei Anmeldung in bar, Schulgebühr: 450,- € jährlich in zwei Raten zu je 225,- €, fällig zum 15. Oktober und 15. März (oder einmalig 400,- € bei Zahlung bis zum 15. Oktober). Die Gebühren sind gültig bis Schuljahr 2025/26.

Voraussetzung: Mindestalter 18 Jahre, Hauptschulabschluss oder Mittlere Reife und berufstätig.

Ausführliche Beratung und Anmeldung nach Terminvereinbarung über das Sekretariat:
abendgymnasium@vhs-hd.de
06221 9119-44

HAG

Heidelberger Akademie für Gesundheitsbildung



Die Heidelberger Akademie für Gesundheitsbildung (HAG), gegründet 1995 und getragen von der Volkshochschule Heidelberg e. V., verfolgt das Ziel, Fachwissen, Fachkönnen sowie aktuelle Lehrmeinungen und Forschungsergebnisse einer breiten Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Unsere Seminare, Kurse und Vorträge eröffnen vielfältige Zugänge zu ganzheitlicher Gesundheitsbildung. Sie vermitteln Methoden und Modelle, die theoretisch und praktisch erfahrbar sind. Teilnehmende werden befähigt, ihr Wissen weiterzugeben und so Gesundheit und Lebensqualität zu fördern. Wir laden Sie ein, unser Kursangebot zu entdecken, neue Impulse aufzunehmen und die eigene Gesundheit aktiv zu gestalten.

HINWEIS

Ausführlichere Informationen zu unseren Seminarprogrammen und weitere Seminar-Angebote: www.hag-hd.de

TRAIN THE TRAINER – PROFESSIONAL –

H18840.01
MODUL 1: VOM WISSENS-VERMITTLER ZUM LERN-COACH – MIT HERZ UND KLARHEIT

Wie komme ich in meine Rolle als Lehrender?
Noemi Amati / Eberhard Schererz
Fr - So, 27.02. - 01.03.2026
Gebühr: 380,00 €

H18840.02
MODUL 2: DIDAKTIK TRIFFT PRAXIS – LERNPROZESSE AKTIV BEGLEITEN

So gelingt es.
Noemi Amati / Eberhard Schererz
Fr - So, 24. - 26.04.2026
Gebühr: 380,00 €

H18840.03
MODUL 3: STÖRUNGEN ALS LERNCHANCE – SOUVERÄN UND LÖSUNGSORIENTIERT

Umgang mit herausfordernden Teilnehmenden und Situationen
Noemi Amati / Eberhard Schererz
Fr - So, 04. - 06.09.2026
Gebühr: 380,00 €

H19508.05
GRUNDAUSBILDUNG QIGONG

8 Brokate, Einführung Teil 1
Rainer Kurschildgen
ab Sa, 21.02.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 210,00 € / 190,00 €*

H19508.06
GRUNDAUSBILDUNG QIGONG

8 Brokate, Einführung Teil 2
Claudia Confal
ab Sa, 18.04.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 210,00 € / 190,00 €*

KONTAKT

Karin Kral-Laier
06221 9119-30
kral@vhs-hd.de

Akademiebüro
06221 9119-31
hag@hag-hd.de

H19508.07
GRUNDAUSBILDUNG QIGONG

8 Brokate, Wiederholung
Edeltraut Rohrmoser
ab Fr, 19.06.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 315,00 € / 285,00 €*

H19508.08
GRUNDAUSBILDUNG QIGONG

8 Brokate, Vertiefung
Claudia Confal
ab Sa, 24.10.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 525,00 € / 475,00 €*

H19521
Q1 – FUQI YANGSHENG FA, EINFÜHRUNG

Weiterbildung Qigong
Ulrike Kühn
ab Sa, 09.05.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 210,00 € / 190,00 €*

H19522
E3 – EMEI-METHODE, VERTIEFUNG

Weiterbildung Qigong
Franziska Gisin
ab Fr, 10.07.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 315,00 € / 285,00 €*

* für Mitglieder*innen der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng e. V.

VOM STUDIUM ZUM TRAUMJOB

Unsere Veranstaltungsreihe bietet Einblicke für Absolvent*innen zum Arbeitsmarkt, gibt Tipps für professionelle Bewerbungen und unterstützt bei der Suche nach dem passenden Beruf. Finde heraus, wie du deine Stärken erkennst, deinen Traumjob findest und mit überzeugenden Bewerbungsunterlagen punkten kannst. Wir begleiten dich auch bei Themen wie dem erfolgreichen Führen von Vorstellungsgesprächen, Mental Health im Studium und der Suche nach Alternativen, wenn das Studium nicht deinen Erwartungen entspricht. Sei dabei und gestalte deine Zukunft!

Alle unsere Angebote 2026 sind kostenfrei, aber nie umsonst:

5105.01
BEWERBUNGSTRAINING: ERFOLGREICH STARTEN NACH DEM STUDIUM
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
Do, 23.04.2026, 13:30 Uhr
vhs Heidelberg, Cafeteria

5106E
PLAN B: ALTERNATIVEN ZU KLASSENZIMMER UND SCHULE
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
Do, 07.05.2026, 13:30 Uhr
vhs Heidelberg, Cafeteria

5107E
GERADE NICHT GLÜCKLICH IM STUDIUM? AUF SUCHE NACH ALTERNATIVEN
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
Do, 21.05.2026, 13:30 Uhr
vhs Heidelberg, Cafeteria

5105.02
BEWERBUNGSTRAINING: ERFOLGREICH STARTEN NACH DEM STUDIUM
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
Do, 11.06.2026, 13:30 Uhr
vhs Heidelberg, Cafeteria

5108E
IHR WEG ZUM PASSENDEN BERUFSEINSTIEG: STÄRKEN, CHANCEN, NETZWERKEN
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
Do, 18.06.2026, 13:30 Uhr
vhs Heidelberg, Cafeteria

HINWEIS

Eine Veranstaltungsreihe in Kooperation mit dem Hochschulteam der Agentur für Arbeit.



WIR ERÖFFNEN
PERSPEKTIVEN FÜR
STUDIERENDE UND
ABSOLVENT*INNEN

5109E
STUDIENENDE - UND WAS DANN?
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
Do, 09.07.2026, 13:30 Uhr
vhs Heidelberg, Cafeteria

5105.03
BEWERBUNGSTRAINING: ERFOLGREICH STARTEN NACH DEM STUDIUM
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
Do, 16.07.2026, 13:30 Uhr
vhs Heidelberg, Cafeteria

5105.04
BEWERBUNGSTRAINING: ERFOLGREICH STARTEN NACH DEM STUDIUM
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
Do, 24.09.2026, 13:30 Uhr
vhs Heidelberg, Cafeteria

DER TRÄGERVEREIN DER VOLKSHOCHSCHULE HEIDELBERG E. V.

Die vhs Heidelberg wurde 1946 als Initiative engagierter Bürger gegründet. Dabei waren der Politologe Dolf Sternberger und der Kunsthistoriker Gustav Hartlaub – beide Verfolgte der nationalsozialistischen Diktatur. Die Tradition der bürgerschaftlichen Trägerschaft für die vhs bleibt gewahrt; auch heute noch ist die vhs ein gemeinnütziger, eingetragener Verein. Mitglieder können natürliche und juristische Personen werden. Unterstützen Sie uns durch Ihre Mitgliedschaft.

DIE GREMIEN

VORSTAND

Dr. Brigitte Unger-Soyka (Vorsitzende)
Christiane Schmidt-Sielaff (Stellvertreterin)
Prof. Dr. Ulrich Brecht (Schatzmeister)
Ulrike Gscheidle-Lehn
Helmut Haas

BEIRAT

Prof. Dr. Anke Schuster (Vorsitzende)	Antje Kamp
Susanne Deß (Stv. Vorsitzende)	Sascha Lieneweg
Katharina Born	Matthias Meder
Andrea Dittmar	Margrit Nissen
Anja Gernand	Jochen Ricker
Karsta Holch	Nora Schönberger

IMPRESSUM

vhs-Programm 1 | 2026

Herausgeberin:
Volkshochschule Heidelberg e. V.
Bergheimer Straße 76
69115 Heidelberg
06221 911 911 | info@vhs-hd.de
www.vhs-hd.de

Satz und Layout:
Sofia Bertolini | vhs Heidelberg

Druck:
ALBERSDRUCK GmbH & Co. KG
www.albersdruck.de

Auflage: 15 000

Es gelten die Allgemeinen
Geschäftsbedingungen auf
www.vhs-hd.de.

Informationen über den Verein:

Anja Richter
Leitungssekretariat

06221 9119-33
richter@vhs-hd.de



Aufgrund der Menge des zu verarbeitenden Materials sind Druckfehler und Unstimmigkeiten nicht gänzlich auszuschließen. Eine rechtliche Gewähr des Programms kann deshalb nicht übernommen werden. Alle Angaben ohne Gewähr.

WIR
SIND
FÜR
SIE DA

FOLLOW US
AND
STAY TUNED

ZENTRALE ANMELDUNG

Die Zentrale Anmeldung ist zu folgenden Zeiten
persönlich in Raum E04b erreichbar:

Montag – Donnerstag: 09:00 – 12:30 Uhr

Montag und Donnerstag: 13:30 – 17:00 Uhr

Die Zentrale Anmeldung ist zu folgenden Zeiten
telefonisch unter 06221 911 911 erreichbar:

Montag – Freitag: 09:00 – 12:00 Uhr

Montag – Donnerstag: 14:00 – 17:00 Uhr



©Seventyfour-AdobeStock
©pikselstock-AdobeStock
©Asier-AdobeStock
©Anatoliy Karlyuk-AdobeStock
©Maria Vitkovska-AdobeStock
©Asier-AdobeStock
©Pix4Ads-AdobeStock
©Maria Vitkovska-AdobeStock
©Svitlana-AdobeStock
©fizkes-AdobeStock
©Rawpixel-iStock
©NAMPIX-AdobeStock
©tunedin-AdobeStock
©epiximages-AdobeStock
©sosnytskyi-AdobeStock
©EyeEm Mobile GmbH-iStock

S. 4
S. 4
S. 4
S. 4
S. 4
S. 4
S. 4
S. 4
S. 4
S. 4
S. 6
S. 8
S. 8
S. 8
S. 8
S. 12

©pexels-pixabay
©Andreas Glöckner-pixabay
©Illia Vaniushyn
©Satheesh Sankaran-pixabay
©geralt-pixabay
©South_agency-iStock
©Christian Schwier-AdobeStock
©Fly_dragonfly-iStock
©cj-unsplash
©Brooke Lark-unsplash
©Pixel-Shot-AdobeStock
©Татьяна Волкова-AdobeStock
©Viacheslav Yakobchuk-AdobeStock
©M.studio-AdobeStock
©jared-rice-unsplash
©leszekglasner-AdobeStock

S. 12
S. 13
S. 14
S. 18
S. 20
S. 22
S. 26
S. 30
S. 33
S. 38
S. 38
S. 39
S. 39
S. 43
S. 47
S. 48

©Rawpixel.com-AdobeStock
©JuanCi Studio-AdobeStock
©Fabiano Di Paolo-AdobeStock
©meen_na-AdobeStock
©suriya-AdobeStock
©LIGHTFIELD STUDIOS-AdobeStock
©PR Image Factory-AdobeStock
©Tauqeer-AdobeStock
©Rahul-AdobeStock
©.shock-AdobeStock
©Art_Photo-AdobeStock
©BullRun-AdobeStock
©REDPIXEL-AdobeStock
©Studio Romantic-AdobeStock

S. 56
S. 56
S. 57
S. 59
S. 60
S. 60
S. 61
S. 61
S. 77
S. 80
S. 81
S. 82
S. 88
S. 92



Johannes Janson und Monika Wildner-Jagdhuber,
Haus & Grund-Mitglieder seit 2002



**Haus & Grund, Ihr Ansprechpartner
rund um die Immobilie**
Kostenfreie Rechts- und Steuerberatung, Erbrechts-
beratung, Architekten- und Energieberatung u. v. m.

Mehr Infos unter 06221 166021

Rohrbacher Straße 43, 69115 Heidelberg

Haus & Grund Immobilien GmbH
Dienstleistungen rund um Vermietung,
Verkauf, Verwaltung.

Mehr Infos unter 06221 168552

www.hug-hd.de





Jetzt
Termin
buchen!

Invisalign
Zahnersatz/Ästhetik
Implantologie/Oralchirurgie
Kinderbehandlung
Parodontologie
Angstpatienten
3D Diagnostik
Prophylaxe

Mut zur Lücke? Nicht mit uns!

Wissenslücken schließt du an der Volkshochschule – für dein lückenloses Lächeln sind wir da: Zahnreich – jetzt neu in der Kurfürsten-Anlage 5!

Nur 10 Gehminuten von der VHS entfernt erwarten dich in unseren Wohlfühlräumen ein erfahrenes Praxisteam und modernste Technik – barrierefrei, klimatisiert und werktags 7:00–20:00 Uhr für dich da.

Wir freuen uns auf dich!



**Zahnreich Gemeinschaftspraxis
Dr. Farhan, Dr. Weickum & Kollegen**

Kurfürsten-Anlage 5 · 69115 Heidelberg
Telefon 0 62 21 18 30 67
Sprechzeiten Mo–Fr 7:00–20:00 Uhr

www.zahnreich.de