

VOLKS
HOCH
SCHULE
HEIDELBERG



02
25



**Im Zweifel
lieber nachfragen.**

Haben Sie einen verdächtigen Anruf erhalten? Sprechen Sie mit uns.

Der Enkeltrick kommt öfter vor als gedacht. Unsere Mitarbeitenden sind für solche Situationen geschult. Vertrauen Sie auf uns – Ihre Sicherheit ist uns wichtig.

www.sparkasse-heidelberg.de

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Heidelberg**

DEMOKRATIE BRAUCHT BILDUNG!

So lautet der dringende Appell der rund 160 Volkshochschulen in Baden-Württemberg an die Städte, Kommunen und die Landesregierung.

Hintergrund ist der landesweit zunehmende finanzielle Druck auf Volkshochschulen mit ihren Bildungsangeboten für Bürgerinnen und Bürger, der längst auch die Volkshochschule in Heidelberg erreicht hat. Dies in einer Situation, in der die Gefährdung von Demokratie wahrnehmbar wächst und Bildungsangebote, die kritisches und vernünftiges Denken und Handeln stärken, nötiger sind denn je.

Den ausführlichen bildungspolitischen Zwischenruf stellen wir Ihnen auf der folgenden Seite vor.

Starten Sie mit uns ins neue vhs-Programm für Herbst und Winter 2025/26 unter dem schwungvollen Titel:

LUST AUF DEMOKRATIE!

Mit Lust und Laune und ganz ohne erhobenen Zeigefinger reiht sich dieser dynamische Workshop zur Demokratiebildung ein in die zahlreichen „Kompetenzen für Morgen“, um die sich unser Themenschwerpunkt im neuen Semester dreht.

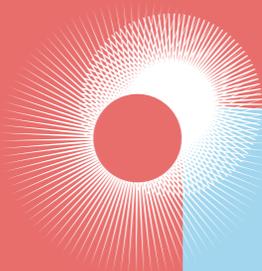
Wir werden alle miteinander jede Menge Zukunftskompetenzen brauchen, um die Veränderungen und Herausforderungen der kommenden Jahre gut gemeinsam zu bewältigen.

Lassen Sie sich überraschen, wie bunt und facettenreich die „Future Skills“ sind, die wir Ihnen im Herbst und Winter an der Volkshochschule Heidelberg präsentieren.

**Silke Reck und Ihr Team
der Volkshochschule Heidelberg**

„LUST AUF DEMOKRATIE“ SEMESTER- AUFTAKT- VERANSTALTUNG

Donnerstag, 25.09.2025
18:30 – 21:00 Uhr
vhs Heidelberg | Cafeteria
kostenlos



DEMOKRATIE BRAUCHT BILDUNG!

Ein Zwischenruf an die Landes- und Kommunalpolitik

Die Demokratie ist in Gefahr – in Deutschland, in Europa, weltweit. Demokratiefeindliche Kräfte bedrohen die Demokratie und den Rechtsstaat und untergraben ihre Grundlagen: Grundwerte, Gewaltenteilung, Medienfreiheit, Wahrheitsanspruch und Wissenschaft. Sie greifen gezielt an, was unsere offene Gesellschaft stark macht. Alle Bürger*innen, staatlichen Einrichtungen und zivilgesellschaftlichen Kräfte in unserem Land sind daher wie lange nicht gefordert, die Demokratie und den Rechtsstaat zu verteidigen.

Dabei spielen die Volkshochschulen eine besondere Rolle. Denn sie sind nicht nur Bildungseinrichtungen, sie sind Orte der Demokratie. Das Landesgesetz bringt es auf den Punkt: „Die Weiterbildung soll den einzelnen zu verantwortlichem Handeln im persönlichen, beruflichen und öffentlichen Bereich befähigen und damit der freien Gesellschaft im demokratischen und sozialen Rechtsstaat dienen.“ (Gesetz zur Förderung der Weiterbildung §1, Absatz 2). Dem sind die Volkshochschulen zutiefst verpflichtet und das tun sie mit vollster Überzeugung – Tag für Tag, in allen Regionen des Landes.

Ob klassische politische Bildung, Verbraucherbildung oder Bildung für nachhaltige Entwicklung: Die Angebote der 159 Volkshochschulen zur Demokratiebildung sind vielfältig. Im Jahr 2024 haben die Volkshochschulen im ganzen Land mit über 13.500 Veranstaltungen und Kursen fast 370.000 Menschen erreicht – vor Ort und online. Das ist ein Plus von 5 Prozent gegenüber dem Vorjahr, was die aktuelle Relevanz und das große Engagement der Volkshochschulen auch in Zahlen belegt.

Ein neues Format war im vergangenen Jahr die erste landesweite Lange Nacht der Demokratie, die wir gemeinsam mit der Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg und vielen weiteren Partnern ins Leben gerufen haben. In diesem Jahr engagieren wir uns mit einer weiteren, verbandseigenen Initiative unter dem Titel „Ratschlag Demokratie: Wie können wir Grundwerte und Rechtsstaat verteidigen?“.

Wir müssen dringend stärker vermitteln, wie positiv und bedeutsam unser Grundgesetz, der Rechtsstaat und die Demokratie sind!

Demokratie braucht Bildung! Denn: Demokratie muss immer wieder neu gelernt werden. Das gilt nicht nur für Kinder und Jugendliche, sondern auch für Erwachsene. Daher braucht auch die Weiterbildung von Erwachsenen eine stabile Grundlage und finanzielle Basis. Die öffentliche Förderung durch Land und Kommunen ist und bleibt eine unverzichtbare Voraussetzung.

Die Erhöhung der Landesförderung im Doppelhaushalt 2025/26 war dafür ein notwendiger, wenn auch nicht ausreichender Schritt. Weiter ist es wichtig, dass auch Städte, Gemeinden und Landkreise weiter zu ihren Volkshochschulen stehen – auch in schwierigen Haushaltslagen. Die Volkshochschulen sind ein unverzichtbarer Bestandteil der kommunalen Daseinsvorsorge – gerade auch für die Verteidigung und Stärkung der Demokratie in den Kommunen vor Ort. Land und Bund müssen deshalb auch dringend dafür sorgen, dass die Kommunen steigende Ausgaben und zusätzliche Aufgaben finanzieren können und die kommunalen Haushalte stabil und leistungsfähig bleiben. Ein Beispiel ist der kommende Rechtsanspruch auf Ganztagsbetreuung in der Grundschule ab 2026. Hier bedarf es einer schnellen Einigung zur Finanzierung der Betreuung sowie der Qualifizierung der Betreuungskräfte. Die Volkshochschulen stehen bereit, auch hier ihren Beitrag zu leisten.

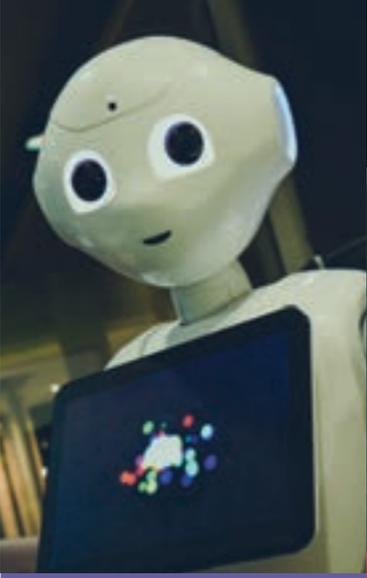
Schließlich sind mehr Projektmittel zur Demokratiebildung nicht nur für Kinder und Jugendliche, sondern auch für Erwachsene vom Bund, vom Land und von Stiftungen und Unternehmen gefordert.

Denn die Demokratie lebt davon, dass ihre Bürger*innen ihren Wert erkennen und für die Grundrechte und den Rechtsstaat eintreten. Dafür braucht es Bildung: Demokratie braucht Bildung!

INHALT



© Jule Kühn



KI-NUTZUNG IN WISSENSCHAFT UND ALLTAG

Seiten 16, 68, 91

KOMPETENZEN FÜR MORGEN*

Themenschwerpunkt

Ab Seite 8

PROJEKT 31 - FÜR MEHR WEIBLICHE PRÄSENZ IN KUNST UND DESIGN

Seite 26

FUTURE SKILLS FÜR DEINE GESUNDHEIT

Ab Seite 40

GESELLSCHAFT

Geschichte, Politik und Gesellschaft

Recht, Verbraucherfragen und Wirtschaft | Psychologie

Philosophie und Religion | Länderkunde und Geographie

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

HEIDELBERGER AKADEMIE FÜR GESUNDHEITSBILDUNG

SCHULABSCHLÜSSE

BERUF UND COMPUTER

Lernen, Arbeitstechniken, Gedächtnis

Rhetorik, Kommunikation und Führungskompetenzen | Gebärdensprachen

Kompetenz in Beruf, Studium und Schule

Betriebswirtschaftliche Kompetenzen | Xpert Business-Webinare

EDV-Grundlagen und Betriebssystem | Tastschreiben am Computer

MS Office-Programme | Smartphone und Tablet

Weitere Medien und Programme | Fachspezifische Weiterbildungen

FREMDSPRACHEN

Englisch

Französisch

Italienisch

Spanisch

Weitere Sprachen

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

GESUNDHEIT

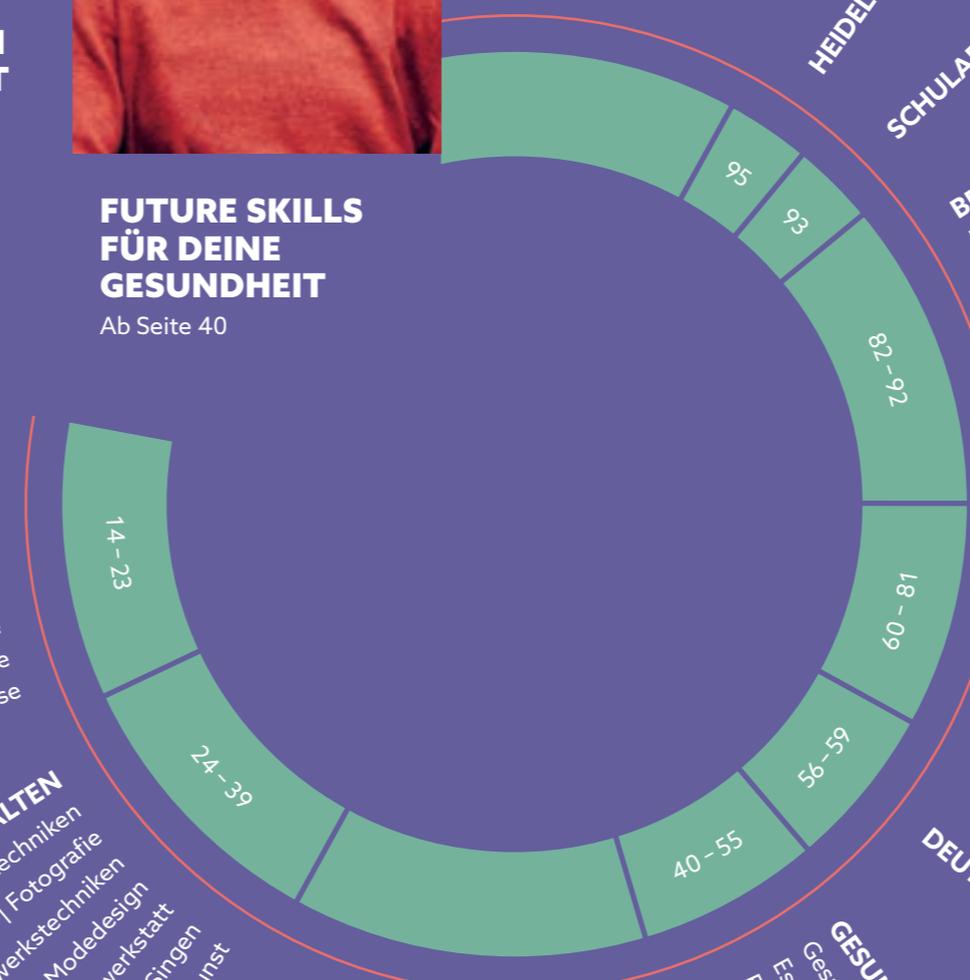
Gesundheitsinformationen

Essen und Trinken

Entspannung und Körpererfahrung

Fitness und Gymnastik

Kosmetik und Stilberatung



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

www.vhs-hd.de



KOMPETENZEN FÜR MORGEN*

Wir – die Volkshochschulen – machen die Gesellschaft zukunftsfit, denn wir schaffen mehr Miteinander, wir stärken die Demokratie, wir üben Flexibilität durch Kreativität ein, wir lehren Nachhaltigkeit für die Zukunft, wir bilden Fachkräfte weiter, wir fördern die digitale Gesellschaft, wir unterstützen Integration, wir sorgen für Alphabetisierung. Unsere Kurse sind ein Melting Pot der Kulturen – und ein gutes Rezept für gesellschaftlichen Zusammenhalt. Denn wir brauchen Küchentisch-Diskussionen statt Stammtisch-Parolen.

1130 „LUST AUF DEMOKRATIE“ – SEMESTERAUFTAKTVERANSTALTUNG

Der Titel dieses Workshops ist Programm. Isolde Fischer entführt Sie in die Welt der „creative facilitation“, und jede*r kann selbst darin spielerisch erleben, dass Beteiligungsformate Lust, Freude und Kreativität produzieren. Diese sind wichtige Ressourcen, gerade in herausfordernden Zeiten, wenn es gilt, unsere Demokratie zu verteidigen.
Do, 25.09.2025, 18:30 – 21:00 Uhr

1131A HEY AI, WEN SOLL ICH WÄHLEN? – AUSSTELLUNG

Die Ausstellung mit KI-generierten Bildern soll die Möglichkeiten und Grenzen der Anwendung von künstlicher Intelligenz auf grundlegende politische Fragen aufzeigen. Die Bilder wurden von dem Berliner KI-Berater Max Mundhenke im Kontext der Bundestagswahl 2025 erstellt und orientieren sich an den Wahlprogrammen der zur Wahl stehenden Parteien.
Mo, 15.09. – Fr, 24.10.2025, 09:00 – 18:00 Uhr

1310 VERÄNDERUNGEN IM LEBEN – WAS NUN?

Die im Seminar angewandte Methode des Zürcher Ressourcenorientierten Selbstmanagements (ZRM®) unterstützt den Erkundungsprozess, um in Umbruchphasen die neue Lebenssituation gestalten zu können und zu einem selbstbestimmten und zufriedenen Leben zu finden.
Fr, 06.02., 18:15 – 21:30 Uhr, Sa, 07.02., 09:00 – 16:30 Uhr, So, 08.02.2026, 09:30 – 15:30 Uhr

2701 SPIELEND ICH SEIN – SPIELEND ANDERS SEIN

Ein Theaterkurs für Erwachsene zum Ausprobieren, Entfalten und Wachsen. Wir bieten einen geschützten Erfahrungsraum für kreatives Ausprobieren, ästhetische Selbsterfahrung und lebendige Gruppendynamik. Denn Theater schult Ausdruck und Präsenz, kreatives Denken, Spontaneität und die Fähigkeit, sich auf neue Situationen einzulassen.
Sa, 11.10. und So, 12.10.2025, jeweils 10:00 – 14:00 Uhr

THEMEN- SCHWER- PUNKT

2220.01 KINTSUGI – LEBENSRISS VORGOLDEN

Kintsugi ist mehr als eine traditionelle japanische Reparaturmethode für Keramik. Es ist eine Lebensphilosophie: Unvollkommenes nicht zu verstecken, sondern sichtbar zu machen – und ihm dadurch neue Bedeutung und Schönheit zu verleihen. Kintsugi lehrt uns den konstruktiven Umgang mit Krisen, den Mut zur Verletzlichkeit und die Kraft, Wandel kreativ zu gestalten.
So, 19.10.2025, 11:00 – 15:30 Uhr

2162 MINDFUL PLAY – EXPERIMENTELLE MALEREI

Ein Malkurs für kreative Entfaltung und neue Perspektiven. Mit Neugier, Offenheit und Spielfreude widmen wir uns gestalterischen Techniken und Aufgaben, die unsere Wahrnehmung schärfen, unsere Kreativität herausfordern – und unsere Vorstellung von „richtig“ oder „falsch“ hinterfragen. Für alle, die Lust haben, mit Stift, Pinsel oder Farbe das eigene Denken zu weiten.
6x, ab Mo, 10.11.2025, 18:15 – 20:30 Uhr

3124 – 3127 „PLANETARY KITCHEN“ – PLANETARY HEALTH IM ALLTAG UMSETZEN

Die Kursreihe Planetary Kitchen zeigt, wie Ernährung unsere Gesundheit und die Umwelt beeinflusst. Du lernst, Schadstoffe zu erkennen, gesünder zu leben und mit praktischen Rezepten im Alltag aktiv zur globalen Gesundheit und Nachhaltigkeit beizutragen.
Ab Mo, 13.10.2025, 18:00 – 20:15 Uhr

3326 *
„SELBSTERMÄCHTIGUNG FÜR FRAUEN“ - SEMINAR

In einer Gesellschaft, die Selbstbestimmung und klare Kommunikation immer mehr verlangt, stärkt dieses Seminar gezielt weibliche Zukunftskompetenzen: Du lernst, Grenzen wahrzunehmen und zu setzen – verbal wie körperlich. Für mehr Selbstvertrauen, Präsenz und innere Klarheit für deine Zukunft. Sa, 10.01.2026, 09:00 – 17:15 Uhr, So, 11.01.2026, 09:00 – 14:00 Uhr

3203 *
„GELASSEN UND SICHER IM STRESS“ - WORKSHOP

In einer zunehmend komplexen Welt ist Stresskompetenz unverzichtbar. Dieses Seminar vermittelt gezielt Entspannungstechniken wie Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training und Atemtechniken. So stärken Sie Ihre Resilienz, bleiben fokussiert und handeln souverän – heute und morgen. Sa. 31.01.2026, 10:00 – 17:30 Uhr

41563W *
DEUTSCH FÜR DIE ZUKUNFT: SICHER KOMMUNIZIEREN IM ALLTAG UND BERUF
Online-Kurs

Verbessern Sie Ihre Kommunikationsfähigkeiten in Deutsch für Beruf und Alltag! In diesem Kurs üben Sie Gespräche mit Kolleg*innen, Vorgesetzten und in Teamsitzungen. Mit Rollenspielen, Übungen und Tipps lernen Sie, sicher aufzutreten, höflich zu kommunizieren und auf Kritik passend zu reagieren – ab Sprachniveau B1. 8x, ab Mo, 22.09.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

41564W *
DEUTSCH & DIGITALE WELT: FIT IN SPRACHE UND ONLINE-KOMPETENZ
Online-Kurs

Deutsch und digitale Grundkenntnisse für Beruf und Alltag: In diesem Kurs schreiben Sie E-Mails, suchen online Informationen, füllen Formulare aus und nutzen Lern-Apps oder Wörterbücher. So verbessern Sie Ihr Deutsch und Ihre digitalen Fähigkeiten. Für Teilnehmende ab Niveau A2 empfohlen. 8x, ab Mo, 03.11.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

41565 *
DEUTSCH FÜR DEN BERUF: MIT FUTURE SKILLS IM JOB ERFOLGREICH

Fit für den Beruf: In diesem Kurs üben Sie Deutsch für Telefonate, Kundengespräche und schwierige Situationen wie Beschwerden. Zusätzlich trainieren Sie Future Skills wie Teamarbeit, konstruktive Kommunikation und Präsentation. Für Berufstätige und Arbeitssuchende ab Sprachniveau B1. 7x, ab Mo, 12.01.2026, 18:30 – 20:45 Uhr

44121.03W *
ITALIENISCH-LERNEN MIT KI-UNTERSTÜTZUNG
Online-Kurs

Dieser Online-Kurs führt Sie nicht nur sicher und entspannt in die italienische Sprache ein, sondern stellt Ihnen auch moderne KI-Tools vor, die gemeinsam ausprobiert werden und Sie unterstützen z.B. durch Sprachübungen, Aussprache-Feedback etc. Freuen Sie sich auf einen Kurs, der Tradition und Technik verbindet – für ein motivierendes und zeitgemäßes Lernerlebnis! 12x, ab Fr, 10.10.2025, 17:00 – 18:30 Uhr

42312 *
ENGLISH FOR TODAY'S WORKPLACE B1/B2
Communicative language skills

This course enables learners to cope effectively in English with changes of today's working conditions. Quite a number of important work-related topics are covered, for example: Socializing and small Talk, Communication channels today, Voice or video call, Workplace interactions, The language of meetings, Global business. 12x, ab Di, 14.10.2025, 19:15 – 20:30 Uhr

42512W *
ACADEMIC WRITING SKILLS
Online-Kurs

Surveys show that people have more difficulty with academic writing than with speaking, reading or understanding spoken English. In this course you will learn how to structure your writing, reference other people's works, use the right vocabulary for contrasting, comparing and reporting, and more. Also included in the course are critical thinking and lecture skills. 8x, ab Do, 16.10.2025, 18:45 – 20:15 Uhr

50200 *
KOMMUNIKATION DER ZUKUNFT
Future Skills für eine neue Arbeitswelt

Das Seminar vermittelt praxisnah Future Skills für die moderne, hybride Arbeitswelt. Entdecken Sie moderne Tools, reflektieren Sie Ihren Stil und stärken Sie Ihre digitale Kommunikationskompetenz. Sie lernen, ihre Kommunikation wirkungsvoll, empathisch und zukunftsorientiert zu gestalten und erhalten konkrete Methoden für Ihren beruflichen Alltag. Do, 15.01. und Fr, 16.01.2026, jeweils 09:00 – 16:00 Uhr

5661 *
TEXTEN MIT CHATGPT

Sie lernen, ChatGPT als vielseitiges Werkzeug einzusetzen, um Ideen zu generieren, Texte strukturiert aufzubauen und stilistisch zu verfeinern. Nach dem Kurs beherrschen sie erprobte Prompt-Techniken und Workflows, mit denen sie in wesentlich kürzerer Zeit hochwertige Texte in unterschiedlichen Tonalitäten für unterschiedliche Zwecke erstellen können. Sa, 17.01.2026, 09:00 – 14:00 Uhr

5208 *
TEAM-POWER ENTFALTEN!
Teamwork – Schlüsselkompetenz der Zukunft

Teamentwicklung gehört zu den zentralen Aufgaben moderner Führung. Ob im Büro oder im virtuellen Raum – Mitarbeitergespräche, Konfliktlösungen und effektive Besprechungen sind entscheidend für Zusammenarbeit und Erfolg. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Teams stärken, Kommunikation fördern und Teamentwicklung gezielt als Zukunftskompetenz einsetzen. Sa, 24.01.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

**VIELLEICHT
DER BEGINN
VON ETWAS
GANZ
GROSSEM**

THEMENSCHWERPUNKT



**WIR MACHEN
DIE GESELLSCHAFT
ZUKUNFTSFIT.**

THEMENSCHWERPUNKT

WIR BILDEN WEITER.

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

KONTAKT ZU DEN FACHBEREICHEN:

GESELLSCHAFT UND LITERATUR

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 COMPUTER

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

**KOMM'
INS
TEAM**

PROGRAMM

HERBST_WINTER 2025/2026

02
25

PROGRAMM

GESELLSCHAFT

Philosophie – Impulse von gestern für heute und morgen.

Die Philosophie beschäftigt sich im „Streben nach Weisheit“ mit dem, was uns bewegt: Gerechtigkeit, Zukunft der Demokratie, Wahrheit, Freiheit, Krisen und Chancen, der Gegenwart und dem, was wir daraus machen wollen. Sie kann beim „Denken ohne Geländer“ (H. Arendt) zur Entwicklung einer Haltung führen, Werte schärfen und ein Kompass sein in unsicheren Zeiten.



1131E
HANNAH ARENDT - MAHNERIN GEGEN TOTALITARISMUS UND GEWALT
Di, 14.10.2025, 19:00 Uhr

Anlässlich ihres 50. Todestages am 04.12.2025 geht Prof. Dr. Müller-Commichau auf das Wirken Hannah Arendts als bedeutende philosophisch-politische Theoretikerin ein, die vor allem für ihre Analysen von Totalitarismus, Macht und individueller wie gesellschaftlicher Verantwortung bekannt ist.



1400
SOKRATES, PLATON, ARISTOTELES: DAS DREIGESTIRN GRIECHISCHER PHILOSOPHIE
6x, ab 16.10.2025, 18:15 Uhr

Die 9-stündige Erkundungstour durch die wichtigste Periode der abendländischen Philosophiegeschichte beleuchtet das Verhältnis dieser drei Philosophen, die jeweils im Lehrer-Schüler-Verhältnis stehen und das Dreigestirn westlichen Philosophierens und Denkens bilden.



1402EW
HOFFNUNG: EINE GESCHICHTE DER ZUVERSICHT VON HOMER BIS ZUM KLIMAWANDEL
Mi, 22.10.2025, 19:30 Uhr

Darf Hoffnung heute eigentlich noch als Quelle der Kraft gelten oder ist sie nicht viel mehr eine Flucht vor der Realität? Ist sie Tugend oder Torheit? Prof. Dr. Jonas Grethlein untersucht in diesem Vortrag die 2500 Jahre währende Geschichte der Hoffnung.



1133EW
BULLSHIT, FAKE NEWS UND MANIPULATION - WIE ANTIKE RHETORIK UND PHILOSOPHIE HELFEN KÖNNEN
Mi, 03.12.2025, 18:30 Uhr

Der Philosoph Harry Frankfurt definiert in seinem Buch „Bullshit“ als dritte Kategorie neben Wahrheit und Lüge. Prof. Dr. Gyburg Uhlmann diskutiert im Blick auf antike Philosophie und Rhetorik konkrete Handlungsmittel gegen Propaganda, Manipulation und populistischen Bullshit.



GESCHICHTE, POLITIK UND GESELLSCHAFT
30 Kurse

RECHT, VERBRAUCHER-FRAGEN UND WIRTSCHAFT
16 Kurse

PSYCHOLOGIE
15 Kurse

PHILOSOPHIE UND RELIGION
4 Kurse

HEIDELBERG UND REGION ENTDECKEN
4 Kurse

NATURWISSENSCHAFTEN UND UMWELTBILDUNG FÜR KINDER, JUGENDLICHE UND ERWACHSENE
22 Kurse

PÄDAGOGIK UND ELTERNBILDUNG
3 Kurse

KIND-ELTERN-KURSE
6 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 Heidelberger
Stolpersteine
5x, ab Di, 14.10.2025, 19:00 Uhr
kostenfrei

1111E NEU JUDEN UNTER JAPANISCHER HERRSCHAFT - JÜDISCHE EXILERFAHRUNGEN UND DER SONDERFALL KARL LÖWITH

Birgit Pansa
Mi, 24.09.2025, 19:00 Uhr
Eintritt frei

1112E NEU HEIDELBERGER OPFER DER NS-„EUTHANASIE“

Frank Janzowski
Mi, 22.10.2025, 19:00 Uhr
Eintritt frei

1114EW NEU GEFÄHRliche RIVALITÄTEN: WIRTSCHAFTSKRIEGE - VON DEN ANFÄNGEN BIS ZU TRUMPS DEAL-POLITIK

Live-Stream
Prof. Dr. Werner Plumpe
Mi, 08.10.2025, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1115EW NEU FÜR DIE FREIHEIT: DER BAUERNKRIEG 1525

Live-Stream
Prof. Dr. Lyndal Roper
Mi, 05.11.2025, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1116E NEU DER WILLE ZU FREIHEIT UND DEMOKRATIE:

Demokratische Neuanfänge in
Baden-Württemberg 1946/47
Prof. Dr. Philipp Gassert
Mi, 28.01.2026, 18:15 Uhr
Eintritt frei

1117EW NEU SPINNEN UND MENSCHEN: EINE VERWOBENE BEZIE- HUNG

Live-Stream
Jan Monhaupt
Mo, 24.11.2025, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1118EW NEU ARAMÄISCH: WELTSPRACHE DES ALBERTS UND DER GEGENWART

Live-Stream
Prof. Dr. Holger Gzella
Mo, 26.01.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1119 SÜTTERLIN UND ALTE DEUTSCHE SCHRIFT

Für Anfänger*innen
Karlheinz Sausbier
4x, ab Mo, 19.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 66,50 € (inkl. Skript)

1130 NEU * „LUST AUF DEMOKRATIE“ - WORKSHOP

Semesterauftaktveranstaltung
Isolde Fischer
Do, 25.09.2025, 18:30 Uhr
kostenfrei

11301EW NEU LETZTE CHANCE: DER NEUE KANZLER UND DER KAMPF UM DIE DEMOKRATIE

Live-Stream
Robin Alexander
Fr 26.09.2025, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1131A NEU * HEY AI, WEN SOLL ICH WÄHLEN?

KI-generierte Bilder auf Basis der
Wahlprogramme - Ausstellung
15.09. - 24.10.2025
kostenfrei

1131E NEU * HANNAH ARENDT - MAHNERIN GEGEN TOTA- LITARISMUS UND GEWALT

Prof. Dr. Wolfgang Müller-Com-
michau
Di, 14.10.2025, 19:00 Uhr
Eintritt: 8,00 €

1132.01EW NEU * WAHL - WEB - TALKS - DIE LANDTAGSWAHL 2026

BW wählt: Deepfakes, Daten,
Demokratie - wie klug wählen
wir mit KI?
Max Mundhenke
Do, 20.11.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1132.02EW NEU * WAHL - WEB - TALKS - DIE LANDTAGSWAHL 2026

BW wählt: Parteien. Programme.
Positionen. Es sind doch eh alle
gleich! Zum Parteienwettbewerb
in Baden-Württemberg
Prof. Dr. Marc Debus
Do, 27.11.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

BAUCH
BEINE
KOPF

1132.03EW NEU * WAHL - WEB - TALKS - DIE LANDTAGSWAHL 2026

BW wählt: Stagnation? Stillstand?
Stabilität? Eine Analyse zentraler
Politikfelder nach zehn Jahren
Grün-Schwarz in Baden-Würt-
temberg
Prof. Dr. Uwe Wagschal
Do, 04.12.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1132.04EW NEU * WAHL - WEB - TALKS - DIE LANDTAGSWAHL 2026

BW wählt: Wählen. Wen? Warum?
Was bewegt Baden-Württem-
berg?
Sascha Binder / N.N. / Lisa Neher /
Judith Skudelny
Do, 15.01.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1132.05EW NEU * WAHL - WEB - TALKS - DIE LANDTAGSWAHL 2026

BW wählt: Landespolitik. Lange-
weile. Leidenschaft. Lethargie?
Mit Landesjournalistinnen im
Gespräch
Annika Grah / Katharina Thoms
Do, 22.01.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1132.06EW NEU * WAHL - WEB - TALKS - DIE LANDTAGSWAHL 2026

BW wählt: Wahlkämpfe. Wandel.
Wähleransprachen.
Prof. Dr. Frank Brettschneider
Do, 29.01.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1132.07EW NEU * WAHL - WEB - TALKS - DIE LANDTAGSWAHL 2026

BW wählt jung: Next Gen Politics:
Warum Politik junge Menschen
braucht
Do, 05.02.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1133EW NEU BULLSHIT, FAKE NEWS UND MANIPULATION - WIE ANTIKE RHETORIK UND PHI- LOSOPHIE HELFEN KÖNNEN

Live-Stream
Prof. Dr. Gyburg Uhlmann
Mi, 03.12.2025, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1134.01EW NEU * FAKTENSICHER FÜR DEMOKRATIE

Sichere Quellen, starke Demo-
kratie - Recherche als Beruf(ung)
- Werkstattbericht der Recher-
cheinheit von Information,
Dokumentation und Archive (SR/
SWR) - Online
Lena Cara Werndörfer / Eva Matzel
Do, 09.10.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1134.02EW NEU * FAKTENSICHER FÜR DEMOKRATIE

Deepfake und Desinformation -
Fälschungssichere Metadaten für
echte Inhalte in Zeiten von Deep-
fake und Desinformation - Online
Kenneth Warmuth
Do, 23.10.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1134.03EW NEU * FAKTENSICHER FÜR DEMOKRATIE

ARD Retro - Zurück in die Zukunft
Und: Was macht die ARD wert-
voll? - Online
Sara Tazbir / Marc Heydenreich
Do, 06.11.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1134.04EW NEU * FAKTENSICHER FÜR DEMOKRATIE

Desinformation als Gefahr für
die Demokratie - und was der SR
dagegen tut - Online
Caroline Uhl / Katja Hackmann
Do, 20.11.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1134.05EW NEU * FAKTENSICHER FÜR DEMOKRATIE

Newsroom - so arbeitet eine
Nachrichtenredaktion - Online
Judith Schönicke
Do, 04.12.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1134.06EW NEU * FAKTENSICHER FÜR DEMOKRATIE

Pressefreiheit - Ein Grundrecht
wird bedroht - Online
Dietmar Schiller / Nadya Luer
Do, 18.12.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1134.07EW NEU * FAKTENSICHER FÜR DEMOKRATIE

Desinformationen entlarven -
Tipps und Tricks gegen Fake
News von den Faktenfindern
der Tagesschau - Online
Pascal Siggelkow
Do, 08.01.2026, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1150E * SICH ENGAGIEREN - ABER WIE?

Ein Informationsabend für Unent-
schlossene und Aufgeschlossene
auf der Suche nach einem passen-
den Engagement
Annette Woithon
Mi, 15.10.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

1151E NEU * GEMEINSAM GUTES ANSTIFTEN - BÜRGER- STIFTUNGEN IN DEUTSCH- LAND

Prof. Dr. Switgard Feuerstein
Di, 11.11.2025, 19:00 Uhr
Eintritt frei

1152EW NEU *

DEMOGRAPHISCHE TRANSFORMATION UND PFLEGE. HERAUSFORDERUNGEN UND PERSPEKTIVEN.

Live-Stream
Prof. Dr. Thomas Klie
 Mi, 21.01.2026, 19:30 Uhr
 Eintritt frei

RECHT, VERBRAUCHERFRAGEN UND WIRTSCHAFT

1211E

PATIENTENVERFÜGUNG, VORSORGEVOLLMACHT UND CO.

Claudia Schreiner-Rüdiger / Laura Plöger
 Mi, 19.11.2025, 18:00 Uhr
 Eintritt frei

1212E

DIE ZEHN HÄUFIGSTEN FEHLER BEI DER TESTAMENTERRICHTUNG

Dr. Bettina Gerlitz
 Do, 16.10.2025, 19:30 Uhr
 Eintritt: 9,00 €

1213E

DIE ZEHN HÄUFIGSTEN IRRTÜMER IM ERBRECHT

Dr. Bettina Gerlitz
 Do, 15.01.2026, 19:30 Uhr
 Eintritt: 9,00 €

1214E

MIETE UND SOZIALLEISTUNGEN

Im Rahmen der Heidelberger „Aktionswoche gegen Armut und Ausgrenzung“ 2025
Sigrid Schwab
 Di, 14.10.2025, 19:00 Uhr
 Eintritt frei

1215EW NEU

DIE FRAGE VON KRIEG UND FRIEDEN IM VÖLKERRECHT

Live-Stream
Prof. Dr. Dr. Claus Kreß
 Do, 06.11.2025, 19:30 Uhr
 Eintritt frei

1216EW NEU

NEUE TECHNOLOGIEN UND STRAFRECHT - WIE KÖNNEN JURISTEN UNERWÜNSCHTE NEBENFOLGEN EINHEGEN?

Live-Stream
Prof. Dr. Susanne Beck
 Di, 18.11.2025, 19:30 Uhr
 Eintritt frei

1217

ERWERB UND VERWALTUNG VON WOHN-EIGENTUM UND HÄUSERN

Anno Werneke
 Mi, 15.10.2025, 18:15 Uhr
 Gebühr: 24,00 €

1218

MIETEN UND VERMIETEN VON WOHN-EIGENTUM UND HÄUSERN

Anno Werneke
 Mi, 04.02.2026, 18:15 Uhr
 Gebühr: 24,00 €

1219

IMMOBILIEN ERFOLGREICH PRIVAT VERKAUFEN

Niklas Gimpel / Christian Stenz
 Di, 25.11.2025, 18:30 Uhr
 Gebühr: 25,00 € (Kleingruppe)

1220E NEU *

ERFOLGREICH MIT ETFS IN UNRUHIGEN ZEITEN

Prof. Dr. Hartmut Walz
 Mi, 26.11.2025, 19:00 Uhr
 Eintritt: 12,50 €

1221

GELD UND WISSEN

Bedarfsgerecht Geld investieren
Jan Neynaber
 Sa, 31.01.2026, 10:00 Uhr
 Gebühr: 27,00 €

1222

EINKOMMENSTEUER-ERKLÄRUNG VERSTÄNDLICH GEMACHT

Volker Riechert
 Sa, 21.02.2026, 10:15 Uhr
 Gebühr: 85,00 €

1223E *

IHR WEG IN DIE RENTE

Planung des Eintritts in die Altersrente
Holger Rest
 Do, 11.12.2025, 19:00 Uhr
 Eintritt: 10,50 €

1224

FAHRRAD-REPARATURKURS

Wie mache ich den Drahtesel winterfest?
Martin Rachfahl
 Sa, 11.10.2025, 13:00 Uhr
 Gebühr: 51,00 € / inkl. Werkstattmiete

1901

SEMINAR ZUM VEREINSRECHT - WAS IST ZU BEACHTEN?

Nur für Vereinsmitglieder
Christoph Rapp
 Mo, 10.11.2025, 18:15 Uhr
 Gebühr: 15,00 €

1902

VERSICHERUNGSRECHT FÜR VEREINE - GUT VORBEREITET FÜR DEN ERNSTFALL

Unfall-/Haftpflichtversicherungen und Co.
Olivier Jérôme Delacroix
 Mi, 21.01.2026, 18:00 Uhr
 Gebühr: 15,00 €

PSYCHOLOGIE

1300 *

MHFA - ERSTHELFERKURS

Mental Health First Aid - Erste Hilfe für psychische Gesundheit
Theresa Pfannenschmidt
 Fr, 14.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
 Sa, 15.11.2025, 09:00 - 16:00 Uhr
 So, 16.11.2025, 09:00 - 12:30 Uhr
 Gebühr: 196,30 € (inkl. 70,30 € (Selbstkostenpreis) für Fachbuch zu MHFA, Workbook, Prüfungsgebühr, Registrierung beim ZI Mannheim, Zertifikat)

1301 NEU *

ABSCHIED - TRAUER - NEUBEGINN

Dreiteilige Seminarreihe für Menschen, die privat oder beruflich mit Trauernden im Kontakt stehen
Waltraud Steiert
 3x, ab Sa, 18.10.2025, 10:00 Uhr
 Gebühr: 120,00 €

NEU

Abschied - Trauer - Neubeginn*

Kurs-Nr. 1301
 3-teilige Seminarreihe
 ab Sa, 18.10.2025

1302 **BZ**

SICH SELBST UND ANDERE BESSER VERSTEHEN

Offizieller Einführungskurs in die Transaktionsanalyse
Norbert Nagel
 Sa, 25.10.2025, 10:00 - 17:30 Uhr
 So, 26.10.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
 Gebühr: 84,00 €

1303

FOCUSING - DER STIMME DES KÖRPERS FOLGEN

Annett Heide
 Sa, 17.01.2026, 10:00 - 16:30 Uhr
 So, 18.01.2026, 10:00 - 15:30 Uhr
 Gebühr: 98,70 €

1304 *

RESILIENZ - DAS GEHEIMNIS DER PSYCHISCHEN WIDERSTANDSKRAFT

Hinfallen, aufstehen, Krone richten, weitergehen
Simone Herdrich
 Sa, 14.02.2026, 10:00 Uhr
 Gebühr: 51,00 €

1305.01

MIT DEM LEBEN TANZEN

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation® nach M.B. Rosenberg
Katharina Würzler
 Sa, 15.11.2025, 10:00 - 17:30 Uhr
 So, 16.11.2025, 10:00 - 13:30 Uhr
 Gebühr: 69,00 €

Anzeige

1305.02
MIT DEM LEBEN TANZEN
 Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation® nach M.B. Rosenberg
Katharina Würigler
 Sa, 24.01.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
 So, 25.01.2026, 10:00 - 13:30 Uhr
Gebühr: 69,00 €

1306
ÜBUNGSGRUPPE DER GEWALTFREIEN KOMMUNIKATION®
 Mit dem Leben tanzen
Eberhard Scherertz
 6x, ab Di, 07.10.2025, 17:30 Uhr
Gebühr: 126,00 €

1307
SELBSTERFAHRUNG FÜR SINGLES
Ulrike Assmann-Bühler
 4x, ab Mo, 24.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 51,00 €

1308K NEU 
SELBSTFÜRSORGE UND REFLEXION
 Ein Workshop für ein Elternteil mit einem Kind ab 6 Jahren
Atousa Münzebrock
 Sa, 29.11.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 51,00 € (inkl. Materialkosten), der Preis gilt für einen Erwachsenen und ein Kind, bitte paarweise anmelden

NEU

Wir sind alle nur auf der Durchreise – und Weglaufen ist zwecklos*

Fr, 07.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
 Sa, 08.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr

1309 *
EIN ERFÜLLTES LEBEN IN DER 3. LEBENS PHASE
Norbert A. Büth
 Fr, 28.11.2025, 17:00 - 21:00 Uhr
 Sa, 29.11.2025, 09:00 - 17:30 Uhr
Gebühr: 82,00 €

1310 *
VERÄNDERUNGEN IM LEBEN – WAS NUN?
 Ein Workshop nach dem Zürcher Ressourcen Modell ZRM®
Dr. Angela Hack
 Fr, 06.02.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
 Sa, 07.02.2026, 09:00 - 16:30 Uhr
 So, 08.02.2026, 09:30 - 15:30 Uhr
Gebühr: 103,00 € (inkl. Handout)

1311 NEU *
WIR SIND ALLE NUR AUF DER DURCHREISE – UND WEGLAUFEN IST ZWECKLOS
 Ein Memento-Mori-Seminar
Günther Uch
 Fr, 07.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
 Sa, 08.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 64,00 €

PHILOSOPHIE UND RELIGION

1400 NEU
SOKRATES, PLATON, ARISTOTELES: DAS DREI-GESTIRN GRIECHISCHER PHILOSOPHIE
Dr. Detlef Thiel
 6x, ab Do, 16.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 64,80 €

1401EW NEU
ORDNUNG – UND WAS WIR VON IHR ZU HALTEN HABEN
 Live-Stream
Prof. Dr. Kurt Bayertz
 Di, 30.09.2025, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1402EW NEU
HÖFFNUNG: EINE GESCHICHTE DER ZUVERSICHT VON HOMER BIS ZUM KLIMAWANDEL
 Live-Stream
Prof. Dr. Jonas Grethlein
 Mi, 22.10.2025, 19:30 Uhr
Eintritt frei

1403EW NEU
BILDERKULT UND BILDKRITIK
 Live-Stream
Dr. Johann Hinrich Claussen
 Do, 15.01.2026, 19:30 Uhr
Eintritt frei

HEIDELBERG UND REGION ENTDECKEN

1550.01K 
WO SCHLAFEN DIE STRASSENBAHNEN?
 Ein Rundgang durch den Betriebshof der Rhein Neckar Verkehr GmbH (rnv)
Team der RNV
 Sa, 18.10.2025, 10:30 Uhr
kostenfrei

1550.02K 
WO SCHLAFEN DIE STRASSENBAHNEN?
 Ein Rundgang durch den Betriebshof der Rhein Neckar Verkehr GmbH (rnv)
Team der RNV
 Sa, 25.10.2025, 10:30 Uhr
kostenfrei

1552
VHS-RADLER
Reinhardt Nehls
 4x, ab Di, 07.10.2025, 19:00 Uhr
kostenfrei

1554.07
SPAZIERGANG ÜBER DEN BERGFRIEDHOF
Martin Geißler
 Di, 07.10.2025, 16:00 Uhr
kostenfrei

NATURWISSENSCHAFTEN UND UMWELTBILDUNG FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

1601K 
SCIENLAB-FORSCHER-VORMITTAG „WELTRAUM – UNENDLICHE WEITEN“
 Für Kinder von 6 bis 8 Jahren
Dr. Sabine Rosenberger
 Sa, 08.11.2025, 09:45 Uhr
Gebühr: 26,50 € (inkl. Materialkosten)

1602K 
SCIENLAB-FORSCHER-VORMITTAG „UNSER KÖRPER – EIN WUNDERWERK DER NATUR“
 Für Kinder von 6 bis 8 Jahren
Dr. Sabine Rosenberger
 Sa, 10.01.2026, 09:45 Uhr
Gebühr: 26,50 € (inkl. Materialkosten)

1603K 
SCIENLAB-FORSCHER-VORMITTAG „MIR GEHT EIN LICHT AUF“ – ELEKTROWERKSTATT
 Für Kinder von 6 bis 8 Jahren
Dr. Sabine Rosenberger
 Sa, 07.02.2026, 09:45 Uhr
Gebühr: 26,50 € (inkl. Materialkosten)

1605K 
GEBURTSTAGSPARTY MIT EXPERIMENTEN
 Für Kinder ab 7 Jahren
 Termine nach Vereinbarung
Gebühr: 158,00 € (zzgl. 3,00 € Materialgebühr je Kind) / max. zehn Kinder

1606.01K 
VERRÜCKTE WISSENSCHAFT
 Für Kinder von 7 bis 10 Jahren
Dr. Sylvia Zinser
 Sa, 22.11.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 25,50 € (inkl. Materialkosten)

1606.02K 
VERRÜCKTE WISSENSCHAFT
 Für Kinder von 7 bis 10 Jahren
Dr. Sylvia Zinser
 Sa, 31.01.2026, 14:00 Uhr
Gebühr: 25,50 € (inkl. Materialkosten)

1607.01K 
EXPERIMENTIEREN MIT ROBOTERN
 Grundkurs Robotik für Kinder von 9 bis 12 Jahren
Dr. Sylvia Zinser
 Sa, 22.11.2025, 14:00 Uhr
Gebühr: 25,20 €

1607.02K 
EXPERIMENTIEREN MIT ROBOTERN
 Grundkurs Robotik für Kinder von 9 bis 12 Jahren
Dr. Sylvia Zinser
 Sa, 31.01.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 25,20 €

1610K 
SCIENLAB-FORSCHER-VORMITTAG „WASSER IST NICHT NUR ZUM WASCHEN DA“
 Für Kinder von 9 bis 12 Jahren
Dr. Sabine Rosenberger
 Sa, 11.10.2025, 09:45 Uhr
Gebühr: 26,50 € (inkl. Materialkosten)

HINWEIS

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

www.vhs-hd.de

1611K 
SCIENLAB-FORSCHER-VORMITTAG „KRIMINALISTIK – DEM VERBRECHEN AUF DER SPUR“
 Für Kinder von 9 bis 12 Jahren
Dr. Sabine Rosenberger
 Sa, 13.12.2025, 09:45 Uhr
Gebühr: 26,50 € (inkl. Materialkosten)

1612K 
SCIENLAB-FORSCHER-VORMITTAG „WAS ZIEHE ICH AN?“ DIE KRAFT DER MAGNETE
 Für Kinder von 9 bis 12 Jahren
Dr. Sabine Rosenberger
 Sa, 24.01.2026, 09:45 Uhr
Gebühr: 26,50 € (inkl. Materialkosten)

1613K 
KIND – HUND / HUND – KIND
 Spielerisch den sicheren Umgang mit Hunden erlernen – in den Herbstferien
Ute Bühner
 Di, 28.10.2025, 11:00 Uhr
Gebühr: 18,00 €

NATURWISSENSCHAFTEN UND UMWELTBILDUNG FÜR ERWACHSENE

1660W
ASTRONOMIE FÜR FORTGESCHRITTENE
 Neue Erkenntnisse durch Satelliten-Missionen
Dr. Monika Maintz
 10x, ab Mo, 06.10.2025, 19:30 Uhr
 Gebühr: 105,00 €

1661.01
ABENDFÜHRUNG DURCH DIE LANDESSTERNWARTE HEIDELBERG
 Für Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren
Dr. Monika Maintz
 Fr, 07.11.2025, 20:00 Uhr
 Gebühr: 16,00 €

1661.02
ABENDFÜHRUNG DURCH DIE LANDESSTERNWARTE HEIDELBERG
 Für Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren
Dr. Monika Maintz
 Fr, 16.01.2026, 20:00 Uhr
 Gebühr: 16,00 €

1662EW NEU
DER STERNENHIMMEL UND DIE SCHÖPFUNGSMYTHEN DER MENSCHHEIT
 Live-Stream
Raoul Schrott
 Do, 16.10.2025, 19:30 Uhr
 Eintritt frei

1663EW NEU
SCHÖNHEIT DER ASTRONOMIE II
 Live-Stream
Dr. Andreas Müller
 Mo, 03.11.2025, 19:30 Uhr
 Eintritt frei

1664.01
PFIFFERLING UND FLIEGENPILZ
 Sammeln und Bestimmen von einheimischen Waldpilzen
Manuel Sittig
 Sa, 04.10.2025, 14:30 Uhr
 Gebühr: 28,00 € / inkl. Gestaltungsgebühr ForstBW

1664.02
PFIFFERLING UND FLIEGENPILZ
 Sammeln und Bestimmen von einheimischen Waldpilzen
Manuel Sittig
 So, 19.10.2025, 14:30 Uhr
 Gebühr: 28,00 € / inkl. Gestaltungsgebühr ForstBW

1665EW NEU *
WANN IST EIN KI-SYSTEM VERTRAUENSWÜRDIG?
 Live-Stream
Prof. Dr. Ute Schmid
 Mi, 29.10.2025, 19:30 Uhr
 Eintritt frei

1666EW NEU *
QUANTENCOMPUTER - WIE QUANTENMECHANIK UNSERE GESELLSCHAFTLICHE ZUKUNFT BEEINFLUSST
 Live-Stream
Dr. Dr. Heike Riel
 Di, 11.11.2025, 19:30 Uhr
 Eintritt frei

GEWUSST?

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

1667EW NEU
INNOVATIONEN FÜR DIE VERTEIDIGUNG
 Live-Stream
Prof. Dr. Dr. Michael Lauster
 Di, 25.11.2025, 19:30 Uhr
 Eintritt frei

1668EW NEU
BONOBOS (PAN PANISCUS) UND IHRE BEDEUTUNG FÜR UNS MENSCHEN (HOMO SAPIENS)
 Live-Stream
Prof. Dr. Barbara Fruth
 Do, 13.11.2025, 19:30 Uhr
 Eintritt frei

1669EW NEU
DIE ZITRUSFRÜCHTE ITALIENS
 Live-Stream
Dr. Peter Peter
 Mi, 10.12.2025, 19:30 Uhr
 Eintritt frei

1670.01EW NEU *
KLIMA UND MENSCH: WAS HAT DER MENSCH MIT DEM KLIMAWANDEL ZU TUN?
 Online
Prof. Dr. Mojib Latif
 Sa, 18.10.2025, 18:00 Uhr
 Eintritt frei

1670.02EW NEU *
KLIMA UND GESUNDHEIT: GESUNDHEITSKOMPETENT HANDELN FÜR EINE LEBENSWERTE ZUKUNFT
 Online
Dr. Julian Weilbacher
 Di, 04.11.2025, 18:00 Uhr
 Eintritt frei

1670.03EW NEU *
KLIMA UND DIGITALISIERUNG: GESELLSCHAFTLICHE HERAUSFORDERUNGEN UND GESTALTUNGSMÖGLICHKEITEN
 Online
Max Bömelburg
 Mi, 03.12.2025, 18:00 Uhr
 Eintritt frei

1670.04EW NEU *
KLIMA UND KONSUM: BEWUSST ENTSCHIEDEN, NACHHALTIG HANDELN
 Online
Marret Bähr
 Di, 27.01.2026, 18:00 Uhr
 Eintritt frei

PÄDAGOGIK UND ELTERNBILDUNG

1710.01K
BABYSITTERDIPLOM
 Für Jugendliche ab 13 Jahren
Tatiana Bohla
 Sa, 11.10.2025, 10:30 Uhr
 Gebühr: 34,00 € (inkl. Kopien und „Diplom“), mit Pausen

1710.02K
BABYSITTERDIPLOM
 Für Jugendliche ab 13 Jahren
Tatiana Bohla
 Sa, 22.11.2025, 10:30 Uhr
 Gebühr: 34,00 € (inkl. Kopien und „Diplom“), mit Pausen

1710.03K
BABYSITTERDIPLOM
 Für Jugendliche ab 13 Jahren
Tatiana Bohla
 Sa, 24.01.2026, 10:30 Uhr
 Gebühr: 34,00 € (inkl. Kopien und „Diplom“), mit Pausen

KIND-ELTERN-KURSE

1810.01K * | W
DIE KRABELKÄFER IN WIEBLINGEN
 Klangzauber und Bewegungsfreude erfahren - für Kinder von 6 bis 10 Monaten
Anita Ridder
 5x, ab Mo, 22.09.2025, 09:30 Uhr
 Gebühr: 42,00 € (Geschwisterkinder bitte einzeln anmelden)

1810.02K * | W
DIE KRABELKÄFER IN WIEBLINGEN
 Spaß beim Musizieren, Bewegen, Entdecken - für Kinder von 11 bis 16 Monaten
Anita Ridder
 5x, ab Mo, 22.09.2025, 10:45 Uhr
 Gebühr: 42,00 € (Geschwisterkinder bitte einzeln anmelden)

1810.03K * | W
DIE KRABELKÄFER IN WIEBLINGEN
 Klangzauber und Bewegungsfreude erfahren - für Kinder von 6 bis 10 Monaten
Anita Ridder
 5x, ab Mo, 03.11.2025, 09:30 Uhr
 Gebühr: 42,00 € (Geschwisterkinder bitte einzeln anmelden)

1810.04K * | W
DIE KRABELKÄFER IN WIEBLINGEN
 Spaß beim Musizieren, Bewegen, Entdecken - für Kinder von 11 bis 16 Monaten
Anita Ridder
 5x, ab Mo, 03.11.2025, 10:45 Uhr
 Gebühr: 42,00 € (Geschwisterkinder bitte einzeln anmelden)



DIE KRABEL- UND MUSIKKÄFERKURSE: SEIT VIELEN JAHREN EIN RENNER!

1811.01K * | W
DIE MUSIKKÄFER IN WIEBLINGEN
 Freude an Rhythmus, Bewegung und Kreativität - für Kinder von 2 bis 3 Jahren
Anita Ridder
 5x, ab Mo, 22.09.2025, 15:15 Uhr
 Gebühr: 63,00 € (Geschwisterkinder bitte einzeln anmelden)

1811.02K * | W
DIE MUSIKKÄFER IN WIEBLINGEN
 Freude an Rhythmus, Bewegung und Kreativität - für Kinder von 2 bis 3 Jahren
Anita Ridder
 5x, ab Mo, 03.11.2025, 15:15 Uhr
 Gebühr: 63,00 € (Geschwisterkinder bitte einzeln anmelden)

KUNST UND GESTALTEN

Japanisch kalligraphieren, gemeinsam Theater spielen, Songs mit der Gitarre begleiten, Tiere zeichnen, mit Fotografie neu sehen lernen, tanzen, mit Kintsugi Lebensrisse vergolden, Weihnachtskarten drucken, Nähen, Steinbildhauen – die eigenen Fähigkeiten entdecken und ans Licht bringen! Unsere Kreativangebote öffnen Horizonte, nach innen und außen und machen Neues möglich.



2010A
PROJEKT 31
Austellung vom 06.11. bis 18.12.2025

Die Künstlerinnenausstellung für mehr weibliche Präsenz in Kunst und Design eröffnen wir am 6. November um 18:00 Uhr mit einem Künstlerinnengespräch über die Rolle der Frau in Kunst und Gesellschaft, ihre Hürden und Chancen, moderiert von Johannah Illgner. Die Arbeiten von Melissa Bürger, Johanna Sophia Graul, Franziska Harms, Hannah Krummlauf, Jule Kühn und Marcela García Marchant werden bis zum 18. Dezember in der vhs zu sehen sein.



2700
CLUB: WIE ES EUCH GEFÄLLT
9x, ab So, 16.11.2025, 18:00 Uhr

Einmal im Monat gemeinsam ins Theater gehen und sich im Anschluss über das Gesehene austauschen. Ob Schauspiel, Musiktheater, Konzert oder Tanz – lernen Sie das Theater in all seiner Vielseitigkeit kennen. Erfahrene Theaterpädagoginnen begleiten Sie über eine Spielzeit hinweg zu ausgewählten Produktionen, geben Einführungen zu den Stücken und bieten einen geschützten Raum für Austausch. Eine Kooperation mit dem Theater und Orchester Heidelberg.



2550.01K
TÄNZERISCHE FRÜHERZIEHUNG
8x, ab Do, 09.10.2025, 17:00 Uhr

Kinder von 4 bis 6 Jahren lernen spielerisch tänzerische Grundelemente – sie werden z. B. zu Schmetterlingen oder Fischen, die gemeinsam tänzerische Abenteuer erleben. Neben Rhythmusgefühl, Bewegungsfreude und Fantasie werden auch erste Grundlagen des klassischen Balletts kindgerecht vermittelt. Durch das Üben verbessern sich Körperhaltung, Konzentrationsfähigkeit und das Selbstbewusstsein wächst mit.



2130
FREIE MALEREI - ICH BIN DANN MAL WEG ...
3x, ab Fr, 05.12.2025, 18:15 Uhr

Einfach mal raus, den Kopf frei von Alltäglichem, ganz bei sich sein und selbstbestimmt den eigenen Ideen folgen. Ein ganzes Wochenende lang malen, betrachten, reflektieren, übermalen, ergänzen, Abstand gewinnen – eine Reise in die Welt der Farben für Menschen mit und ohne Malereierfahrung.



KUNSTGESCHICHTE
5 Kurse

MALEN, ZEICHNEN, DRUCKTECHNIKEN
53 Kurse

PLASTISCHES GESTALTEN
17 Kurse

FOTOGRAFIE
11 Kurse

HANDWERKSTECHNIKEN
18 Kurse

TEXTILES GESTALTEN, NÄHEN UND MODEDESIGN
26 Kurse

LITERATUR / SCHREIBWERKSTATT
13 Kurse

MUSIZIEREN UND SINGEN
23 Kurse

TANZEN
41 Kurse

THEATERSPIELEN UND KLEINKUNST
13 Kurse

KON- TAKT

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

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

KUNSTGESCHICHTE

2020EW NEU WIE BILDER ERZÄHLEN: STORYTELLING VON ALBRECHT ALTDORFER BIS PETER PAUL RUBENS

Live aus der Pinakothek
Dr. Mirjam Neumeister
Do, 11.12.2025, 19:30 Uhr
Eintritt frei

2024 KUNST ZUM FRÜHSTÜCK

Dott. Lionette Lorenz Fuxius
5x, ab Do, 06.11.2025, 09:30 Uhr
Gebühr: 70,00 € (inkl. Bewirtung)

2025 NEU
**IMPRESSIONISMUS UND
POSTIMPRESSIONISMUS**
Der Beginn der Moderne in Paris
Dr. Andrea Schmidt-Niemeyer
3x, ab Mo, 03.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 30,00 €

2026 NEU
**EXPRESSIONISMUS IN DER
KUNSTHALLE MANNHEIM**
Dr. Andrea Schmidt-Niemeyer
3x, ab Mo, 24.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 30,00 €

2027W NEU
**KUNST DES 20. UND
21. JAHRHUNDERTS -
JOSEPH KOSUTH UND
ANDERE**
Online-Kurs
Dr. Andrea Schmidt-Niemeyer
5x, ab Do, 15.01.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 50,00 €

MALEN, ZEICHNEN, DRUCKTECHNIKEN

2111
**EINFÜHRUNG IN DIE GRUND-
LAGEN DES ZEICHNENS**
Oded Netivi
Sa, 18.10.2025, 14:00 - 18:00 Uhr
So, 19.10.2025, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 62,90 € / max. 8 TN

2112
DIE KUNST DER LINIE
Grundlagen und mehr
Ron Otter
9x, ab Di, 23.09.2025, 19:30 Uhr
Gebühr: 104,40 € / max. 8 TN

2113
MUT ZUM ZEICHNEN
Sibel Karan
5x, ab Mo, 22.09.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 72,00 €

2115
**ZEICHNEN, SKIZZIEREN,
KOLORIEREN**
Jurij Galusinskij
8x, ab Mi, 15.10.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 126,00 € / max. 8 TN

2116.01
AKTZEICHNEN INTENSIV
Veronika Lüdke-Paulshofen
Fr, 10.10.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 11.10.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 12.10.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 166,00 € (inkl. Modellkosten)

2116.02
AKTZEICHNEN
Veronika Lüdke-Paulshofen
Fr, 14.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 15.11.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 99,60 € (inkl. Modellkosten)

2116.03
AKTZEICHNEN
Veronika Lüdke-Paulshofen
So, 07.12.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 66,40 € (inkl. Modellkosten)

2116.04
AKTZEICHNEN
Veronika Lüdke-Paulshofen
Sa, 21.02.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 22.02.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 132,80 € (inkl. Modellkosten)

2118.01
**PORTRÄTZEICHNEN
INTENSIV**
Veronika Lüdke-Paulshofen
Fr, 26.09.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 27.09.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 28.09.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 166,00 € (inkl. Modellkosten) / max. 8 TN

2118.02
PORTRÄTZEICHNEN
Veronika Lüdke-Paulshofen
So, 16.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 66,40 € (inkl. Modellkosten), max. 8 TN

2118.03
PORTRÄTZEICHNEN
Veronika Lüdke-Paulshofen
Fr, 05.12.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 06.12.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 99,60 € (inkl. Modellkosten), max. 8 TN

2119
**KAWAII! CHIBI-FIGUREN
ZEICHNEN**
Manga Basics Workshop
Chilja Engelhard
Sa, 14.02.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 26,25 €

2120 NEU
**REALISTISCHES
TIERZEICHNEN**
Christian Schura
5x, ab Di, 13.01.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 75,00 €

2121 NEU
**TIERWESEN UND WIE MAN
SIE ZEICHNEN KANN**
Chilja Engelhard
Sa, 14.02.2026, 14:30 - 17:30 Uhr
Gebühr: 21,00 €

2122
**MODEZEICHNEN - MIT DER
RICHTIGEN TECHNIK ZUR
DYNAMISCHEN ILLUSTRATION**
Im Rahmen der Ausstellung
Projekt 31
Hannah Krummlauf
5x, ab Do, 15.01.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 46,00 €

NEU

Realistisches Tierzeichnen

An fünf Terminen
Ab Dienstag, 13.01.2026

2123.01
**FIGURATIVES UND GEGEN-
STÄNDLICHES ZEICHNEN**
Amalia Grünwald
3x, ab Mi, 08.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 47,70 €

2123.02
**FIGURATIVES UND GEGEN-
STÄNDLICHES ZEICHNEN**
Amalia Grünwald
5x, ab Mi, 05.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 79,50 €

2123.03
**FIGURATIVES UND GEGEN-
STÄNDLICHES ZEICHNEN**
Amalia Grünwald
5x, ab Mi, 14.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 79,50 €

2126K NEU
**MANGAS & COMICS
MEET HALLOWEEN**
Für Kinder ab 7 Jahren,
in den Herbstferien
Soroor Ashouri Fard
Mo, 27.10., Di, 28.10. und
Mi, 29.10.2025,
jeweils 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 83,00 € (inkl. Materialkosten)

PROJEKT 31 - FÜR MEHR WEIBLICHE PRÄSENZ IN KUNST UND DESIGN

Ausstellung 06.11. - 18.12.2025
vhs Heidelberg, Foyer 1. OG

Inspiziert von Peggy Guggenheims legendärer Ausstellung „Exhibition by 31 Women“ (1943), zeigt Projekt 31 mit Werken von Melissa Bürger, Johanna Sophia Graul, Franziska Harms, Hannah Krummlauf, Jule Kühn und Marcela García Marchant Künstlerinnen und Designerinnen der Metropolregion Rhein-Neckar.

Begleitend zur Ausstellung laden Melissa Bürger, Jule Kühn und Ingrid Rupp zu Workshops ein:

KursNr: 2153

**Porträt und Selbstporträt in Zeichnung
Malerei, Collage und Mixed-Media** mit Melissa Bürger

KursNr: 2809

Frauen sehen Frauen

Porträtfotografie von und für Frauen mit Jule Kühn

KursNr: 2703

**Durchsetzungsstark mit Haltung
Stimme und Charme** mit Ingrid Rupp



ERÖFFNUNG DER AUSSTELLUNG MIT KÜNSTLERINNENGESPRÄCH

Melissa Bürger / Johanna Sophia Graul /
Franziska Harms / Hannah Krummlauf / Jule Kühn
Moderation: Johannah Illgner
Donnerstag, 06.11.2025, 18:00 Uhr

2128
**HANDLETTING:
DIE KUNST DES SCHÖNEN
WORTES**
Sibel Karan
5x, ab Mo, 10.11.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 72,00 €

2129
MONOLOG IN FARBE
Malerei-Intensiv-Wochenende
Ana Laibach
Fr, 28.11.2025, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 29.11.2025, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 30.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 120,00 € / max. 8 TN

2130 NEU *
**ICH BIN DANN MAL WEG -
FREIE MALEREI**
Ana Laibach
Fr, 05.12.2025, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 06.12.2025, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 07.12.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 120,00 €

2131
**DAS FREMDE UND
DAS EIGENE**
Malerei und Zeichnung
Ana Laibach
Fr, 06.02.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 07.02.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 08.02.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 120,00 €

2133.01
SHODO
Japanische Kalligraphie
Mei Jin-Hiller
Sa, 25.10.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2133.02
SHODO
Japanische Kalligraphie
Mei Jin-Hiller
Sa, 10.01.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2134.01
SEMI-E MALEREI
Chinesische Tuschemalerei
Mei Jin-Hiller
Sa, 08.11.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2134.02
SEMI-E MALEREI
Chinesische Tuschemalerei
Mei Jin-Hiller
Sa, 14.02.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2139
AIRBRUSH
Norbert Klug
Sa, 31.01.2026, 09:00 - 16:30 Uhr
So, 01.02.2026, 09:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 135,80 € (inkl. 35,00 €
Materialkosten), max. 8 TN

2140
AQUARELLMALEREI
Jurij Galusinskij
8x, ab Do, 16.10.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 126,00 € / max. 8 TN

2141
**AQUARELL (NICHT NUR)
FÜR FORTGESCHRITTENE**
Oded Netivi
Sa, 15.11.2025, 14:00 - 18:00 Uhr
So, 16.11.2025, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 62,90 € / max. 8 TN

2146
**EINFÜHRUNG IN
DIE ÖLMALEREI**
Werner Degreif
Sa, 22.11.2025, 09:30 - 17:15 Uhr
Gebühr: 52,20 €

2147
ÖLMALEREI - FIGUR, AKT
Für Teilnehmer*innen mit
Grundkenntnissen
Werner Degreif
Sa, 24.01.2026, 09:30 - 17:15 Uhr
Gebühr: 52,20 €

2148 NEU
**DER HEIDELBERGER
BERGFRIEDHOF**
Ein Plein-Air-Workshop
für Öl- und Acrylmalerei
Werner Degreif
Sa, 20.09.2025, 09:30 - 18:00 Uhr
Gebühr: 58,00 €

2149
**SPACHELTECHNIK IN ÖL
UND ACRYL**
Jurij Galusinskij
Fr, 20.02.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 21.02.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
Gebühr: 73,50 € / max. 8 TN

2150
ACRYLTECHNIKEN
Oded Netivi
Sa, 17.01.2026, 14:00 - 18:00 Uhr
So, 18.01.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 62,90 € / max. 8 TN

2151
**ACRYLMALEREI ABSTRAKT
ODER FIGURATIV**
Jurij Galusinskij
Fr, 17.10.2025, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 18.10.2025, 10:00 - 17:30 Uhr
Gebühr: 73,50 € / max. 8 TN

2152.01
**ACRYLMALEREI-
WOCHELENDE**
Ana Laibach
Fr, 07.11.2025, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 08.11.2025, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 09.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 120,00 €



TETRA PAK-DRUCK

Ab 12.01.2026

2152.02
**ACRYLMALEREI-
WOCHELENDE**
Ana Laibach
Fr, 09.01.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 10.01.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 11.01.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 120,00 €

2153
**PORTRÄT UND SELBST-
PORTRÄT IN ZEICHNUNG,
MALEREI, COLLAGE UND
MIXED-MEDIA**
Im Rahmen der Ausstellung
Projekt 31
Melissa Bürger
Fr, 12.12.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 13.12.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
77,40 € (inkl. 15,00 € Material-
kosten)

2155
**PORTRÄT UND
SELBSTPORTRÄT**
Dora Mittenzwei
Fr, 10.10.2025, 18:00 - 20:00 Uhr
Sa, 11.10.2025, 10:00 - 15:00 Uhr
So, 12.10.2025, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 84,40 € (inkl. 20,00 €
Materialkosten)

2156
PORTRÄT IN FARBE
Veronika Lüdke-Paulshofen
Fr, 30.01.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 31.01.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 01.02.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 166,00 € (inkl. Modell-
kosten)

2157 NEU
**DAS BLAUE BILD - MALEREI,
ZEICHNUNG, COLLAGE**
Raingard Tausch
Fr, 16.01.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Sa, 17.01.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 18.01.2026, 10:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 126,00 €

2160 NEU
**MALEN FÜR DIE SEELE -
WER BIN ICH?**
Elizabeth Helmecke
So, 19.10.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 52,40 € (inkl. 10,00 €
Materialkosten)

2161 NEU *
**MALEN FÜR DIE SEELE -
IKIGAI: WOFÜR LEBST DU?**
Elizabeth Helmecke
Sa, 24.01.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 52,40 € (inkl. 10,00 €
Materialkosten)

2162 NEU *
MINDFUL PLAY
Experimentelle Malerei
Laura Therese Schran
6x, ab Mo, 10.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 108,00 €

2168.01
ALL YOU CAN PAINT!
Veronika Lüdke-Paulshofen
Fr, 21.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 22.11.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 23.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 126,00 € / max. 8 TN

2168.02
ALL YOU CAN PAINT!
In den Faschingsferien
Veronika Lüdke-Paulshofen
3x, ab Mi, 18.02.2026, 14:00 Uhr
Gebühr: 90,00 € / max. 8 TN

2168.03
ALL YOU CAN PAINT!
In den Faschingsferien
Veronika Lüdke-Paulshofen
3x, ab Mi, 18.02.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 90,00 € / max. 8 TN

2170.01
**RADIERUNG -
DRUCKGRAFIK IM ATELIER**
Ron Otter
Fr, 17.10.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 18.10.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (inkl. 30,00 €
Materialkosten und Werkzeugnut-
zungsgebühr), Kleingruppe

HINWEIS

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

www.vhs-hd.de

2170.02
**RADIERUNG -
DRUCKGRAFIK IM ATELIER**
Ron Otter
Sa, 23.01.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
So, 24.01.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (inkl. 30,00 €
Materialkosten und Werkzeugnut-
zungsgebühr), Kleingruppe

2172 NEU
LINOLDRUCK
Weihnachtskartenwerkstatt
Laura Therese Schran
Sa, 29.11.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 30.11.2025, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 96 € (inkl. 30,00 € Werk-
zeugnutzungsgebühr und Mate-
rialkosten)

2173
LINOLDRUCK
Laura Therese Schran
Sa, 17.01.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 18.01.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 96,00 € (inkl. 30,00 €
Werkzeugnutzungsgebühr und
Materialkosten)

2174
TETRA PAK-DRUCK
Sibel Karan
5x, ab Mo, 12.01.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 79,00 € (inkl. 10,00 €
Werkzeugnutzungsgebühr und
Materialkosten)

PLASTISCHES GESTALTEN

2201.01
KERAMIKWERKSTATT AM VORMITTAG
Marietta Menke

6x, ab Mi, 24.09.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 200,00 € (inkl. Brennkosten) max. 8 TN

2201.02
KERAMIKWERKSTATT AM ABEND
Marietta Menke

4x, ab Mi, 07.01.2026, 17:30 Uhr
Gebühr: 136,00 € (inkl. Brennkosten) max. 8 TN

2202.01
KREATIVES GESTALTEN MIT TON
Maria Ryklin

9x, ab Di, 07.10.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 288,00 € (inkl. Brennkosten) max. 8 TN

2202.02
KREATIVES GESTALTEN MIT TON
Maria Ryklin

9x, ab Mi, 08.10.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 288,00 € (inkl. Brennkosten) max. 8 TN

2203
KERAMIKWORKSHOP: AUFBAUTECHNIK UND DREHEN AN DER SCHEIBE

Für Interessierte mit und ohne Vorkenntnisse

Susanne Schmitt

Sa, 15.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Mo, 01.12.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 164,50 € (inkl. 30,00 € Werkzeugnutzung) Kleingruppe

2204
TONKUNST - SKULPTUREN - OBJEKTE

Ilsemarie Wülfing / Maria Ryklin

8x, ab Mo, 22.09.2025, 17:00 Uhr
Gebühr: 294,00 € (inkl. Brennkosten) max. 8 TN

2206.01
DIE KUNST DES TÖPFERNS OHNE DREHSCHLEIBE

Ulrich Fichtner

7x, ab Do, 02.10.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 224,00 € (inkl. Brennkosten) max. 8 TN

2206.02
DIE KUNST DES TÖPFERNS OHNE DREHSCHLEIBE

Ulrich Fichtner

4x, ab Do, 08.01.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 128,00 € (inkl. Brennkosten) max. 8 TN

2210 NEU
KREATIVES DREHEN AN DER TÖPFERSCHLEIBE

Barbara Kullik-Kuch

Sa, 11.10.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 12.10.2025, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 166,00 € (zzgl. Material- und Brennkosten nach Verbrauch im Kurs und Glasurtermin nach Absprache 3 UE)

2220.01 *
KINTSUGI - LEBENSRISSSE VERGOLDEN

Natalie Mikulic

So, 19.10.2025, 11:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 55,80 € (inkl. 18,00 € Materialkosten)

2220.02 *
KINTSUGI - LEBENSRISSSE VERGOLDEN

Natalie Mikulic

So, 09.11.2025, 11:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 55,80 € (inkl. 18,00 € Materialkosten)

2220.03 *
KINTSUGI - LEBENSRISSSE VERGOLDEN

Natalie Mikulic

So, 18.01.2026, 11:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 55,80 € (inkl. 18,00 € Materialkosten)

2221
EINFÜHRUNGSKURS STEINBILDHAUEREI

Für Anfänger*innen und leicht Fortgeschrittene

Knut Hüneke

Sa, 27.09.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 28.09.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 182,00 € (inkl. 50,00 € Material und Werkzeugnutzung)

2222.01 NEU
EINFÜHRUNG IN DIE STEINBILDHAUEREI

Speckstein

Felix Kind

Fr, 17.10.2025, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 18.10.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 19.10.2025, 10:00 - 15:00 Uhr
Gebühr: 162,00 € (zzgl. ca. 35,00 € Materialkosten)

2222.02 NEU
EINFÜHRUNG IN DIE STEINBILDHAUEREI

Speckstein

Felix Kind

Fr, 09.01.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Sa, 10.01.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 11.01.2026, 10:00 - 15:00 Uhr
Gebühr: 162,00 € (zzgl. ca. 35,00 € Materialkosten)

2223 NEU
AUF DEN SPUREN VON GIACOMETTI - ERSTELLUNG EINER EXPERIMENTELLEN KLEINPLASTIK

Raingard Tausch

Fr, 06.02.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Sa, 07.02.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 08.02.2026, 10:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 126,00 €

2224 NEU
MOSAİK FÜR EINSTEIGER*INNEN

Martina Baur

Do, 15.01.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Do, 22.01.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 40,00 € (zzgl. Materialkosten)

FOTOGRAFIE

2801.01
GRUNDKURS FOTOGRAFIEREN MIT DER KAMERA

Dr. Günter Krämmer

Fr, 10.10.2025, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 11.10.2025, 09:00 - 17:30 Uhr
So, 12.10.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Di, 21.10.2025, 18:15 - 19:45 Uhr
Gebühr: 92,00 €

2801.02
GRUNDKURS FOTOGRAFIEREN MIT DER KAMERA

Dr. Günter Krämmer

Fr, 21.11.2025, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 22.11.2025, 09:00 - 17:30 Uhr
So, 23.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Di, 02.12.2025, 18:15 - 19:45 Uhr
Gebühr: 92,00 €

2802.01
EINFACH FOTOGRAFIEREN - GRUNDKURS

Jürgen Carmanah

Sa, 25.10.2025, 12:00 - 16:30 Uhr
So, 26.10.2025, 11:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 72,00 € / max. 8 TN

2802.02
EINFACH FOTOGRAFIEREN - GRUNDKURS

Jürgen Carmanah

Sa, 17.01.2026, 12:00 - 16:30 Uhr
So, 18.01.2026, 11:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 72,00 € / max. 8 TN



PHOTOWALK IM HERBSTWALD

Ab 16.10.2026

2805
PHOTOWALK IM HERBSTWALD

Auf der Suche nach dem Licht

Elke Grüber

Do, 16.10.2025, 19:00 - 21:15 Uhr
Sa, 18.10.2025, 15:00 - 18:00 Uhr
Do, 23.10.2025, 19:00 - 21:15 Uhr
Sa, 25.10.2025, 15:00 - 18:00 Uhr
Gebühr: 81,20 € / max. 8 TN

2806
DIE WELT DER MAKROFOTOGRAFIE

Spannende Details aus der Natur

Elke Grüber

Do, 13.11.2025, 19:00 - 21:15 Uhr
Sa, 15.11.2025, 14:00 - 17:00 Uhr
Do, 20.11.2025, 19:00 - 21:15 Uhr
Gebühr: 58,00 € / max. 8 TN

2809 NEU
FRAUEN SEHEN FRAUEN - PORTRÄTFOTOGRAFIE VON UND FÜR FRAUEN

Im Rahmen der Ausstellung Projekt 31

Jule Kühn

Sa, 22.11.2025, 10:00 - 14:00 Uhr
Sa, 29.11.2025, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 52,00 €

2810.01
PORTRÄTFOTOGRAFIE MIT GÜLAY KESKIN

Gülay Keskin

4x, ab Mo, 03.11.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 123,20 € (inkl. 40,00 € für Equipmentnutzung), max. 8 TN

2810.02
PORTRÄTFOTOGRAFIE MIT GÜLAY KESKIN

Gülay Keskin

4x, ab Mo, 12.01.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 123,20 € (inkl. 40,00 € für Equipmentnutzung) max. 8 TN

2811
VON DER INSPIRATION ZUM FOTO

Gülay Keskin

Sa, 17.01.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 20,80 € / max. 8 TN

2812 NEU
PHOTOWALK ZUM STIFT NEUBURG

Fotografieren im manuellen Modus

Gülay Keskin

Sa, 24.01.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 20,80 € / max. 8 TN

HANDWERKS-TECHNIKEN

2301
GRUNDLAGEN DES BUCHBINDENS

Thomas Weil

Do, 15.01.2026, 19:00 - 22:00 Uhr
Fr, 16.01.2026, 17:45 - 22:00 Uhr
Sa, 17.01.2026, 09:00 - 18:45 Uhr
Gebühr: 221,50 € (inkl. 44,00 € Material- u. Werkzeugkosten), Kleingruppe

2302
ORIGAMI - KÄSTCHEN UND STERNE ZU WEIHNACHTEN
Inge Stegmann
Sa, 29.11.2025, 10:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 33,60 € (inkl. 6,00 € Materialkosten)

2303
GÜRTEL AUS LEDER SELBST GEMACHT
Uli Rockert
Sa, 15.11.2025, 13:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 55,00 € (inkl. 30,00 € Material- und Werkzeugnutzungsgebühr)

2304
WALLET AUS LEDER SELBST GEMACHT
Uli Rockert
So, 16.11.2025, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 61,50 € (inkl. 35,00 € Material- und Werkzeugnutzungsgebühr)

2305
STIFTETUI AUS LEDER SELBST GEMACHT
Uli Rockert
Sa, 24.01.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
So, 25.01.2026, 13:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 87,00 € (inkl. 45,00 € Material- und Werkzeugnutzungsgebühr)

2306.01
GOLDSCHMIEDEARBEITEN
Heike Ullmann
Sa, 18.10.2025, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 19.10.2025, 09:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 152,50 € (inkl. 25,00 € Werkzeugnutzung) / max. 8 TN

2306.02
GOLDSCHMIEDEARBEITEN
Heike Ullmann
Sa, 08.11.2025, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 09.11.2025, 09:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 152,50 € (inkl. 25,00 € Werkzeugnutzung) / max. 8 TN

2307
KETTEN SELBST GEMACHT
Gestalten - Reparieren - Verschönern
Julia Strähle /
Angelika Reisinger-Remmers
Sa, 17.01.2026, 11:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 48,00 € / max. 8 TN

2308
VOM BAUM ZUM MÖBEL
Grundkurs
Ingo Hofmeister
8x, ab Di, 23.09.2025, 16:30 Uhr
Gebühr: 229,20 € (inkl. 78,00 € Material- und Werkzeugnutzungs-kosten), Kleingruppe

2309
VOM BAUM ZUM MÖBEL
Aufbaukurs - Bilderrahmen
Ingo Hofmeister
5x, ab Di, 13.01.2026, 16:30 Uhr
Gebühr: 139,50 € (inkl. 45,00 € Material- und Werkzeugnutzungs-kosten), Kleingruppe

2310.01
MÖBEL SELBST RESTAURIEREN
Alfred Schindler
Fr, 24.10.2025, 18:00 - 21:30 Uhr
Sa, 25.10.2025, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 26.10.2025, 10:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 132,00 € (inkl. 20,00 € Materialkosten) / max. 8 TN

2310.02
MÖBEL SELBST RESTAURIEREN
Alfred Schindler
Fr, 05.12.2025, 18:00 - 21:30 Uhr
Sa, 06.12.2025, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 07.12.2025, 10:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 132,00 € (inkl. 20,00 € Materialkosten) / max. 8 TN

2310.03
MÖBEL SELBST RESTAURIEREN
Alfred Schindler
Fr, 16.01.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Sa, 17.01.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 18.01.2026, 10:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 132,00 € (inkl. 20,00 € Materialkosten) / max. 8 TN

2310.04
MÖBEL SELBST RESTAURIEREN
Alfred Schindler
Fr, 13.02.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Sa, 14.02.2026, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 15.02.2026, 10:00 - 15:30 Uhr
Gebühr: 132,00 € (inkl. 20,00 € Materialkosten) / max. 8 TN

2311
BOGENBAU
Nachbau eines traditionellen Holzbogens
Michel Bombardier
Sa, 08.11.2025, 09:00 - 17:30 Uhr
So, 09.11.2025, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 104,50 € (zzgl. 120,00 € Materialkosten) / max. 8 TN

2312 NEU
HERBSTLICHER TISCHSCHMUCK
Den Herbst ins Haus holen
Lucia Birlin
So, 12.10.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 48,60 € (inkl. 15,00 € Materialkosten)

2313
ADVENTSKRANZ BINDEN UND GESTALTEN
Lucia Birlin
Sa, 22.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 48,60 € (inkl. 15,00 € Materialkosten)

2320K NEU 
FASCHINGSSPASS IN DER KREATIVWERKSTATT
Für Kinder ab 7 Jahren, in den Faschingsferien
Soroor Ashouri Fard
Mi, 18.02., Do, 19.02. und Fr, 20.02.2026, jeweils 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 83,00 € (inkl. Materialkosten)

TEXTILES GESTALTEN, NÄHEN UND MODEDESIGN

2405 NEU
GRUNDKURS FILZEN
Martina Baur
3x, ab Do, 06.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 68,00 € (inkl. 8,00 € Materialkosten)

2406K NEU 
WEIHNACHTSWERKSTATT - FILZEN IM DUETT!
Kinder (ab 6 Jahren) filzen mit Erwachsenen
Martina Baur
Sa, 29.11.2025, 14:00 Uhr
Gebühr: 18,00 € / Bitte Kinder und Erwachsene einzeln anmelden, der Preis gilt pro Person. (inkl. 4,00 € Materialkosten pro Person)

2408 NEU
STRICKEN AM VORMITTAG
Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
Dr. Brigitte Schauwienold
5x, ab Mi, 14.01.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 75,00 € / max. 8 TN

2409
STRICKEN-GRUNDKURS
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
Dr. Brigitte Schauwienold
5x, ab Di, 07.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 € / max. 8 TN

2410
SOCKEN STRICKEN - LEICHT GEMACHT
Socken mit klassischer Kappchenferse und Bandspitze
Dr. Brigitte Schauwienold
5x, ab Mi, 08.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 € / max. 8 TN

2411 NEU
SOCKEN STRICKEN FÜR FORTGESCHRITTENE
Dr. Brigitte Schauwienold
5x, ab Mi, 14.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 € / max. 8 TN

2412 NEU
BALACLAVA, HOODIES, SCOODIES & CO.
Dr. Brigitte Schauwienold
3x, ab Do, 04.12.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 31,50 € / max. 8 TN

2420.01
NÄHEN MODISCHER KLEIDUNG
Cordula Dörner
5x, ab Mi, 24.09.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 110,00 € / max. 8 TN

2420.02
NÄHEN MODISCHER KLEIDUNG
Cordula Dörner
7x, ab Mo, 03.11.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 154,00 € / max. 8 TN

2420.03
NÄHEN MODISCHER KLEIDUNG
Cordula Dörner
5x, ab Mi, 14.01.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 110,00 € / max. 8 TN

2420.04
NÄHEN MODISCHER KLEIDUNG
Kompaktkurs
Heidrun Dürr
Sa, 08.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 09.11.2025, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 66,00 € / max. 8 TN

2420.05
NÄHEN MODISCHER KLEIDUNG
Kompaktkurs
Heidrun Dürr
Sa, 07.02.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 08.02.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 66,00 € / max. 8 TN

2421
MINI-NÄHKURS AM VORMITTAG
Hannah Krummlauf
3x, ab Di, 07.10.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 63,00 € / max. 8 TN

2422.01
NÄHEN AM VORMITTAG
Susanne Leitz
4x, ab Fr, 07.11.2025, 09:30 Uhr
Gebühr: 84,00 € / max. 8 TN

2422.02
NÄHEN AM VORMITTAG
Susanne Leitz
6x, ab Fr, 09.01.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 126,00 € / max. 8 TN

2423.01 
NÄHEN LERNEN
Susanne Strauß
5x, ab Di, 30.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 105,00 € / max. 8 TN

2423.02 
NÄHEN LERNEN
Susanne Strauß
6x, ab Di, 11.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 126,00 € / max. 8 TN

2423.03 
NÄHEN LERNEN
Susanne Strauß
5x, ab Di, 13.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 105,00 € / max. 8 TN

NEU

Weihnachtswerkstatt - Filzen im Duett

Kinder (ab 6 Jahren) filzen mit Erwachsenen
Samstag, 29.11.2025

2430.01
**UPCYCLING -
AUS ALT MACH NEU**
Susanne Strauß
Sa, 31.01.2026, 13:30 - 17:30 Uhr
So, 01.02.2026, 11:30 - 15:30 Uhr
Gebühr: 52,50 € / max 8 TN

2430.02
**UPCYCLING -
AUS ALT MACH NEU**
Susanne Strauß
3x, ab Do, 06.11.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 63,00 € / max 8 TN

2431 NEU
**UPCYCLING - KLEIDUNG
NEU BELEBEN MIT INSPI-
RATION AUS DER KUNST**
Susanne Strauß /
Henriette Hartmann
4x, ab Do, 15.01.2026, 16:30 Uhr
Gebühr: 73,50 € (1. Termin: Kur-
pfälzisches Museum) / max 8 TN

2432.01K ✎
**FAMILIENWERKSTATT
NÄHEN**
Kinder (ab 7 Jahren) nähen
mit Erwachsenen
Susanne Strauß
Sa, 18.10.2025, 13:30 - 17:30 Uhr
So, 19.10.2025, 11:30 - 15:30 Uhr
Gebühr: 33,00 € / Bitte Kinder und
Erwachsene einzeln anmelden,
der Preis gilt pro Person
(zzgl. 10,00 € Materialkosten)

2432.02K ✎
**FAMILIENWERKSTATT
NÄHEN**
Kinder (ab 7 Jahren) nähen
mit Erwachsenen
Susanne Strauß
Sa, 06.12.2025, 13:30 - 17:30 Uhr
So, 07.12.2025, 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**
Workshop für Kinder ab 8 Jahren
Susanne Strauß
Sa, 25.10.2025, 13:30 - 17:30 Uhr
Gebühr: 21,00 € (zzgl. 2,00 € Ma-
terialkosten) / max. 8 TN

2433.02K ✎
**NÄHEN NACH LUST
UND LAUNE**
Workshop für Kinder ab 8 Jahren
Susanne Strauß
Sa, 17.01.2026, 13:30 - 17:30 Uhr
Gebühr: 21,00 € (zzgl. 2,00 € Ma-
terialkosten) / max. 8 TN

2434K NEU ✎
**TÄSCHCHEN UND TASCHEN
AUS JEANS**
Für Kinder ab 8 Jahren,
in den Faschingsferien
Susanne Strauß
3x, ab Mi, 18.02.2026, 14:00 Uhr
Gebühr: 50,40 € (zzgl. 5,00 € Ma-
terialkosten) / max. 8 TN

LITERATUR

2070
ARBEITSKREIS LITERATUR
Aktuelle Literaturpreis-
träger*innen
Dieter Geyer
4x, ab Do, 16.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 45,00 € (1 x monatlich)

2071
**GESPRÄCHSKREIS
LITERATUR**
Regen oder Sonnenschein -
Die Literatur und ihr Wetter
Dr. Frank Barsch
6x, ab Do, 16.10.2025, 09:15 Uhr
Gebühr: 68,00 € (alle 3 Wochen)

MIT DEM NEUEN FLIR- TEN

2073EW NEU
**KARL SCHLÖGEL:
FRIEDENSPREISTRÄGER
DES DEUTSCHEN BUCH-
HANDELS 2025**
Live-Stream
Fr, 24.10.2025, 19:30 Uhr
Eintritt frei

2074.01E NEU
LESELOUNGE DER LESELUST
Junge Autor*innen aus Schule
und Uni präsentieren ihre aus-
gewählten Texte
Gertrud Edelmann
Do, 16.10.2025, 19:00 Uhr
Eintritt frei

2074.02E NEU
THAT'S REAL FANTASY
Lesung mit Caro Hanzel
Caro Hanzel
Do, 06.11.2025, 19:00 Uhr
Eintritt frei

SCHREIBWERKSTATT

2080
TEXTWERKSTATT
Austausch über eigene Texte
Anne Richter
9x, ab Di, 07.10.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 105,00 €

2081
**(ER-)DICHTEN UND
ERZÄHLEN**
Grundkurs Kreatives Schreiben
Anne Richter
Sa, 11.10.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 12.10.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 €

2082
**„SAG MIR NICHT, DASS DER
MOND SCHEINT; ZEIGE MIR
DAS FUNKELNDE LICHT AUF
ZERBROCHENEM GLAS.“
(ANTON TSCHECHEW)**
Aufbaukurs Kreatives Schreiben
Anne Richter
Sa, 06.12.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 07.12.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 €

2083
ERLEBTES (ER-)ZÄHLT I
Autobiographisches Schreiben -
Anfängerkurs
Anne Richter
Sa, 25.10.2025, 09:30 Uhr
Gebühr: 59,00 €

2084
ERLEBTES (ER-)ZÄHLT II
Autobiographisches Schreiben -
Fortgeschrittenenkurs
Anne Richter
Sa, 17.01.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 59,00 €

2085K ✎
**FLIEGENDE GEDANKEN
AUF LINIERTEM PAPIER**
Schreibwerkstatt für Kinder
von 9 bis 13 Jahren
Anne Richter
Sa, 22.11.2025, 11:00 Uhr
Gebühr: 38,00 €

2086
**DEIN WEG IN DIE
VERÖFFENTLICHUNG -
IN 4 SCHRITTEN ZUM
FERTIGEN BUCH**
Sandra Andrés
Sa, 10.01.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 44,00 €

2087 NEU
**DEIN WEG ZU MEHR
BUCHVERKÄUFEN -
IN 4 SCHRITTEN ZU
DEINER INDIVIDUELLEN
MARKETINGSTRATEGIE**
Sandra Andrés
Sa, 24.01.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 44,00 €

MUSIK

2060 NEU
**KLASSISCHE MUSIK
HÖREN UND VERSTEHEN**
Grundkurs
Eleni Semertzaki
5x, ab Mo, 03.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 52,50 €

2061 NEU
DIE MUSIK DER ROMANTIK
Eleni Semertzaki
Mo, 12.01. und Mo, 19.01.2026,
jeweils 18:30 - 20:00 Uhr
Gebühr: 21,00 €

2062 NEU
ZWEI ÖPERN-ABENDE!
Eleni Semertzaki
Mo, 26.01. und Mo, 02.02.2026,
jeweils 18:30 - 20:00 Uhr
Gebühr: 21,00 €

MUSIZIEREN UND SINGEN

2601.01
GITARRE
Für Anfänger*innen und
Wiedereinsteiger*innen
Ulrike Schindele
5x, ab Do, 23.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 € / max. 8 TN

2601.02
GITARRE
Für Anfänger*innen und
Wiedereinsteiger*innen
Ulrike Schindele
5x, ab Do, 23.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 63,00 € / max. 8 TN

2602.01
LIEBEGLEITENDE GITARRE
Für Anfänger*innen ab 14 Jahren
Tobias Romes
6x, ab Mi, 05.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 75,60 € / max. 8 TN

2602.02
LIEBEGLEITENDE GITARRE
Für Anfänger*innen ab 14 Jahren
Tobias Romes
6x, ab Mi, 05.11.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 75,60 € / max. 8 TN

2603 NEU
LIEBEGLEITENDE GITARRE
Für Fortgeschrittene ab 14 Jahren
Tobias Romes
6x, ab Do, 06.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 75,60 € / max. 8 TN

2604 NEU
GITARREN-SPIELKREIS
Ulrike Schindele
5x, ab Do, 15.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 €

2605 NEU
**WEIHNACHTSLIEDER
AUF DER GITARRE**
Ulrike Schindele
So, 16.11.2025, 13:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 23,20 € / max. 8 TN

2606.01
UKULELE SPIELEN
Schnupperworkshop
Ulrike Schindele
So, 12.10.2025, 13:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 25,20 € (5,00 € Inst-
rumentenmiete wird im Kurs
bezahlt)

2606.02
UKULELE SPIELEN
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
Ulrike Schindele
8x, ab Di, 14.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 100,80 € (5,00 € Instrumentenmiete wird im Kurs bezahlt)

2607
UKULELE-SPIELKREIS
Ulrike Schindele
5x, ab Di, 13.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 63,00 € (5,00 € Instrumentenmiete wird im Kurs bezahlt)

2608
WEIHNACHTSLIEDER AUF DER UKULELE
Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
Ulrike Schindele
Sa, 15.11.2025, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 25,20 € (5,00 € Instrumentenmiete wird direkt im Kurs bezahlt)

2609
DIDGERIDOO - SELBSTBAUEN UND SPIELEN LERNEN
Werner Umlauf
Sa, 31.01.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 92,00 € (zzgl. 28,00 € Materialkosten)

2610
MUNDHARMONIKA
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
Ulrike Schindele
Sa, 15.11.2025, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 25,20 €

2611
WEIHNACHTSLIEDER AUF DER MUNDHARMONIKA
Ulrike Schindele
So, 16.11.2025, 09:30 - 12:30 Uhr
Gebühr: 25,20 €

HINWEIS

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

www.vhs-hd.de

2612 NEU
KEYBOARD
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
Ulrike Schindele
So, 11.01.2026, 13:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 25,20 €

2631 NEU
GESANGSTECHNIK FÜR SINGBEGEISTERTE
Harriet Spenke
Fr, 24.10.2025, 17:30 - 19:45 Uhr
Sa, 25.10.2025, 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 58,80 €

2632 NEU *
SINGEN MACHT GLÜCKLICH UND GESUND?!
Harriet Spenke
Sa, 25.10.2025, 13:45 - 17:30 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2633 NEU
ATEM- UND GESANGSÜBUNGEN BEI LONG-/POST-COVID, COPD ODER ASTHMA
Harriet Spenke
So, 26.10.2025, 10:30 - 15:30 Uhr
Gebühr: 50,40 €

2634 NEU
BELCANTO-GESANGSKURS
Harriet Spenke
Fr, 20.02.2026, 17:30 - 19:45 Uhr
Sa, 21.02.2026, 10:30 - 15:30 Uhr
So, 22.02.2026, 10:30 - 15:30 Uhr
Gebühr: 126,00 €

2635
GEMEINSAM MUSIK IMPROVISIEREN MIT STIMME, (BODY-)PERCUSSION ODER INSTRUMENT
Paula von Haaren
Sa, 29.11.2025, 11:00 - 14:30 Uhr
Gebühr: 36,00 €

TANZEN

2501 Z
MEDITATION IN BEWEGUNG UND TANZ
Im Wandel der Jahreszeiten
Edeltraud Schmitt-Sommer
15x, ab Mo, 22.09.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 129,00 €

2502.01 NEU *
TANZ TRIFFT IMPROVISATION
Andrea Kreisel
8x, ab Mo, 06.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 80,00 €

2502.02 NEU *
TANZ TRIFFT IMPROVISATION
Andrea Kreisel
5x, ab Mo, 12.01.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 50,00 €



TANZ TRIFFT IMPROVISATION

Ab 06.10.2025 oder 12.01.2026

2503.01
LINEDANCE
Schnupperworkshop
Ulrike Schindele
So, 12.10.2025, 09:30 - 12:30 Uhr
Gebühr: 21,00 €

2503.02
LINEDANCE
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
Ulrike Schindele
8x, ab Di, 14.10.2025, 20:15 Uhr
Gebühr: 68,80 €

2503.03
LINEDANCE AM VORMITTAG
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
Ulrike Schindele
8x, ab Mi, 15.10.2025, 10:30 Uhr
Gebühr: 84,00 €

2503.04
LINEDANCE
Schnupperworkshop
Ulrike Schindele
So, 11.01.2026, 09:30 - 12:30 Uhr
Gebühr: 21,00 €

2503.05
LINEDANCE
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
Ulrike Schindele
5x, ab Di, 13.01.2026, 20:15 Uhr
Gebühr: 50,00 €

2506.01
IRISH DANCE - CEILI
Ina Burghaus
So, 09.11.2025, 10:00 - 12:15 Uhr
Gebühr: 15,90 €

2506.02
IRISH DANCE - CEILI
Ina Burghaus
So, 08.02.2026, 10:00 - 12:15 Uhr
Gebühr: 15,90 €

2507
ORIENTALISCHER TANZ
Für Anfänger*innen
Sigrid Brenner
10x, ab Mi, 24.09.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 65,00 €

2508
ORIENTALISCHER TANZ
Für Fortgeschrittene
Sigrid Brenner
16x, ab Mi, 24.09.2025, 17:15 Uhr
Gebühr: 160,00 €

2509
CHARLESTON, SHIMMIE-SHAKES AND MORE
Tanz die „Wilden Zwanziger“!
Semira B. Karg
So, 26.10.2025, 12:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 35,00 €

2510
SALSA LADY STYLE
Semira B. Karg
6x, ab Do, 08.01.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 63,00 €

2511
VINTAGE BURLESQUE
Semira B. Karg
So, 01.02.2026, 12:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 35,00 €

2512
ALOHA, HAWAII!
Ein Südsee-Tanztag für Frauen
Semira B. Karg
So, 15.02.2026, 12:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 35,00 €

2513.01
KLASSISCHES BALLETT
Sophie Chloridou
5x, ab Di, 07.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 52,50 € / max. 8 TN

2513.02
KLASSISCHES BALLETT
Sophie Chloridou
5x, ab Di, 18.11.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 52,50 € / max. 8 TN

2513.03
KLASSISCHES BALLETT
Sophie Chloridou
5x, ab Di, 13.01.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 52,50 € / max. 8 TN

2515.01
MODERN DANCE
Für Anfänger*innen
Sophie Chloridou
5x, ab Mo, 06.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 43,00 €

2515.02
MODERN DANCE
Für Anfänger*innen
Sophie Chloridou
5x, ab Mo, 17.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 43,00 €

2515.03
MODERN DANCE
Für Anfänger*innen
Sophie Chloridou
5x, ab Mo, 12.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 43,00 €

2515.04
MODERN DANCE
Für Fortgeschrittene
Sophie Chloridou
5x, ab Di, 07.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

2515.05
MODERN DANCE
Für Fortgeschrittene
Sophie Chloridou
5x, ab Di, 18.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

2515.06
MODERN DANCE
Für Fortgeschrittene
Sophie Chloridou
5x, ab Di, 13.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

2517.01W
VIDEOCLIP DANCE
Online-Kurs
Sophie Chloridou
5x, ab Fr, 10.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

2517.02W
VIDEOCLIP DANCE
Online-Kurs
Sophie Chloridou
5x, ab Fr, 21.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

2517.03W
VIDEOCLIP DANCE
Online-Kurs
Sophie Chloridou
5x, ab Fr, 09.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

2518.01 NEU
TANZFIEBER
Marion Baumann
Sa, 08.11.2025, 14:30 - 17:00 Uhr
Gebühr: 16,50 €

2518.02 NEU
TANZFIEBER
Marion Baumann
Sa, 14.02.2026, 14:30 - 17:00 Uhr
Gebühr: 16,50 €

2519.01 NEU
YOGA DANCE
Marion Baumann
Sa, 11.10.2025, 10:00 - 12:30 Uhr
Gebühr: 16,50 €

2519.02 NEU
YOGA DANCE
Marion Baumann
Sa, 22.11.2025, 14:30 - 17:00 Uhr
Gebühr: 16,50 €

2519.03 NEU
YOGA DANCE
Marion Baumann
Sa, 31.01.2026, 14:30 - 17:00 Uhr
Gebühr: 16,50 €

2538.01
ZOUK BRASIL
Grundkurs (Level 1)
Dominik Wolter / Estelle Shah
10x, ab Do, 02.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 126,00 €

2538.02
ZOUK BRASIL
Grundkurs (Level 1) intensiv
Dominik Wolter / Estelle Shah
Sa, 15.11.2025, 13:45 - 17:30 Uhr
So, 16.11.2025, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 81,90 €

2538.03
ZOUK BRASIL
Grundkurs (Level 1) intensiv
Dominik Wolter / Estelle Shah
Sa, 17.01.2026, 13:45 - 17:30 Uhr
So, 18.01.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 81,90 €

2539
ZOUK BRASIL
Aufbaukurs (Level 2) intensiv
Dominik Wolter / Estelle Shah
Sa, 07.02.2026, 13:45 - 17:30 Uhr
So, 08.02.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 81,90 €

2540.01
TANGO ARGENTINO
Christina Liakopoulou
Sa, 22.11. und So, 23.11.2025,
jeweils 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2540.02
TANGO ARGENTINO
Christina Liakopoulou
Sa, 17.01. und So, 18.01.2026,
jeweils 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

2550.01K NEU
TÄNZERISCHE FRÜHERZIEHUNG
Für Kinder von 4 bis 6 Jahren
Josepha Bleibdrey
8x, ab Do, 09.10.2025, 17:00 Uhr
Gebühr: 48,00 €

2550.02K NEU
TÄNZERISCHE FRÜHERZIEHUNG
Für Kinder von 4 bis 6 Jahren
Josepha Bleibdrey
6x, ab Do, 08.01.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 36,00 €

THEATER UND KLEINKUNST

2700 NEU
CLUB: WIE ES EUCH GEFÄLLT
Gemeinsam Theater entdecken,
in Kooperation mit dem Theater
Theater und Orchester Heidelberg
So, 16.11., Fr, 12.12., So, 25.01.,
So, 08.02., So, 01.03., Do, 26.03.,
So, 10.05., Do, 18.06. und
So, 05.07.2026,
jeweils 18:00 - 22:30 Uhr
Gebühr: 60,00 € (kostenlos für
Inhaber*innen des Heidelberg-
Passes)

2701 NEU
SPIELEND ICH SEIN - SPIELEND ANDERS SEIN
Ein Theaterkurs für Erwachsene
zum Ausprobieren und Entfalten
Britta Petersen
Sa, 11.10. und So, 12.10.2025,
jeweils 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 61,10 €

2702.01 NEU
SPIELEND ICH SEIN - SPIELEND ANDERS SEIN
Ein Theaterkurs für Erwachsene
zum Ausprobieren und Entfalten
Britta Petersen
7x, ab Fr, 24.10.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 98,70 €

2702.02 NEU
SPIELEND ICH SEIN - SPIELEND ANDERS SEIN
Ein Theaterkurs für Erwachsene
zum Ausprobieren und Entfalten
Britta Petersen
6x, ab Fr, 09.01.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 84,60 €

2703
DURCHSETZUNGSSTARK MIT HALTUNG, STIMME UND CHARME
Im Rahmen der Ausstellung
Projekt 31
Ingrid Rupp
Mi, 12.11.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 20,00 €

2704.01
GRUNDKURS IMPROVISATIONSTHEATER
Spielfreude und Kreativität
entdecken
Bettina Schulze
8x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 75,20 €

2704.02
GRUNDKURS IMPROVISATIONSTHEATER
Spielfreude und Kreativität
entdecken
Ingrid Groeneveld
10x, ab Mi, 01.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 94,00 €



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

2705 NEU
IMPROVISATIONSTHEATER - EIN AUFTRITT FÜR FREUNDE UND BEKANNTE
Bettina Schulze
5x, ab Do, 08.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 47,00 €

2706
IMPROVISATIONSTHEATER - AUF DER BÜHNE DES LEBENS
Intensivwochenende
Rike Schweizer
Sa, 10.01.2026, 09:30 - 17:00 Uhr
So, 11.01.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 70,50 €

2710
BASIC ACTING IN ENGLISH
Dr. Annemieke Drummen
8x, ab Fr, 10.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 75,20 €

2711
IMPROV IN ENGLISH
Dr. Annemieke Drummen
8x, ab Fr, 10.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 75,20 €

2712K NEU
EIN BILD ERWACHT ZUM LEBEN - THEATERKURS
Für Kinder von 8 bis 10 Jahren,
in den Herbstferien
Marie Eberhardt
5x, ab Mo, 27.10.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 126,00 €

2713K
THEATERKURS IN DEN FASCHINGSFERIEN
Für Kinder und Jugendliche
von 12 bis 14 Jahren
Marie Eberhardt
3x, ab Mi, 18.02.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 75,60 €

NEU

Tänzerische Früherziehung

An sechs Terminen
Ab Donnerstag, 09.10.2025

GESUNDHEIT

Gesundheit beginnt mit dem ersten Schritt – und mit dem Wunsch, selbst aktiv zu werden. In unserem vielfältigen Programm erleben und erlernen Sie, was Körper und Seele stärkt: Bewegung, Entspannung, mentale Balance und kulinarischer Genuss. Ob Sportkurs, Vortrag oder Kochabend – entdecken Sie, wie wohltuend es ist, sich selbst und dem Leben bewusst Zeit zu schenken.



3115
MÄNNER KOCHEN - BIER-ABEND
Do, 09.10.2025, 18:00 Uhr

Ein Abend voller Geschmack und Bierfreude! Lernen Sie durch kulinarischen Kreativität, eines der ältesten Getränke der Welt als Hauptrolle Ihrer Speisenfolge zu machen. In diesem einzigartigen Kochkurs zaubern wir gemeinsam ein köstliches 3-Gänge-Menü, bei dem Bier in jedem Gang als besondere Zutat glänzt.



3234.01 UND 3234.02
5-ANIMAL QIGONG: AMPLIFY YOUR HEALTH AND ELEVATE YOUR JOY
6x, ab Mi, 24.09.2025, 10:00 Uhr
6x, ab Mi, 19.11.2025, 10:00 Uhr

The 5-Animal Qigong System ("Wu Qin Xi") is one of the oldest Chinese exercise systems, linked to 2nd-century physician Hua Tuo. It blends animal movements with Qigong to strengthen body and mind. Studies show Qigong improves flexibility, well-being, and reduces stress. This ancient practice reconnects the body with natural rhythms to foster vitality, joy, and holistic health.

GESUNDHEIT



3302
HIIT-WORKOUT: HOCHINTENSIVES INTERVALLTRAINING
12x, ab Fr, 10.10.2025, 18:30 Uhr

Erreichen Sie Ihre Fitnessziele mit unserem intensiven Intervalltraining. HIIT ist ein fundiertes Konzept für schnelle Resultate – ideal bei wenig Zeit. Sie lernen, wie Sie Belastung und Erholung gezielt einsetzen, um Ausdauer und Kraft zu steigern. Das Ganzkörpertraining kombiniert Cardio, Kraft und funktionelle Übungen – für jedes Fitnesslevel geeignet und anpassbar.



3007
VORTRAG: DIABETES GEZIELT VORBEUGEN UND VERMEIDEN
Do, 13.11.2025, 19:00 Uhr

Ein gesunder Lebensstil kann das Risiko für Typ-2-Diabetes senken. Studien zeigen: Körpergewicht, Bewegung und eine ausgewogene Ernährung wirken vorbeugend. Doch welche Diäten helfen wirklich? Privatdozent Dr. Erhard Siegel, Facharzt für Innere Medizin und Diabetologe, stellt aktuelle Forschungsergebnisse vor und gibt praktische Tipps zur Diabetesprävention.



**GESUNDHEITS-
INFORMATIONEN**
12 Kurse

ESSEN UND TRINKEN
70 Kurse

**ENTSPANNUNG UND
KÖRPERERFAHRUNG**
71 Kurse

FITNESS UND GYMNASTIK
75 Kurse

**KOSMETIK UND
STILBERATUNG**
8 Kurse

KON- TAKT

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

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

GESUNDHEITS- INFORMATIONEN

3001EW NEU *
**DAS GROSSE WEGWERFEN -
ZAHLEN, URSACHEN,
LÖSUNGEN**
Online-Veranstaltung
Prof. Dr. Alexander Danzer
Mo, 29.09.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

3002EW NEU *
**KONSUMKULTUR IM
WANDEL - WIE ESS-
GEWOHNHEITEN UNSERE
ZUKUNFT PRÄGEN**
Online-Veranstaltung
Prof. Dr. Nina Langen
Mo, 13.10.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

3003EW NEU *
**REST(E)LOS GLÜCKLICH -
KREATIV KOCHEN UND
NACHHALTIG GENIESSEN**
Online-Veranstaltung
Foodbloggerin Janka
Mo, 17.11.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

3004EW NEU *
**GUT GEPLANT IST
HALB GEKÖCHT -
VORRAT CLEVER NUTZEN**
Online-Veranstaltung
Anja Jäkle
Mo, 15.12.2025, 18:00 Uhr
Eintritt frei

3005E NEU
**„WAS IST DENN
PLÖTZLICH LOS MIT MIR?“**
Die Wechseljahre verstehen, an-
nehmen - und kraftvoll
durchstarten.
Kirsten Eberhardt
Do, 09.10.2025, 19:00 Uhr
Eintritt: 6,00 € / Bitte Voranmel-
dung bis 08.10.2025

3006E NEU
**ERSCHÖPFUNG,
DEPRESSION ODER DOCH
POST-COVID-SYNDROM -**
In Kooperation mit der kassen-
ärztlichen Vereinigung Baden-
Württemberg
Dipl. Psych. Bettina Grande
Do, 23.10.2025, 18:00 Uhr
Eintritt: 6,00 € / Bitte Voranmel-
dung bis 22.10.2025

3007E NEU *
**DIABETES GEZIELT VOR-
BEUGEN UND VERMEIDEN**
Prof. Dr. med. Erhard Siegel
Do, 13.11.2025, 19:00 Uhr
Eintritt frei / Bitte Voranmeldung
bis 12.11.2025

3008E NEU
HÖRGESUNDHEIT
In Kooperation mit der kassen-
ärztlichen Vereinigung Baden-
Württemberg
Dr. Andreas Horn
Mi, 21.01.2026, 18:00 Uhr
Eintritt: 6,00 € / Bitte Voranmel-
dung bis 20.01.2026

3009E NEU *
**QIGONG AUS
DEM REICH DER MITTE**
Dr. med. Gisela Hildenbrand
Do, 22.01.2026, 19:00 Uhr
Eintritt frei / Bitte Voranmeldung
bis 21.01.2026

3010 NEU
**WORKSHOP: „EINFACH GUT
SCHLAFEN - WEGE AUS DER
SCHLAFLOSIGKEIT“**
Wiebke Fuhge
Sa, 15.11.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 15,00 €

3011.01
**LETZTE HILFE KURS - AM
ENDE WISSEN WIE ES GEHT!**
In Kooperation mit dem Hospiz
Louise
**Britta Fischer /
Elke Oehler-Igglhaut**
Sa, 25.10.2025, 10:00 - 14:00 Uhr
kostenfrei / mit Voranmeldung

3011.02
**LETZTE HILFE KURS - AM
ENDE WISSEN WIE ES GEHT!**
In Kooperation mit dem Hospiz
Louise
**Wolfgang Schulte /
Alexandra Hichert**
Sa, 10.01.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
kostenfrei / mit Voranmeldung

ESSEN UND TRINKEN

3102
**AYURVEDA UND ERNÄH-
RUNG - EINE THEORETISCHE
EINFÜHRUNG**
Grundlagenreihe zum Ayurveda,
Teil 1
Petra Drews
Di, 28.10.2025, 18:15 - 20:30 Uhr
Gebühr: 15,00 €

3103 NEU
**AYURVEDA UND VERDAU-
UNG / ERNÄHRUNG UND
PSYCHE**
Grundlagenreihe zum Ayurveda,
Teil 2
Petra Drews
Di, 04.11.2025, 18:15 - 20:30 Uhr
Gebühr: 15,00 €

3104 NEU
**AYURVEDA -
GESUNDHEITSKUNDE**
Grundlagenreihe zum Ayurveda,
Teil 3
Petra Drews
Di, 11.11.2025, 18:15 - 20:30 Uhr
Gebühr: 15,00 €

3105 NEU
**AYURVEDA - WOHLFÜHL-
GERICHTE FÜR FRAUEN
IM HERBST**
Vegetarisch und glutenfrei
Petra Drews
Di, 30.09.2025, 17:45 - 21:30 Uhr
Gebühr: 39,50 € (inkl. 11,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 26.09.2025

3106
**AYURVEDISCH KOCHEN -
VEGAN**
Vegan und glutenfrei
Petra Drews
Do, 16.10.2025, 17:45 - 21:30 Uhr
Gebühr: 39,50 € (inkl. 11,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 14.10.2025

3107
**AYURVEDISCH KOCHEN -
VEGAN**
Gesund schlemmen
Petra Drews
Do, 06.11.2025, 17:45 - 21:30 Uhr
Gebühr: 39,50 € (inkl. 11,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 04.11.2025

3108.01
**JUNGE POWERKÜCHE -
BOWLS**
Leistungsfähig im Lernstress
Morna Lesch
Sa, 29.11.2025, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 27.11.2025

3108.02
**JUNGE POWERKÜCHE -
BOWLS**
Leistungsfähig im Lernstress
Morna Lesch
Sa, 14.02.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 12.02.2026

3109 NEU
**DIABETES VERSTEHEN -
GESUND GENIESSEN!**
Theorie und Praxis zum Welt-
diabetestag
Jana Steindl
Fr, 14.11.2025, 17:00 - 20:00 Uhr
kostenfrei
Anmeldeschluss: 11.11.2025

3111
KOCHCLUB INTERNATIONAL
Eine Reise durch die asiatische
Küche
**Qingmiao Shi / Changhee Bestva-
ter / Manpreet Kaur / Thu My Le**
4x, freitags, 10.10., 07.11., 05.12.,
09.01.2026
jeweils 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 139,20 € (inkl. 48,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 08.10.2025

3112
KOCHCLUB INTERNATIONAL
Eine Reise durch die Mittelmeer-
länder
**Noemí Castro Alonso / Antonina
Bertolo / Celine Herrera Navarro /
Otto Makris**
Fr, 17.10., Sa, 15.11., Fr, 16.01.,
Fr, 13.02.2026
freitags 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 139,20 € (inkl. 48,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 15.10.2025

3113 NEU
**KOCHCLUB „POWER &
ACHTSAMKEIT“**
Melanie Alexandra Brühl
4x, mittwochs, 01.10., 05.11.,
03.12., 07.01.2026
jeweils 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 131,20 € (inkl. 40,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 29.09.2025

3114 NEU
**KOCHCLUB FÜR
SINGLE-HAUSHALTE**
Alexandra Scheid
4x, montags, 06.10., 03.11.,
01.12., 12.01.2026
jeweils 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 131,20 € (inkl. 40,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 02.10.2025

3115 NEU
**MÄNNER KOCHEN -
BIER-ABEND**
Matthias Dengel
Do, 09.10.2025, 18:00 - 21:45 Uhr
Gebühr: 45,50 € (inkl. 17,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 07.10.2025

3116 NEU
DIY AUS DER KÜCHE
Kreatives Selbermachen
leichtgemacht!
Alexandra Scheid
Di, 02.12.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 28.11.2025

3117 NEU
**WEIHNACHTSPLÄTZCHEN
DER BESONDEREN ART**
Alexandra Scheid
Mi, 10.12.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 08.12.2025

3118
**CHAMPAGNER - PERLEN
DER KÖNIGE UND EROBERER**
Im Rahmen der Französischen
Woche Heidelberg 2025
Kevin Czok
Fr, 10.10.2025, 18:30 - 21:30 Uhr
Gebühr: 67,80 € (inkl. 45,00 € für
den Champagner)
Anmeldeschluss: 08.10.2025

BREAKFAST BOOST FRÜHSTÜCKEN MIT DEM ERNÄHRUNGS- COACH

3128.01
Uta Riegger
So, 16.11.2025, 8 - 11 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 6,00 €
Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 13.11.2025

3119 NEU
SUPER-TUSCAN
Der Quasi-Bordeaux Italiens
Kevin Czok
Fr, 28.11.2025, 19:00 - 21:15 Uhr
Gebühr: 57,10 € (inkl. 40,00 € für den Wein)
Anmeldeschluss: 26.11.2025

3120 NEU
NEUE WELT SPEZIAL
Alles außer Europa!!!
Kevin Czok
Fr, 16.01.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
Gebühr: 52,10 € (inkl. 35,00 € für den Wein)
Anmeldeschluss: 14.01.2026

3121 NEU
VINO NOBILE DI MONTEPULCIANO
Großer Rotwein – oft im Schatten von Chianti und Brunello
Michael Sackmann
Fr, 23.01.2026, 18:30 - 21:30 Uhr
Gebühr: 57,80 € (inkl. 35,00 € für den Wein)
Anmeldeschluss: 21.01.2026

3122
WHISKY & SCHOKOLADE
Thomas B. Ide
Do, 29.01.2026, 18:30 - 21:30 Uhr
Gebühr: 52,80 € (inkl. 30,00 € für Whisky und Schokolade)
Anmeldeschluss: 27.01.2026

HINWEIS

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

3124 NEU *
GRENZEN UNSERER PLANETEN - WAS HAT DAS MIT MIR ZU TUN?
Diana Adamovic-Egle
Mo, 13.10.2025, 18:00 - 20:15 Uhr
Gebühr: 23,10 € (inkl. 6,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 09.10.2025

3125 NEU *
EVOLUTION UNSERER ERNÄHRUNG - WAS BEDEUTET DAS FÜR UNS?
Diana Adamovic-Egle
Mi, 12.11.2025, 18:00 - 20:15 Uhr
Gebühr: 23,10 € (inkl. 6,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 10.11.2025

3126.01 NEU *
TOXISCHE EINFLÜSSE IN DER NAHRUNGSKETTE AUFSPÜREN - WAS KANN MAN ÜBERHAUPT NOCH ESSEN?
Abend-Workshop
Diana Adamovic-Egle
Mo, 08.12.2025, 18:00 - 20:15 Uhr
Gebühr: 23,10 € (inkl. 6,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 04.12.2025

3126.02 NEU *
TOXISCHE EINFLÜSSE IN DER NAHRUNGSKETTE AUFSPÜREN - WAS KANN MAN ÜBERHAUPT NOCH ESSEN?
Special – Babys Willkommen!
Diana Adamovic-Egle
Di, 20.01.2026, 10:00 - 12:15 Uhr
Gebühr: 23,10 € (inkl. 6,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 16.01.2026

3127 NEU *
ZUKUNFTSFÄHIGE ERNÄHRUNG - IST VEGAN WIRKLICH DIE ZUKUNFT?
Diana Adamovic-Egle
Mi, 28.01.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Gebühr: 23,10 € (inkl. 6,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 26.01.2026

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.

3131K NEU *
WEIHNACHTSPLÄTZCHEN
Für ein Elternteil und ein Kind ab 7 Jahren
Alexandra Scheid
Fr, 19.12.2025, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 61,60 € (inkl. 16,00 € Lebensmittelkosten). Der Preis gilt für einen Erwachsenen und ein Kind, bitte paarweise anmelden.
Anmeldeschluss: 17.12.2025

3132K NEU *
SÜSSE LECKEREIEN OHNE ZUCKER
Für ein Elternteil und ein Kind ab 7 Jahren
Alexandra Scheid
Fr, 23.01.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 61,60 € (inkl. 16,00 € Lebensmittelkosten). Der Preis gilt für einen Erwachsenen und ein Kind, bitte paarweise anmelden.
Anmeldeschluss: 21.01.2026

3134K *
REISBÄLLCHEN MIT GEMÜSE
In den Faschingsferien für Kinder von 10 bis 14 Jahren
Ruiyan Tan
Mo, 16.02.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 27,80 € (inkl. 5,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 12.02.2026

EIN WEIHNACHTSPLÄTZCHEN IST KEIN LASTER - SONDERN EIN LÄCHELN IN TEIGFORM.

Unbekannter Autor

3135K *
VEGETARISCHE FRÜHLINGSROLLEN
In den Faschingsferien für Kinder von 10 bis 14 Jahren
Ruiyan Tan
Mi, 18.02.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 27,80 € (inkl. 5,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 16.02.2026

3136K *
GEBRATENE CHINESISCHE KNÖDEL
In den Faschingsferien für Kinder von 10 bis 14 Jahren
Ruiyan Tan
Do, 19.02.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 27,80 € (inkl. 5,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 17.02.2026

3137K *
GEBRATENE NUDELN - VEGETARISCH
In den Faschingsferien für Kinder von 10 bis 14 Jahren
Ruiyan Tan
Fr, 20.02.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 27,80 € (inkl. 5,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 18.02.2026

3138K *
SUSHI-ELTERN-KIND
Für ein Elternteil und ein Kind ab 8 Jahren
Mika Nakatani
So, 26.10.2025, 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

3141
TARTES SUCRÉES & SALÉES
Bäckspezialitäten aus Frankreich im Rahmen der Französischen Woche Heidelberg 2025
Celine Herrera Navarro
So, 19.10.2025, 11:30 - 15:15 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 16.10.2025

3142
HERBSTLICHE GERICHTE AUS SIZILIEN
Antonina Bertolo
Mi, 08.10.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 06.10.2025

3143
ITALIENISCH/SIZILIANISCHE WEIHNACHTSGERICHT
Antonina Bertolo
Mi, 17.12.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 15.12.2025

3144
WINTERGERICHTE AUS SIZILIEN
Antonina Bertolo
Mi, 21.01.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 19.01.2026

3147.01 *
TAPAS - TYPISCH SPANISCH!
Noemí Castro Alonso
So, 09.11.2025, 11:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 06.11.2025

3147.02 *
TAPAS - TYPISCH SPANISCH!
Noemí Castro Alonso
Sa, 10.01.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 08.01.2026

3148
TRADITIONELLE UNGARISCHE KÜCHE
Krisztina Tompa
Sa, 11.10.2025, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 09.10.2025

3149
TRADITIONELLE UNGARISCHE KÜCHE
Winter Special
Krisztina Tompa
Sa, 17.01.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 15.01.2026

3150
GRIECHISCHE WINTERGERICHTE
Otto Makris
So, 18.01.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 15.01.2026

3151
PASTETEN UND TEIGTASCHEN AUS GRIECHENLAND
Otto Makris
So, 08.02.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 05.02.2026

3161
INDISCHE TRADITIONSKÜCHE
Vegetarisch - vegan
Manpreet Kaur
Di, 16.09.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 12.09.2025

3162
INDISCHE KÜCHE: CURRYS, SABZI-FLADEN & CO.
Vegetarisch - vegan
Manpreet Kaur
Di, 14.10.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 10.10.2025

3163
INDISCHE KÜCHE: CURRYS, NAAN & CO.
Vegetarisch - vegan
Manpreet Kaur
Di, 11.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 07.11.2025

3164
INDISCHE PANEER-CURRYS UND MEHR
Vegetarische Küche
Manpreet Kaur
Di, 09.12.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 05.12.2025

3165
SÜDINDISCHE KLASSIKER
Vegetarisch - vegan
Manpreet Kaur
Di, 13.01.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 09.01.2026

3166
CURRIES AUS INDIEN
Manpreet Kaur
Di, 10.02.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 06.02.2026

3167.01
KIMCHI - KOREANISCHE KÜCHE
Traditionelles koreanisches fermentiertes Gemüse
Changhee Bestvater
Fr, 24.10.2025, 17:45 - 21:30 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss 22.10.2025

3167.02
KIMCHI - KOREANISCHE KÜCHE
Traditionelles koreanisches fermentiertes Gemüse
Changhee Bestvater
Fr, 30.01.2026, 17:45 - 21:30 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 28.01.2026

3168.01
BIBIMBAP - KOREANISCHE KÜCHE
Traditionelles koreanisches Mischgericht
Changhee Bestvater
Fr, 26.09.2025, 17:45 - 21:30 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 24.09.2025

3168.02
BIBIMBAP - KOREANISCHE KÜCHE
Traditionelles koreanisches Mischgericht
Changhee Bestvater
Fr, 12.12.2025, 17:45 - 21:30 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 10.12.2025

3169
JAPCHAE - KOREANISCHE KÜCHE
Traditionelles koreanisches Nudelgericht
Changhee Bestvater
Fr, 28.11.2025, 17:45 - 21:30 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 26.11.2025

3171 NEU
CHINESISCHE SPEZIALITÄTEN ZUM HERBST
Qingmiao Shi
Mo, 20.10.2025, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 16.10.2025

3172
CHINESISCHES FESTMENÜ ZUM FRÜHLINGSFEST
Qingmiao Shi
Mo, 02.02.2026, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 29.01.2026

3173
TRADITIONELLE VIETNAMESISCHE VEGANE GERICHTE
Aus der Tempelküche
Thu My Le
Di, 18.11.2025, 18:00 - 21:45 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss 14.11.2025

Gewusst?

BIBIMBAP BEDEUTET „GEMISCHTER REIS“, KIMCHI „FERMENTIERTES GEMÜSE“ - BEIDE SIND TRADITIONELLE KOREANISCHE GERICHTE.

3174
DUMPLINGS, GYOZA & CO.
Traditionell chinesische Küche
Thu My Le
Di, 07.10.2025, 18:00 - 21:45 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss 02.10.2025

3175
STREETFOOD IN SAIGON
Thu My Le
Di, 21.10.2025, 18:00 - 21:45 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss 17.10.2025

3176
STREETFOOD IN HANOI
Thu My Le
Di, 04.11.2025, 18:00 - 21:45 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss 31.10.2025

3180
EINFÜHRUNG IN DIE JAPANISCHE TEEZEREMONIE
Die schöne Kunst Matcha zu trinken
Mayumi Inayama-Thenent
So, 09.11.2025, 13:00 - 15:00 Uhr
Gebühr: 25,20 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 06.11.2025

3181
BENTO
Mittagessen für unterwegs
Mika Nakatani
So, 01.02.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 29.01.2026

3182.01
SUSHI
Mika Nakatani
So, 28.09.2025, 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 25.09.2025

3182.02
SUSHI
Mika Nakatani
So, 25.01.2026, 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 15.01.2026

3183
SUSHI-VARIATIONEN
Mika Nakatani
So, 30.11.2025, 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 38,50 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 27.11.2025

3191
KREOLISCHE KÜCHE AUS PERU
Pamela Gisel Banon Mayorca
Sa, 25.10.2025, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 23.10.2025

3192
KULINARISCHE REISE DURCH PERU
Pamela Gisel Banon Mayorca
Sa, 08.11.2025, 11:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 32,80 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 06.11.2025

ENTSPANNUNG UND KÖRPERERFAHRUNG

3201
AUTOGENES TRAINING - GRUNDKURS
Thorsten Ehrenberger
8x, ab Mi, 03.12.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 97,60 €

3202
PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG
Nach Jacobson
Thorsten Ehrenberger
8x, ab Mi, 03.12.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 97,60 €

3203
GELASSEN UND SICHER IM STRESS *

3204.01
HATHA-YOGA
Dora Gärtig
12x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 120,00 €

3204.02
HATHA-YOGA
Mit Yoga in den Tag
Dr. Corina Aguilar-Raab
12x, ab Di, 23.09.2025, 07:45 Uhr
Gebühr: 80,00 €

3204.03
HATHA-YOGA
Dora Gärtig
12x, ab Di, 23.09.2025, 16:30 Uhr
Gebühr: 120,00 €

3204.04
HATHA-YOGA
Dora Gärtig
12x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 120,00 €

3204.05
HATHA-YOGA
Angelika Dahlke
12x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 120,00 €

3204.06
HATHA-YOGA W
Annette Friedl
12x, ab Di, 23.09.2025, 19:30 Uhr
Gebühr: 120,00 €

3204.07
HATHA-YOGA
Sandra Rausch
12x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 120,00 €

3204.08 **EP**
HATHA-YOGA
Anna Theresa Schmid
15x, ab Mi, 24.09.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 150,00 €

3204.09 **Z**
HATHA-YOGA
Maike Neidig
8x, ab Do, 25.09.2025, 18:45 Uhr
Gebühr: 80,00 €

3204.10
HATHA-YOGA
Angelika Dahlke
12x, ab Do, 25.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 120,00 €

3204.11
HATHA-YOGA
Agnes Ricou
6x, ab Fr, 10.10.2025, 16:15 Uhr
Gebühr: 60,00 €

3204.12 **EP**
HATHA-YOGA
Britta Bräumer-Hauth
8x, ab Di, 02.12.2025, 19:45 Uhr
Gebühr: 80,00 €

3204.13
HATHA-YOGA
Agnes Ricou
6x, ab Fr, 19.12.2025, 16:15 Uhr
Gebühr: 60,00 €

3204.14
HATHA-YOGA
Angelika Dahlke
4x, ab Do, 08.01.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3204.15
HATHA-YOGA
Angelika Dahlke
4x, ab Di, 13.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3204.16 **Z**
HATHA-YOGA
Maike Neidig
8x, ab Do, 04.12.2025, 18:45 Uhr
Gebühr: 80,00 €

3205 **EP**
**HATHA-YOGA -
FORTGESCHRITTENENKURS**
Britta Bräumer-Hauth
8x, ab Di, 23.09.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 80,00 €

3207.01
YOGA AM MITTAG
Britta Bräumer-Hauth
12x, ab Mo, 22.09.2025, 12:15 Uhr
Gebühr: 100,00 €

3207.02
YOGA AM MITTAG
Britta Bräumer-Hauth
5x, ab Mo, 12.01.2026, 12:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

3209
YIN YOGA
Gut für die Faszien
Lisa Schäfer
12x, ab Mo, 06.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 120,00 €

3210.01
VINYASA YOGA
Mei Zhou
16x, ab Do, 25.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 160,00 €

3210.02
VINYASA YOGA
Laura Skuballa
13x, ab Mo, 06.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 130,00 €

3211
VINYASA YOGA
Slow Flow Vinyasa
Mei Zhou
16x, ab Di, 23.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 160,00 €

3213 **EP**
HATHA FLOW YOGA
Sarah Link
12x, ab Mo, 22.09.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 120,00 €

3214.01
POWER VINYASA YOGA
Mei Zhou
16x, ab Mi, 24.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 160,00 €

3214.02
POWER VINYASA YOGA
Mei Zhou
16x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 160,00 €

3216.01
YOGA FÜR MÄNNER
Petra Böttger
8x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 80,00 €

3216.02
YOGA FÜR MÄNNER
Petra Böttger
8x, ab Di, 25.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 80,00 €

3217.01
**YOGA FÜR DEN RÜCKEN -
GRUNDKURS**
Mei Zhou
16x, ab Mo, 22.09.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 160,00 €

3217.02 **W**
**YOGA FÜR DEN
RÜCKEN - GRUNDKURS**
Annette Friedl
12x, ab Di, 23.09.2025, 18:00 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.

3217.03 **Z**
**YOGA FÜR DEN
RÜCKEN - GRUNDKURS**
Maike Neidig
8x, ab Do, 25.09.2025, 17:30 Uhr
Gebühr: 53,50 €

3217.04 **Z**
**YOGA FÜR DEN RÜCKEN -
GRUNDKURS**
Maike Neidig
8x, ab Do, 04.12.2025, 17:30 Uhr
Gebühr: 53,50 €

3218
**ENTSPANNT INS WOCHEN-
ENDE MIT KUNDALINI YOGA**
Andrea Edel
Sa, 22.11.2025, 10:00 - 11:30 Uhr
So, 23.11.2025, 10:00 - 11:30 Uhr
Gebühr: 20,00 €

3219 **NEU**
**KUNDALINI-YOGA
FÜR SENIORINNEN**
Für Einsteiger*innen geeignet und ohne Altersbegrenzung
Andrea Edel
Sa, 07.02.2026, 10:00 - 11:30 Uhr
So, 08.02.2026, 10:00 - 11:30 Uhr
Gebühr: 20,00 €

3220
YOGA UND KLANG
Lisa Schäfer
So, 16.11.2025, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 15,00 €

3221
**LU JONG -
TIBETISCHES HEILYOGA**
Claudia Heibrock
7x, ab Do, 06.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 70,00 €

3223 **NEU**
LACHYOGA
Mit der Kraft des Lachens in die dunkle Jahreszeit
Claudia Arnold
10x, ab Mi, 24.09.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 100,00 €



**WIR BIETEN
12 UNTERSCHIED-
LICHE YOGA-
FORMEN AN.**

3228.01
**DIE 15 AUSDRUCKSFORMEN
DES TAIJI-QIGONG NACH
PROF. JIAO GUORUI**
Prävention in Alltag und Beruf mit ausgewählten Übungen
Annette Röhrig
10x, ab Mo, 29.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 100,00 €

3228.02
**DIE 15 AUSDRUCKSFORMEN
DES TAIJI-QIGONG NACH
PROF. JIAO GUORUI**
Prävention in Alltag und Beruf mit ausgewählten Übungen
Annette Röhrig
5x, ab Mo, 12.01.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 50,00 €

3231.01
**EINFÜHRUNG IN QIGONG
YANGSHENG NACH PROF.
JIAO GUORUI**
Sybille Sarnow
10x, ab Do, 25.09.2025, 16:30 Uhr
Gebühr: 100,00 €

3231.02
**EINFÜHRUNG IN QIGONG
YANGSHENG NACH PROF.
JIAO GUORUI**
Beate Lehmann
12x, ab Mi, 01.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 120,00 €

3232W
**FRISCH IN DEN TAG
MIT QIGONG**
Online-Kurs
Nadja Mazko
10x, ab Mi, 24.09.2025, 07:30 Uhr
Gebühr: 34,00 €

3233
IDOGO®QI GONG
Ein leicht zu erlernendes Übungssystem
Juanita Arenz-Kohl
Sa, 17.01.2026, 11:00 - 13:15 Uhr
So, 18.01.2026, 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, 24.09.2025, 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, 19.11.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 60,00 €

3235
QIGONG-RÜCKENSCHULE
Tu deinem Rücken etwas Gutes!
Ingrid Groeneveld
8x, ab Mi, 01.10.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 66,70 €

3236.01
TAI CHI CHUAN
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
Ralf Kiefer
11x, ab Do, 25.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 110,00 €

3236.02
TAI CHI CHUAN
Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
Ralf Kiefer
5x, ab Do, 15.01.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 50,00 €

3237.01
**TAI CHI CHUAN
AM VORMITTAG**
Ralf Kiefer
11x, ab Di, 23.09.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 110,00 €

3237.02
**TAI CHI CHUAN
AM VORMITTAG**
Ralf Kiefer
5x, ab Di, 13.01.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 50,00 €

3238.01
FELDENKRAIS AM MORGEN
Beweglich bleiben –
beweglicher werden
Rolf Laumann-Blumer
9x, ab Di, 14.10.2025, 09:30 Uhr
Gebühr: 90,00 €

3238.02
FELDENKRAIS
Beweglich bleiben –
beweglicher werden
Rolf Laumann-Blumer
9x, ab Mi, 15.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 90,00 €

3239.01Y
FELDENKRAIS INTENSIV
Zu Atem kommen / Hybridkurs
Corinna Völpel
4x, ab Do, 27.11.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 34,00 €

3239.02Y
FELDENKRAIS INTENSIV
Bewegter Rücken / Hybridkurs
Corinna Völpel
6x, ab Do, 08.01.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 60,00 €

3240.01
MOVE & FLOW
Abendkurs
Emanuela Previtera /
Kirsten Barabas
8x, ab Mi, 08.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 123,20 €

3240.02
**MOVE & FLOW - ERLEBE
MEHR LEBENDIGKEIT UND
ENTSPANNUNG MIT ACHT-
SAMER BIOENERGETIK**
Workshop
Emanuela Previtera /
Kirsten Barabas
So, 16.11.2025, 10:00 - 14:15 Uhr
Gebühr: 43,70 €

3241
MEDITATION VERTIEFEN
Für Anfänger*innen und
Fortgeschrittene
Michael Heger
Sa, 11.10.2025, 14:00 - 17:15 Uhr
Gebühr: 20,00 €

3242
**ACEM MEDITATION -
SKANDINAVISCHES GELAS-
SENHEIT FÜR DEN ALLTAG**
Eine Meditationsmethode
entwickelt von Ärzt*innen aus
Norwegen
Karin Eizenhöfer
Sa, 29.11.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3243
**ACHTSAM LEBEN - DIE EIGE-
NEN RESSOURCEN STÄRKEN**
Dr. Sabine Arend
4x, ab Di, 07.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €



DIE BALANCE FINDEN, GESUND BLEIBEN.

An vier Terminen
Ab Montag, 19.01.2026

3244
**ACHTSAM SEIN - BEI SICH
SELBST ANKOMMEN**
Beate Schwerdtfeger
2x, ab Do, 16.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 20,00 €

3245
**DIE BALANCE FINDEN,
GESUND BLEIBEN.**
Selbstfürsorge im Alltag
Dr. Sabine Arend
4x, ab Mo, 19.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 40,00 €

3246
**TANZ, ACHTSAMKEIT
UND WEIBLICHKEIT**
Natalie Ganske
5x, ab Mi, 05.11.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 42,00 €

3247.01
HEILSAMER SINGEN
Barbara Schröter
7x, ab Mo, 20.10.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 70,00 €

3247.02
HEILSAMER SINGEN
Barbara Schröter
5x, ab Mo, 12.01.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 50,00 €

3248.01
**HAUTNAH -
MASSAGE FÜR ZWEI**
Ein Wochenende für
zwei Personen
Dr. Katja Lauer
Sa, 08.11.2025, 09:30 - 17:30 Uhr
So, 09.11.2025, 09:30 - 12:45 Uhr
Gebühr: 65,00 € / Der Preis gilt
nur für eine Person, bitte paar-
weise anmelden.

3248.02
**HAUTNAH -
MASSAGE FÜR ZWEI**
Ein Tag für zwei Personen
Dr. Katja Lauer
Sa, 17.01.2026, 09:30 - 17:30 Uhr
Gebühr: 42,00 € / Der Preis gilt
nur für eine Person, bitte paar-
weise anmelden.

3248.03
**HAUTNAH -
MASSAGE FÜR ZWEI**
Ein Wochenende für
zwei Personen
Dr. Katja Lauer
Sa, 07.02.2026, 09:30 - 17:30 Uhr
So, 08.02.2026, 09:30 - 12:45 Uhr
Gebühr: 65,00 € / Der Preis gilt
nur für eine Person, bitte paar-
weise anmelden.

3249.01
**KRAFTVOLLE
RÜCKENMASSAGE**
Für zwei Personen
Dr. Katja Lauer
Fr, 07.11.2025, 18:15 - 21:30 Uhr
Gebühr: 20,00 € / Der Preis gilt
nur für eine Person, bitte paar-
weise anmelden.

3249.02
**KRAFTVOLLE
RÜCKENMASSAGE**
Für zwei Personen
Dr. Katja Lauer
Fr, 16.01.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
Gebühr: 20,00 € / Der Preis gilt
nur für eine Person, bitte paar-
weise anmelden.

FITNESS UND GYMNASTIK

3301
**AFROBEATS CARDIO
RHYTHM**
Dein energiegeladenes
Bewegungs-Workout!
Oluseyi Olusore
12x, ab Fr, 10.10.2025, 17:15 Uhr
Gebühr: 78,20 €

3302
HIIT-WORKOUT
Hochintensives Intervalltraining
Oluseyi Olusore
12x, ab Fr, 10.10.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 78,20 €

3303
FITNESS - NUR FÜR MÄNNER
Silvia Metzging
15x, ab Do, 25.09.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 125,00 €

3304 NEU
**FIT-MACHER-KURS FÜR
BEST-AGER - UND DARÜBER
HINAUS**
Oluseyi Olusore
12x, ab Di, 07.10.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 78,20 €

3305
BODY-WORKOUT
Silvia Metzging
15x, ab Do, 25.09.2025, 17:15 Uhr
Gebühr: 97,70 €

3306.01
BODYFORMING
Intensiv
Felora Beuttler
8x, ab Mo, 22.09.2025, 11:45 Uhr
Gebühr: 65,10 €

3306.02
BODYFORMING
Marion Schlechter
12x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 78,20 €

3306.03
BODYFORMING
Corinna Piepkorn
8x, ab Do, 25.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3306.04
BODYFORMING
Abier El-Saeidi / Silvia Metzging
8x, ab Mo, 22.09.2025, 17:30 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3306.05
BODYFORMING
Abier El-Saeidi / Silvia Metzging
8x, ab Mo, 22.09.2025, 18:45 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3306.06
BODYFORMING
Corinna Piepkorn
8x, ab Do, 27.11.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3306.07
BODYFORMING
Intensiv
Felora Beuttler
8x, ab Mo, 01.12.2025, 11:45 Uhr
Gebühr: 65,10 €

3306.08
BODYFORMING
Abier El-Saeidi / Silvia Metzging
8x, ab Mo, 24.11.2025, 17:30 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3306.09
BODYFORMING
Abier El-Saeidi / Silvia Metzging
8x, ab Mo, 24.11.2025, 18:45 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3307.01
BODYTRAINING
Felora Beuttler
8x, ab Mo, 22.09.2025, 10:30 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3307.02
BODYTRAINING
Felora Beuttler
8x, ab Mo, 01.12.2025, 10:30 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3308.01
AEROBIC LATIN MOVES 40 +
Sophie Chloridou
8x, ab Mi, 08.10.2025, 10:30 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3308.02
AEROBIC LATIN MOVES 40 +
Sophie Chloridou
8x, ab Mi, 10.12.2025, 10:30 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3309.01
ZUMBA® FITNESS
Lachen, schwitzen, fit und glücklich!
Dr. Lilian Villarin Pildain
12x, ab Mi, 24.09.2025, 17:00 Uhr
Gebühr: 78,20 €

3309.02
ZUMBA® FITNESS
Lachen, schwitzen, fit und glücklich!
Dr. Lilian Villarin Pildain
12x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 78,20 €

3309.03 **W**
ZUMBA® FITNESS
Stefan Bernhard
9x, ab Fr, 10.10.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 58,60 €

3309.04
ZUMBA® FITNESS
Lachen, schwitzen, fit und glücklich!
Dr. Lilian Villarin Pildain
8x, ab Mi, 07.01.2026, 17:00 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3309.05
ZUMBA® FITNESS
Lachen, schwitzen, fit und glücklich!
Dr. Lilian Villarin Pildain
8x, ab Mi, 07.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3309.06
ZUMBA® FITNESS
Stefan Bernhard
6x, ab Fr, 09.01.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 39,10 €

3309.07W
ZUMBA® FITNESS
Online-Kurs
Sophie Chloridou
8x, ab Do, 09.10.2025, 20:30 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3309.08W
ZUMBA® FITNESS
Online-Kurs
Sophie Chloridou
8x, ab Do, 11.12.2025, 20:30 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3310.01 **W**
ZUMBA® GOLD
Stefan Bernhard
9x, ab Fr, 10.10.2025, 17:45 Uhr
Gebühr: 58,60 €

3310.02
ZUMBA® GOLD
Stefan Bernhard
6x, ab Fr, 09.01.2026, 17:45 Uhr
Gebühr: 39,10 €

3311.01
FIT OHNE GERÄTE - TRAINING MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT
Für Beginner
Felix Lichtenthaler
8x, ab Do, 25.09.2025, 19:30 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3311.02
FIT OHNE GERÄTE - TRAINING MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT
Für Beginner
Felix Lichtenthaler
8x, ab Do, 27.11.2025, 19:30 Uhr
Gebühr: 52,10 €



**DEIN KÖRPER IST DAS
EFFEKTIVSTE TRAININGS-
GERÄT - UND DU TRÄGST
IHN IMMER BEI DIR.**

Mark Lauren

3312.01
FIT OHNE GERÄTE - TRAINING MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT
Für Fortgeschrittene
Felix Lichtenthaler
8x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3312.02
FIT OHNE GERÄTE - TRAINING MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT
Für Fortgeschrittene
Felix Lichtenthaler
8x, ab Do, 27.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3314.01
FITNESS- & PILATES-MIX
Grundkurs
Tanja Schuhmacher
8x, ab Di, 23.09.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3314.02
FITNESS- & PILATES-MIX
Grundkurs
Tanja Schuhmacher
8x, ab Di, 02.12.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3315.01
FITNESS- & PILATES-MIX
Aufbaukurs
Tanja Schuhmacher
8x, ab Di, 23.09.2025, 19:15 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3315.02
FITNESS- & PILATES-MIX
Aufbaukurs
Tanja Schuhmacher
8x, ab Di, 02.12.2025, 19:15 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3316.01
PILATES-GRUNDKURS
Barbara Seibert
8x, ab Di, 23.09.2025, 16:45 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3316.02
PILATES-GRUNDKURS
Dr. Barbara Burwinkel
11x, ab Do, 25.09.2025, 17:15 Uhr
Gebühr: 71,70 €

3316.03 **W**
PILATES-GRUNDKURS
Kristin Kothen
6x, ab Do, 25.09.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 39,10 €

3316.05
PILATES-GRUNDKURS
Kristin Kothen / Felora Beuttler
11x, ab Mo, 22.09.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 71,70 €

3316.07
PILATES-GRUNDKURS
Barbara Seibert
8x, ab Di, 25.11.2025, 16:45 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3316.08 **W**
PILATES-GRUNDKURS
Kristin Kothen
3x, ab Do, 04.12.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 19,60 €

3316.10
PILATES-GRUNDKURS
Kristin Kothen
7x, ab Mo, 08.12.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 45,60 €

3316.12
PILATES-GRUNDKURS
Dr. Barbara Burwinkel
4x, ab Do, 08.01.2026, 17:15 Uhr
Gebühr: 26,10 €

3317.01
PILATES-AUFBAUKURS
Barbara Seibert
8x, ab Di, 23.09.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 52,10 €

HINWEIS

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

3317.02
PILATES-AUFBAUKURS
Dr. Barbara Burwinkel
11x, ab Do, 25.09.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 71,70 €

3317.03 **W**
PILATES-AUFBAUKURS
Kristin Kothen
6x, ab Do, 25.09.2025, 19:15 Uhr
Gebühr: 39,10 €

3317.04
PILATES-AUFBAUKURS
Kristin Kothen / Felora Beuttler
11x, ab Mo, 22.09.2025, 19:15 Uhr
Gebühr: 71,70 €

3317.05
PILATES-AUFBAUKURS
Barbara Seibert
8x, ab Di, 25.11.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3317.06 **W**
PILATES-AUFBAUKURS
Kristin Kothen
3x, ab Do, 04.12.2025, 19:15 Uhr
Gebühr: 19,60 €

3317.07
PILATES-AUFBAUKURS
Kristin Kothen
7x, ab Mo, 08.12.2025, 19:15 Uhr
Gebühr: 45,60 €

3317.08
PILATES-AUFBAUKURS
Dr. Barbara Burwinkel
4x, ab Do, 08.01.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 26,10 €

3318.01
PILATES AM MORGEN
Grundkurs
Regine Kalkoffen
11x, ab Do, 25.09.2025, 10:45 Uhr
Gebühr: 71,70 €

3318.02
PILATES AM MORGEN
Grundkurs
Regine Kalkoffen
4x, ab Do, 08.01.2026, 10:45 Uhr
Gebühr: 26,10 €

3319.01
PILATES AM MORGEN
Aufbaukurs
Felora Beuttler
8x, ab Mo, 22.09.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 65,10 €

3319.02
PILATES AM MORGEN
Aufbaukurs
Regine Kalkoffen
11x, ab Do, 25.09.2025, 09:30 Uhr
Gebühr: 71,70 €

3319.03
PILATES AM MORGEN
Aufbaukurs
Felora Beuttler
8x, ab Mo, 01.12.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 65,10 €

3319.04
PILATES AM MORGEN
Aufbaukurs
Regine Kalkoffen
4x, ab Do, 08.01.2026, 09:30 Uhr
Gebühr: 26,10 €

3321.01
BALLETGYMNASTIK-GRUNDKURS
Sophie Chloridou
8x, ab Mo, 06.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3321.02W
BALLETGYMNASTIK-GRUNDKURS
Online-Kurs
Sophie Chloridou
8x, ab Fr, 10.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3321.03
BALLETGYMNASTIK-GRUNDKURS
Sophie Chloridou
7x, ab Mo, 08.12.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 45,60 €

3321.04W
BALLETGYMNASTIK-GRUNDKURS
Online-Kurs
Sophie Chloridou
8x, ab Fr, 12.12.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 52,10 €

3322.01
NIA
Manuela Harbarth
15x, ab Mo, 22.09.2025, 16:45 Uhr
Gebühr: 97,70 €

3322.02
NIA
Manuela Harbarth
15x, ab Mo, 22.09.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 97,70 €

3323
FIT FÜR DEN ALLTAG - GANZKÖRPERKRÄFTIGUNG
Body in Balance
Renate Geisler
12x, ab Fr, 10.10.2025, 15:45 Uhr
Gebühr: 90,00 €

3324.01
RÜCKENFIT - RÜCKENKRÄFTIGUNG
Wirbelsäulengymnastik
Dr. Angela Hack
8x, ab Do, 11.09.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 55,70 €

3324.02
RÜCKENFIT - RÜCKENKRÄFTIGUNG
Wirbelsäulengymnastik
Dr. Angela Hack
8x, ab Do, 11.09.2025, 11:15 Uhr
Gebühr: 55,70 €

3324.03
RÜCKENFIT - RÜCKENKRÄFTIGUNG
Wirbelsäulengymnastik
Claudia Hinze
8x, ab Mo, 22.09.2025, 19:15 Uhr
Gebühr: 60,00 €

3324.04 **W**
RÜCKENFIT - RÜCKENKRÄFTIGUNG
Wirbelsäulengymnastik
Marion Schlechter
12x, ab Mo, 22.09.2025, 19:30 Uhr
Gebühr: 83,50 €

3324.05
RÜCKENFIT - RÜCKENKRÄFTIGUNG
Wirbelsäulengymnastik
Renate Geisler
12x, ab Mo, 06.10.2025, 15:45 Uhr
Gebühr: 90,00 €

3324.06
RÜCKENFIT - RÜCKENKRÄFTIGUNG
Wirbelsäulengymnastik
Renate Geisler
12x, ab Mo, 06.10.2025, 17:00 Uhr
Gebühr: 90,00 €

3324.07
RÜCKENFIT - RÜCKENKRÄFTIGUNG
Wirbelsäulengymnastik
Renate Geisler
12x, ab Fr, 10.10.2025, 17:00 Uhr
Gebühr: 90,00 €

NEU

Selbstermächtigung für Frauen

An drei Terminen
Ab Samstag, 10.01.2026

3324.08
RÜCKENFIT - RÜCKENKRÄFTIGUNG
Wirbelsäulengymnastik
Claudia Hinze
8x, ab Mo, 01.12.2025, 19:15 Uhr
Gebühr: 60,00 €

3325.01
WINGTSUN SELBST-VERTEIDIGUNG - EFFEKTIV UND SCHNELL ERLERNBAR
Nur für Frauen (ab 18 Jahre)
Alexandra Graetz
Sa, 18.10. und So, 19.10.2025,
jeweils 11:00 - 14:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

3325.02
WINGTSUN SELBST-VERTEIDIGUNG - EFFEKTIV UND SCHNELL ERLERNBAR
Nur für Frauen (ab 18 Jahre)
Alexandra Graetz
Sa, 24.01. und So, 25.01.2026,
jeweils 11:00 - 14:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

3326 **NEU** *
SELBSTERMÄCHTIGUNG FÜR FRAUEN
„Meine Grenze. Mein Raum. Meine Kraft.“ Ein Seminar für Frauen (ab 18 Jahre)
Noemi Amati
3x, ab Sa, 10.01.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 75,00 €

KOSMETIK UND STILBERATUNG

3601.01
TYPGERECHTES TAGES-MAKE-UP
In einer Kleingruppe
Alexandra Graetz
Sa, 06.12.2025, 13:00 - 16:15 Uhr
Gebühr: 49,50 € (inkl. 5,00 € Materialkosten) / max. 6 TN

3601.02
TYPGERECHTES TAGES-MAKE-UP
In einer Kleingruppe
Alexandra Graetz
Sa, 31.01.2026, 13:00 - 16:15 Uhr
Gebühr: 49,50 € (inkl. 5,00 € Materialkosten) / max. 6 TN

3602.01
FARB- UND STILBERATUNG
In einer Kleingruppe
Linda Scholz
Do, 09.10.2025, 18:15 - 21:30 Uhr
Gebühr: 45,00 € / max. 6 TN

3602.02
FARB- UND STILBERATUNG
In einer Kleingruppe
Linda Scholz
Mi, 22.10.2025, 18:15 - 21:30 Uhr
Gebühr: 45,00 € / max. 6 TN

3602.03
FARB- UND STILBERATUNG
In einer Kleingruppe
Linda Scholz
Di, 11.11.2025, 18:15 - 21:30 Uhr
Gebühr: 45,00 € / max. 6 TN

3602.04
FARB- UND STILBERATUNG
In einer Kleingruppe
Linda Scholz
Mi, 10.12.2025, 18:15 - 21:30 Uhr
Gebühr: 45,00 € / max. 6 TN

3602.05
FARB- UND STILBERATUNG
In einer Kleingruppe
Linda Scholz
Di, 20.01.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
Gebühr: 45,00 € / max. 6 TN

3602.06
FARB- UND STILBERATUNG
In einer Kleingruppe
Linda Scholz
Mi, 04.02.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
Gebühr: 45,00 € / max. 6 TN

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 (gebührenfrei) oder bis zwei Kalendertage nach dem ersten Unterrichtstermin (Gebühr: 5,00 €).
- bei Intensivkursen (ab 20 Wochenstunden): bis einen Kalendertag vor Kursbeginn (gebührenfrei).

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 nicht mehr möglich. Auch bei Nichtteilnahme und Verhinderung durch Krankheit müssen die Kursgebühren bezahlt werden und werden nicht rückerstattet.

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

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

Sie möchten Deutsch lernen? Die vhs Heidelberg hat das passende Angebot für Sie! Lassen Sie sich in unserer Sprachberatung einstufen und finden Sie genau den Deutschkurs, der zu Ihnen passt. Ob mit Förderung oder als Selbstzahler*in: Unser Deutsch-Team ist für Sie da und beantwortet alle Ihre Fragen. Kommen Sie vorbei – wir freuen uns auf Sie!



INTEGRATIONSKURSE A1 BIS B1

Lernen Sie Deutsch von Anfang an bis zum Niveau B1 – gefördert vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF). Unsere Integrationskurse umfassen bis zu 600 Unterrichtsstunden plus 100 Stunden Orientierungskurs. Starten Sie jeden Monat neu – wahlweise vormittags, nachmittags oder abends als Intensivkurs. Außerdem bieten wir Alphabetisierungskurse und spezielle Kurse für Zweitschriftlernende und Geringqualifizierte an.



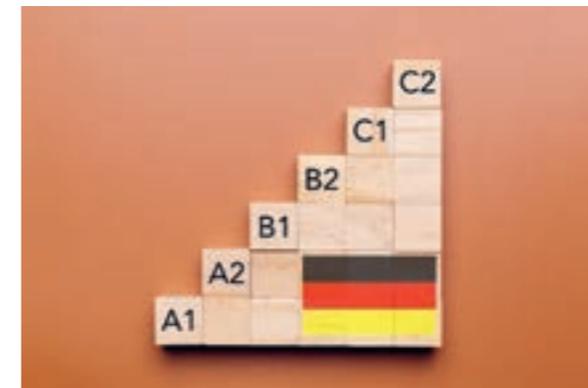
SELBSTZÄHLERKURSE

Unsere Deutschkurse für Selbstzahler*innen gibt es auf den Stufen A1 bis B1 – wahlweise am Vormittag, Nachmittag oder Abend. Zusätzlich bieten wir Mittelstufenkurse (ab B1+) am Abend und am Nachmittag an. Entdecken Sie auch unsere Spezialkurse, ob für die Prüfung, den Beruf oder mit Musik – tolle Angebote für alle, die flexibel und gezielt Deutsch lernen möchten!



BERUFSSPRACHKURSE

Nach dem Integrationskurs können Sie bei uns einen geförderten Berufssprachkurs (DeuFöV) besuchen – gefördert vom BAMF. Die Teilnahmeberechtigung erhalten Sie beim Jobcenter oder bei der Agentur für Arbeit. Berufssprachkurse bauen auf den Integrationskursen auf und helfen Ihnen, Ihre Deutschkenntnisse weiter auszubauen. So verbessern Sie Ihre Chancen auf dem Arbeits- und Ausbildungsmarkt deutlich. Wir bieten ebenso Spezial-Berufssprachkurse für Frühpädagogische Berufe an.



PRÜFUNGEN

Machen Sie Ihre Deutschprüfung direkt bei uns! Die vhs Heidelberg ist Prüfungszentrum für telc Deutschprüfungen von B1 bis C1. Für das Studium gibt's bei uns den TestDaF. Außerdem bieten wir den Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ), den Test „Leben in Deutschland“ (LiD) und den Einbürgerungstest an. Fast alle Prüfungen finden jeden Monat statt – melden Sie sich einfach an! Die meisten Prüfungen finden monatlich statt.



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

THEMEN- SCHWERPUNKT

41563W *
DEUTSCH FÜR DIE ZUKUNFT
Sicher kommunizieren im Alltag
und Beruf (ab B1)
Online
Dozententeam
8x, ab Mo, 22.09.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 112,00 €

41564W *
DEUTSCH & DIGITALE WELT
Fit in Sprache und
Online-Kompetenz (ab A2)
Online
Dozententeam
8x, ab Mo, 03.11.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 112,00 €

41565 *
DEUTSCH FÜR DEN BERUF
Mit Future Skills im Job erfolg-
reich (ab B1)
Dozententeam
7x, ab Mo, 12.01.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 147,00 €

SPEZIALKURSE DEUTSCH

41561
**PRÜFUNGSVORBEREITUNGS-
KURS**
Für das Zertifikat Deutsch B1 telc
Birgit Vannier
12x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 127,20 €

41562
**PRÜFUNGSVORBEREITUNGS-
KURS**
Für das Zertifikat Deutsch B2 telc
Birgit Vannier
12x, ab Mo, 22.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 127,20 €

41567
**DEUTSCH LERNEN
MIT MUSIK (AB B1)**
Judith Kuhn
4x, ab Fr, 26.09.2025, 17:30 Uhr
Gebühr: 56,00 €

41566
DEUTSCH IM BERUF (AB B1)
Beate Walter
Mo, 20.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 15,90 €

ABENDKURSE INTENSIV

41601.01
**DEUTSCH A1/1 -
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 458,00 €*

41602.01
**DEUTSCH A1/2 -
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Mo, 23.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 458,00 €*

41603.01
**DEUTSCH A2/1 -
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 458,00 €*

* - GEBÜHR

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

41604.01
**DEUTSCH A2/2 -
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 458,00 €*

41605.02
**DEUTSCH B1/1 -
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Di, 25.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 458,00 €*

41606.03
**DEUTSCH B1/2 -
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Do 23.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 458,00 €*

4152.01
**ORIENTIERUNGSKURS -
ABENDINTENSIVKURS**
Dozententeam
25x, ab Di, 18.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 458,00 €*

TAGESKURSE MITTELSTUFE

4173.03
**DEUTSCH MITTELSTUFE
B2/1**
Ute Kiefer/ Birgit Vannier
24x, ab Di, 09.09.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 636,00 €

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

41773.04
**DEUTSCH MITTELSTUFE
B2/2**
Ute Kiefer/ Birgit Vannier
24x, ab Di, 04.11.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 636,00 €

4173.05
**DEUTSCH MITTELSTUFE
B2/1**
Dozententeam
24x, ab Mo, 22.09.2025,
14:00 Uhr
Gebühr: 636,00 €

ABENDKURSE MITTELSTUFE

4177 (25/2)
**DEUTSCH MITTELSTUFE
B1+/B2**
Dozententeam
25x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 530,00 €

4178.01
**DEUTSCH MITTELSTUFE
B2/1**
Kristina Tomuz
30x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 636,00 €

4178.02
**DEUTSCH MITTELSTUFE
B2/2**
Evelina Bucskó
30x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 636,00 €

4179.01
DEUTSCH MITTELSTUFE C1/1
Dozententeam
25x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 530,00 €



BERATUNG

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

4179.02
**DEUTSCH MITTELSTUFE
C1/2**
Larissa Okhotina
25x, ab Di, 21.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 530,00 €

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.

ANMELDUNG ZUM EINBÜRGERUNGSTEST

Sie können sich persönlich vor Ort (Zentrale Anmel-
dung, Raum E04b) oder per E-Mail über
info@vhs-hd.de anmelden. Senden Sie uns dazu
bitte den am PC ausgefüllten (getippt) und hand-
schriftlich unterschriebenen Teilnehmermeldebogen
als PDF-Datei, Ihre Telefonnummer, und Ihre Bank-
verbindung (IBAN) zur Abbuchung der Testgebühr
über 25,00 €.



Zum Teilnehmermeldebogen

FREMDSPRACHEN

Das Erlernen einer Fremdsprache hat so viel mehr zu bieten als nur Grammatikregeln und Wortschatzarbeit. Denn Sprache ist Kultur, Begegnung, Musik, Genuss ... Vielleicht mögen Sie französische Chansons, sind Fan von fremdsprachlicher Literatur oder lieben Sprachrätsel und Krimis? Wir bieten Ihnen eine bunte Mischung an unterschiedlichsten Kursformaten und Themen. Ob z. B. im „klassischen“ Stil mit Lehrbuch oder interaktiv und KI-gestützt: Entdecken Sie unser neues Fremdsprachenprogramm!



44121.03W
**ITALIENISCH-LERNEN MIT
KI-UNTERSTÜTZUNG**
12x, ab Fr, 10.10.2025, 17:00 Uhr

Dieser Onlinekurs führt Sie sicher und entspannt in die italienische Sprache ein und gibt lebendige Einblicke in den Alltag und die Kultur Italiens. Besonders praktisch: Moderne KI-Tools werden im Kurs vorgestellt und gemeinsam ausprobiert und unterstützen Sie z.B. durch Sprachübungen, Aussprache-Feedback oder personalisierte Lerninhalte. Freuen Sie sich auf einen Kurs, der Tradition und Technik verbindet – für ein motivierendes und zeitgemäßes Lernerlebnis!



MIT GENUSS LERNEN

Auch Sprachenlernen kann durch den Magen gehen! In unseren beiden Kursen „Parla come mangi“ und „Sabores de España“ tauchen Sie ein in die faszinierende Kombination aus Kultur, Kulinarik und Sprache des jeweiligen Landes. Das Rezept dieser Formate heißt: Italienische bzw. spanische Küche und Lebensart genießen und „ganz nebenbei“ die jeweilige Fremdsprache lernen und sprechen. So wird Sprache lebendig und das Lernen ein Erlebnis!



**SPRACHENLERNEN:
SPANNEND UND INTERAKTIV**
Sprachrätzel, Escape Games und Krimis!

Tauchen Sie ein in die spannende Welt der Ermittlungen und verbessern Sie dabei spielerisch Ihre Sprachkenntnisse! Unsere neuen Formate „Trick and Treat – Halloween Mystery Game“, „Murder & Mystery – Ein interaktiver Krimi“ oder das italienische Sprachrätsel-Abenteuer „Il Mistero di Natale“ laden Sie ein, virtuelle Escape Rooms zu entdecken, knifflige Rätsel zu lösen und natürlich gleichzeitig Ihren Wortschatz und Ihre Kommunikationsfähigkeiten in der Fremdsprache zu verbessern!



46281
RUMÄNISCH IM WINTER - EINE LITERARISCHE UND SPRACHLICHE WINTERREISE
3x, ab Sa, 08.11.2025, 14:30 Uhr

Adriana Carcu ist eine international tätige, in Rumänien geborene Journalistin. Sie ist Autorin von (auto)biographischen und essayistischen Werken und veröffentlicht regelmäßig, Kurzprosa, Chroniken und Interviews sowohl in rumänischer als auch in englischer Sprache. In diesem kompakten Wochenendkurs wird eine ihrer Wintergeschichten auf Rumänisch gelesen, anschließend soll der Text auch lexikalisch und grammatikalisch analysiert werden.



ENGLISCH
44 Kurse

FRANZÖSISCH
40 Kurse

ITALIENISCH
39 Kurse

SPANISCH
45 Kurse

WEITERE SPRACHEN
128 Kurse

**KON-
TAKT**

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

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

ENGLISCH

42100K ✎
HERBSTFERIEN-CAMP
 English for Kids: für Schüler*innen der Klassen 5 + 6
Pauline Pyne
 4x, ab Mo, 27.10.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

42101K ✎
FASCHINGSFERIEN-CAMP
 English for Kids: für Schüler*innen der Klassen 5 + 6
Pauline Pyne
 4x, ab Mo, 16.02.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

42102K ✎
ENGLISH KIDSClub
 Spielerisch Englisch lernen: für Grundschüler*innen der Klasse 2
Moritz Jänsch
 5x, ab Sa, 11.10.2025, 10:30 Uhr
Gebühr: 55,00 €

42103K ✎
FIT IN ENGLISH
 Herbstferienkurs für Schüler*innen (Klassen 7 – 9)
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
 5x, ab Mo, 27.10.2025, 14:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

42104K ✎
FIT IN ENGLISH
 Faschingsferienkurs für Schüler*innen (Klassen 7 – 9)
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
 4x, ab Mo, 16.02.2026, 14:00 Uhr
Gebühr: 81,60 €

42105K ✎
ENGLISCHE GRAMMATIK KOMPAKT
 Present Perfect or Simple Past?
Beate Walter
 Fr, 07.11.2025, 14:30 Uhr
Gebühr: 21,00 €

42106K ✎
ENGLISCHE GRAMMATIK KOMPAKT
 Since or for?
Beate Walter
 Fr, 14.11.2025, 14:30 Uhr
Gebühr: 21,00 €

42211
LET'S ENJOY ENGLISH A1.1
 English Step-by-Step (für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse)
Victoria Wicks
 15x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

42212
LET'S ENJOY ENGLISH A1.2
 English Step-by-Step (für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen)
Elena Papathanassopoulos
 15x, ab Mi, 24.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

42213
LET'S ENJOY ENGLISH A1.3
 English Step-by-Step (für Teilnehmende mit Vorkenntnissen)
Claudia Gerner
 12x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42214W
ENGLISCH FÜR DEN URLAUB A1.3 – SPRACHE UND KULTUR
 Online-Kurs
Dorothea Slevogt
 12x, ab Mi, 08.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42221
LET'S ENJOY ENGLISH A2.2
 English Step-by-Step
Claudia Gerner
 12x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42222
ENGLISH POTPOURRI A2+ / B1
 It's the mixture that counts!
 Ab Sprachniveau A2+
Sabine Keller
 12x, ab Di, 14.10.2025, 17:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42223W NEU
TRICK OR TREAT – HALLOWEEN MYSTERY GAME (A2 – B1)
 Ein englisches Sprachrätsel-Abenteuer - Online-Kurs
Ines Köstler
 Di, 28.10.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 12,60 €

42224W NEU
MURDER & MYSTERY – ENGLISCH A2 – B1
 Ein interaktiver Krimi - Online-Kurs
Ines Köstler
 8x, ab Mo, 12.01.2026, 10:30 Uhr
Gebühr: 100,80 €

42226
ENGLISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A2
 Modul 1: Wiederholung und Auffrischung
Victoria Wicks
 Sa, 11.10. und So, 12.10.2025 jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

42227
ENGLISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A2
 Modul 2: Lektionen 2 – 4
Victoria Wicks
 Sa, 08.11. und So, 09.11.2025 jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

42228
ENGLISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A2
 Modul 3: Lektionen 4 – 6
Victoria Wicks
 Sa, 13.12. und So, 14.12.2025 jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

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 |
| 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.

42229
ENGLISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A2
 Modul 4: Lektionen 6 – 8
Victoria Wicks
 Sa, 10.01. und So, 11.01.2026 jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

42230
ENGLISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A2
 Modul 5: Lektionen 8 –10
Victoria Wicks
 Sa, 07.02. und So, 08.02.2026 jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

42311W
ENGLISCH B1
 Online-Kurs
Vanessa Walsh
 12x, ab Do, 25.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42312 NEU *
ENGLISH FOR TODAY'S WORKPLACE B1/B2
 Communicative language skills
Sabine Keller
 12x, ab Di, 14.10.2025, 19:15 Uhr
 Gebühr: 126,00 €

42411
ENGLISCH B2
 Auffrischung – Konversation – Grammatik
Pauline Pyne
 12x, ab Do, 09.10.2025, 10:45 Uhr
 Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42412W
ENGLISCH B2+
 Auffrischung – Konversation – Grammatik – Online-Kurs
Vanessa Walsh
 12x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
 Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42511W
HOW TO MASTER DIFFICULT ENGLISH VOCABULARY C1 - C2
 Online-Kurs
Greg Ballinger
 8x, ab Do, 23.10.2025, 17:00 Uhr
 Gebühr: 112,00 €

42721
EASY CONVERSATION A2+
 In the Evening
Pauline Pyne
 12x, ab Mo, 06.10.2025, 18:15 Uhr
 Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42722
EASY CONVERSATION A2+
 In the Morning
Pauline Pyne
 12x, ab Do, 09.10.2025, 09:00 Uhr
 Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42723 NEU
ENGLISCH A2/B1: THE EARLY BIRD CATCHES THE WORM!
 Konversation am Vormittag: Entspannt auf Englisch kommunizieren
Claudia Gerner
 12x, ab Mo, 22.09.2025, 09:00 Uhr
 Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42724
PEP UP YOUR ENGLISH A2/B1
 English Auffrischung und Konversation am Morgen
Pauline Pyne
 12x, ab Mi, 08.10.2025, 09:30 Uhr
 Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42725
TALK TALK TALK A2/B1
 Easy Conversation
Eveline Mrosek
 12x, ab Do, 06.11.2025, 18:15 Uhr
 Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42726
SATURDAY REFRESHER COURSE A2/B1
 Intensivkurs am Wochenende
Eveline Mrosek
 Sa, 08.11., Sa, 15.11., Sa, 22.11.2025,
 jeweils 10:00 - 13:00 Uhr
 Gebühr: 75,60 €

42727 NEU
ENGLISCH MIT ALLEN SINNEN A2/B1
Eveline Mrosek
 Fr, 16.01.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
 Sa, 17.01.2026, 14:15 - 17:30 Uhr
 So, 18.01.2026, 10:00 - 13:15 Uhr
 Gebühr: 85,60 € (inkl. Bewirtung)

42728
ENGLISH REFRESHER IN THE AFTERNOON B1
Eveline Mrosek
 12x, ab Di, 07.10.2025, 16:30 Uhr
 Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42729
ENGLISH FOR THE REAL WORLD B1/B2
 Conversation and more
Logan Rose
 12x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
 Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42730
ENGLISH REFRESHER IN THE MORNING B2
 Auffrischung – Konversation – Grammatik
Pauline Pyne
 12x, ab Mo, 06.10.2025, 10:00 Uhr
 Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42731
ENGLISH CONVERSATION B2
Jill Faulkner
 10x, ab Mi, 08.10.2025, 10:45 Uhr
 Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

42732
TALK OF THE TOWN B2+
 Conversation - Refresher - Grammar
 10x, ab Di, 21.10.2025, 18:15 Uhr
 Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

42733 NEU
JOKE YOUR WAY THROUGH THE ENGLISH LANGUAGE
 Let's embark on a linguistic fun journey!
Eveline Mrosek
 Fr, 06.02.2026, 18:15 - 21:30 Uhr
 Sa, 07.02.2026, 14:00 - 17:15 Uhr
 So, 08.02.2026, 10:00 - 13:15 Uhr
 Gebühr: 75,60 €

42734
CONVERSATION ADVANCED - AB SPRACHNIVEAU B2/C1
Darren A. Gray
 12x, ab Do, 09.10.2025, 20:00 Uhr
 Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

42735
ADVANCED CONVERSATION WITH GRAMMAR REVIEW C1
Greg Ballinger
 10x, ab Di, 21.10.2025, 20:00 Uhr
 Gebühr: 120,00 €

42791
TUESDAY MORNING READING CIRCLE C1/C2
Jill Faulkner
 10x, ab Di, 07.10.2025, 10:45 Uhr
 Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

42512W *
ACADEMIC WRITING SKILLS
 How to write for academic purposes, including essays for the TOEFL and Cambridge exams
 Online-Kurs
Greg Ballinger
 8x, ab Do, 16.10.2025, 18:45 Uhr
 Gebühr: 112,00 €

42851W
CERTIFICATE IN ADVANCED ENGLISH C1
 Cambridge English - Intensivkurs online
Greg Ballinger
 12x, ab Fr, 17.10.2025, 17:15 Uhr
 Gebühr: 216,00 €

42861W
CERTIFICATE OF PROFICIENCY ENGLISH C2
 Cambridge English - Intensivkurs online
Greg Ballinger
 10x, ab Sa, 18.10.2025, 13:00 Uhr
 Gebühr: 300,00 €

ENGLISH FOR PARAMEDICS

Englisch-Basics im Rettungswesen: Wir bieten einen speziell auf die Belange des Rettungsdienstpersonals ausgerichteten Englischkurs an. Bei Interesse und für weitere Auskünfte wenden 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 | 08.11.2025 13.03.2026 07.11.2026 | 26.09.2025 27.01.2026 22.09.2026 | 265,00 € |
| Certificate in Advanced English C1 | 15.11.2025 21.03.2026 16.05.2026 04.07.2026 28.11.2026 | 03.10.2025 03.02.2026 31.03.2026 19.05.2026 13.10.2026 | 270,00 € |
| Certificate of Proficiency C2 | 13.12.2025 12.12.2026 | 31.10.2025 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.

* Themenschwerpunkt

FRANZÖSISCH

43001K  **MON PREMIER COURS DE FRANÇAIS**
Französischkurs für Grundschüler*innen ab 8 Jahren
Maja Seewald
5x, ab Sa, 20.09.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 73,00 €

43002K  **FIT IN FRANZÖSISCH**
Herbstferienkurs für Schüler*innen mit mindestens 1 Lernjahr
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
5x, ab Mo, 27.10.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

43003K  **FIT IN FRANZÖSISCH**
Faschingsferienkurs für Schüler*innen mit mindestens 1 Lernjahr
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
4x, ab Mo, 16.02.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 81,60 €

43004K NEU  **FIT FÜR FRANZÖSISCH-ABI**
Intensivkurs für die Oberstufe – Wochenendkurs
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
2x, ab Sa, 24.01.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 48,00 €

43111.01W NEU **FRANZÖSISCH IN DER MITTAGSPAUSE A1.1**
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online Kurs
Chloé Guillou
12x, ab Mi, 08.10.2025, 12:30 Uhr
Gebühr: 100,80 €

43111.02 **FRANZÖSISCH A1.1**
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Anna Beckmann
15x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

NEU

L'Histoire de la France à Heidelberg – Von Ludwig XIV bis Victor Hugo

An 12 Terminen
Ab Montag 22.09.2025

43112.01 **FRANZÖSISCH A1.2**
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen
Ulrike Arnold
15x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43112.02W **FRANZÖSISCH A1.2**
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online Kurs
Chloé Guillou
15x, ab Di, 23.09.2025, 12:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43113 **FRANZÖSISCH A1.3**
Ulrike Arnold
15x, ab Mi, 24.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43115 **FRANZÖSISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A1.1**
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Claire Basque
Fr, 19.09.2025, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 20.09.2025, 14:30 - 17:30 Uhr
So, 21.09.2025, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

43116 **FRANZÖSISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A1.2**
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Claire Basque
Fr, 28.11.2025, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 29.11.2025, 14:30 - 17:30 Uhr
So, 30.11.2025, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

43117 **FRANZÖSISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A1.3**
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen
Claire Basque
Fr, 16.01.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 17.01.2026, 14:30 - 17:30 Uhr
So, 18.01.2026, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

43118W **FRANZÖSISCH FÜR DEN URLAUB A1**
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Loïc Roulaud
12x, ab Mo, 13.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43119W **FRANZÖSISCH MIT ALLEN SINNEN A1/A2**
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Claire Basque
15x, ab Mo, 22.09.2025, 17:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43120 **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, 09.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43211 **FRANZÖSISCH A2.1**
Tine Bez
12x, ab Mo, 22.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43212 **FRANZÖSISCH A2.2**
Tine Bez
12x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43213W NEU **RENDEZ-VOUS EN FRANCE (A1 - A2)**
Eine virtuelle Reise durch Frankreich
Ines Köstler
8x, ab Do, 16.10.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 100,80 €

43214W NEU **NOËL À LA FRANÇAISE (A1 - A2)**
Ein kulinarischer Sprachabend
Ines Köstler
Mi, 03.12.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 16,80 €

43215W NEU **FRANZÖSISCH A2: CHAPEAU!**
Online-Kurs
Sophie Malina Poser
12x, ab Do, 09.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43217 **FRANZÖSISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A2.1**
Claire Basque
Fr, 24.10.2025, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 25.10.2025, 14:30 - 17:30 Uhr
So, 26.10.2025, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

43218 **FRANZÖSISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A2.2**
Claire Basque
Fr, 05.12.2025, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 06.12.2025, 14:30 - 17:30 Uhr
So, 07.12.2025, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

43219 **FRANZÖSISCH INTENSIV AM WOCHENENDE A2.3**
Claire Basque
Fr, 06.02.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Sa, 07.02.2026, 14:30 - 17:30 Uhr
So, 08.02.2026, 11:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

43312W **FRANZÖSISCH B1**
Auch für Wiedereinsteiger*innen geeignet - Online-Kurs
Sina Helber
15x, ab Mo, 22.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43313 **FRANZÖSISCH B1**
Ulrike Arnold
15x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43314 **FRANZÖSISCH B1**
Arlette Paresys
12x, ab Mo, 06.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43315 **FRANZÖSISCH B1.3**
Catherine Dutli
12x, ab Mo, 06.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43316 **FRANZÖSISCH AUF-FRISCHUNG - NIVEAU B1/B2**
Grammatik und Konversation
Arlette Paresys
12x, ab Di, 07.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43317 **FRANZÖSISCH AUF-FRISCHUNG - NIVEAU B1/B2**
Auch für Wiedereinsteiger*innen ab Sprachniveau B1 geeignet
Elena Papathanassopoulos
12x, ab Mi, 08.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43410 NEU **FRANZÖSISCH A2/B1: ODYSSEE - FRANKOPHONIE IM FOKUS**
Konversation – Sichere Sprachanwendung – Interkulturelle Kompetenz
Anna Beckmann
12x, ab Mi, 08.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43411 NEU **DÉJÀ VU! EIN WIEDERSEHEN MIT FRANZÖSISCH**
Auffrischkurs A1/A2
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
12x, ab Mo, 06.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43412 **POT-POURRI FRANÇAIS A2**
Französisch mit Spaß und Muße
Myriam Simon
15x, ab Di, 30.09.2025, 10:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43413 **TABLE RONDE A2+**
Französische Konversation einmal anders
Magali Chambe
5x, ab Mi, 15.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 81,00 € (inkl. Bewirtung)

43414W NEU **DISCUSSION DU SAMEDI MATIN - AB SPRACHNIVEAU A2/B1**
Konversation – Aktuelle Themen – Freies Sprechen – Online-Kurs
Chloé Guillou
5x, ab Sa, 11.10.2025, 10:30 Uhr
Gebühr: 63,00 €

43415W NEU
LIRE, PENSER, PARLER – UN VOYAGE À TRAVERS LA LITTÉRATURE FRANÇAISE
Online-Kurs
Sina Helber
15x, ab Mi, 01.10.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43416 NEU
LE FRANÇAIS À TRAVERS L'ART
Französisch in Chansons und Filmen – ab Sprachniveau B1
Mouna Ben Malek-Papagiannouli
12x, ab Mo, 06.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43417
RENDEZ-VOUS FRANÇAIS
Französische Konversation am Vormittag - Niveau B1/B2
Myriam Simon
12x, ab Do, 02.10.2025, 09:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

43418
CONVERSATION EN FRANÇAIS B2
Konversation, Kultur und Grammatik
Claire Basque
15x, ab Mo, 22.09.2025, 14:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (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

43419W
CONVERSATION EN FRANÇAIS B2
Konversation, Kultur und Grammatik - Online-Kurs
Claire Basque
15x, ab Mo, 22.09.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

43420 NEU
L'HISTOIRE DE LA FRANCE À HEIDELBERG – VON LUDWIG XIV BIS VICTOR HUGO
Konversationskurs mit Landeskunde, Lektüre und vielem mehr – ab Sprachniveau B2 und höher.
Daria Lemoël
12x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 151,20 € (siehe Info S. 63)

43421
MATINÉES FRANÇAISES – NIVEAU C1
Conversation en français sur l'art et la culture
Catherine Dutli
12x, ab Di, 07.10.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

ITALIENISCH

44001K
RACCONTAMI - CORSO DI LINGUA ITALIANA PER AMBINI
Italienisch sprechen macht Spaß! Für Grundschüler*innen von 7 bis 10 Jahren
Myriam Simon
5x, ab Sa, 11.10.2025, 10:30 Uhr
Gebühr: 55,00 €

44121.01
ITALIENISCH A1.1
Parliamo italiano! Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Giovanna Mangini
15x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44121.02W
ITALIENISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Alice Ficcadente
15x, ab Mi, 08.10.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44121.03W NEU *
ITALIENISCH A1.1 – ONLINE-KURS MIT KI-UNTERSTÜTZUNG
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Ines Köstler
12x, ab Fr, 10.10.2025, 17:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

44122W
ITALIENISCH AM VORMITTAG A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse – Online-Kurs
Teresa Izzo-Bodemeyer
12x, ab Do, 09.10.2025, 11:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

44123 NEU
MATTINATA ITALIANA – IMPARARE SENZA FRETTA A1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Dominga Rosato
12x, ab Do, 09.10.2025, 11:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

44124.01
ITALIENISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen
Dominga Rosato
15x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44124.02
ITALIENISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen
Giovanna Mangini
15x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44124.03W
ITALIENISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Alice Ficcadente
15x, ab Fr, 26.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44125
ITALIENISCH A1.3
Marco Bastogi
15x, ab Do, 25.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44128
ITALIENISCH INTENSIV AM WOCHENENDE – MODUL A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Pasqualina Moretta
Sa, 18.10. und So, 19.10.2025
jeweils 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

44129
ITALIENISCH INTENSIV AM WOCHENENDE – MODUL A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen
Pasqualina Moretta
Sa, 15.11. und So, 16.11.2025
jeweils 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

44130
ITALIENISCH INTENSIV AM WOCHENENDE – MODUL A1.3
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen
Pasqualina Moretta
Sa, 13.12. und So, 14.12.2025
jeweils 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

44131
ITALIENISCH INTENSIV AM WOCHENENDE – MODUL A1.4
Für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen der Stufe A1
Pasqualina Moretta
Sa, 17.01. und So, 18.01.2026
jeweils 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

44132
ITALIENISCH INTENSIV AM WOCHENENDE – MODUL A1.5
Für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen der Stufe A1, Vorbereitung auf die Niveaustufe A2
Pasqualina Moretta
Sa, 14.02. und So, 15.02.2026
jeweils 11:00 - 14:45 Uhr
Gebühr: 52,50 €

44210
ITALIENISCH AM NACHMITTAG A1 – A2
Teresa Izzo-Bodemeyer
15x, ab Di, 23.09.2025, 14:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44211 NEU
ITALIENISCH A1 – A2 LEKTÜRE UND SPRACH-TRAINING
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen der abgeschlossenes Niveaustufe A1
Dominga Rosato
8x, ab Mi, 08.10.2025, 16:30 Uhr
Gebühr: 81,60 €

44212W
STORIE DI ITALIANI FAMOSI – ITALIENISCH LERNEN MIT LEICHTER LEKTÜRE UND KURZGESCHICHTEN
Niveau A1 – A2 - Online-Kurs
Die Kultur und die Geschichte Italiens erzählt von seinen Protagonisten
Luca Debus
10x, ab Mi, 15.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

44213W NEU
IL MISTERO DI NATALE (A1 – A2)
Ein italienisches Sprachrätsel-Abenteuer / Online-Kurs
Ines Köstler
Mo, 08.12.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 12,60 €

ITALIENISCH MIT KI-UNTERSTÜTZUNG

12 Termine
Ab Freitag 10.10.2025

44214W NEU
LA DOLCE VITA (A1 – A2)
Eine sprachliche Genussreise durch Italien - Online-Kurs
Ines Köstler
8x, ab Mo, 12.01.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 100,80 €

44215
ITALIENISCH A2.1
Valeria Monachesi-Meenenga
15x, ab Mo, 06.10.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44216.01W
ITALIENISCH A2.2
Online-Kurs
Alice Ficcadente
15x, ab Do, 25.09.2025, 19:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44216.02
ITALIENISCH A2.2
Marco Bastogi
12x, ab Mi, 08.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

44217
ITALIENISCH AM WOCHENENDE A2
Kompaktkurs mit monatlichen Modulen – Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen
Dominga Rosato
10x, ab Sa, 18.10.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 210,00 €

44218W NEU
**ITALIENISCH LERNEN
MIT COMICS**

Ab Sprachniveau A2/B1 -
Online-Kurs
Luca Debus
10x, ab Di, 07.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 126,00 €

44219
ITALIENISCH A2 / B1
Renza Zennaro-Henkelmann
12x, ab Mi, 08.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

44312
**ITALIENISCH AM
WOCHENENDE A2 - B1**
Kompaktkurs mit monatlichen
Modulen
Teresa Izzo-Bodemeyer
10x, ab Sa, 11.10.2025, 11:00 Uhr
Gebühr: 262,50 €

44311W
ITALIENISCH A2 - B1
Online-Kurs / Kleingruppenformat
Teresa Izzo-Bodemeyer
12x, ab Di, 07.10.2025, 11:00 Uhr
Gebühr: 168,00 €

44313
ITALIENISCH B1.7
Francesca Romana Blasetti
10x, ab Di, 07.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

44314W
ITALIENISCH B1+
Online-Kurs / Kleingruppenformat
Alice Ficcadente
12x, ab Di, 07.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 168,00 €

44411W
**ITALIENISCH AM
WOCHENENDE B2**
Online-Kompaktkurs mit
monatlichen Modulen
Teresa Izzo-Bodemeyer
10x, ab Sa, 18.10.2025, 11:00 Uhr
Gebühr: 262,50 €

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 persönliche Beratung zur Verfügung:

06221 9119-72 oder 06221 9119-48 | fremdsprachen@vhs-hd.de

44412
**ITALIENISCH FÜR
FORTGESCHRITTENE B2 - C1**
Il piacere di conversare in italiano
Valeria Monachesi-Meenenga
15x, ab Di, 07.10.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44421
ITALIENISCH C1
Elena Salvini
15x, ab Mi, 24.09.2025, 09:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44422W
ITALIENISCH C1.1
Attualità e approfondimenti -
Online Kurs
Roberta Caravani
15x, ab Di, 30.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44315 NEU
**IL RISORGIMENTO
ITALIANO - LE FASI E GLI
EROI DELL'UNITÀ
NAZIONALE ITALIANA**
L'Unità d'Italia attraverso le
tre guerre d'indipendenza e la
presa di Trento e Trieste nel 1918,
prospettive di quei moti che
hanno scosso e fuso insieme
le anime d'Italia.
Marco Bastogi
4x, ab Sa, 11.10.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 112,00 €

44621
**ITALIENISCH AUF-
FRISCHUNG UND
KONVERSATION A2/B1**
Wiederholung - Vertiefung -
Freies Sprechen
Roberta Caravani
12x, ab Mi, 01.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

44622 NEU
PARLA COME MANGI!
Durch Kochkunst Italienisch
lernen: Genuss und Kultur
Pasqualina Moretti
12x, ab Do, 09.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

44623
A VOI LA PAROLA!
Conversazione B2+ dalla
grammatica alla pratica
Valeria Monachesi-Meenenga
15x, ab Di, 07.10.2025, 11:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44624
**CONVERSAZIONE IN
ITALIANO C1**
Milena Tombolini-Daniels
15x, ab Mi, 24.09.2025, 10:45 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

44625
**CONVERSAZIONE IN
ITALIANO C2**
Milena Tombolini-Daniels
15x, ab Mi, 24.09.2025, 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
5x, ab Sa, 18.10.2025, 10:30 Uhr
Gebühr: 55,00 €

45011
**SPANISCH FÜR
INDIVIDUALISTEN A1.1**
Lázaro López-Soto
24x, ab Mo, 22.09.2025,
20:00 Uhr
Gebühr: 244,80 €

45111W
SPANISCH - MODUL A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkennt-
nisse - Intensiv-Online-Kurs
Simón Martínez Marín
10x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

45112W
SPANISCH - MODUL A1.2
Intensiv-Online-Kurs
Simón Martínez Marín
10x, ab Do, 06.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

45113W
SPANISCH - MODUL A1.3
Intensiv-Online-Kurs
Simón Martínez Marín
10x, ab Do, 11.12.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

45121W
SPANISCH - MODUL A2.1
Intensiv-Online-Kurs
Simón Martínez Marín
10x, ab Di, 23.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

45122W
SPANISCH - MODUL A2.2
Intensiv-Online-Kurs
Simón Martínez Marín
10x, ab Do, 06.11.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

45123W
SPANISCH - MODUL A2.3
Intensiv-Online-Kurs
Simón Martínez Marín
10x, ab Do, 11.12.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

45211.01 NEU
**SPANISCH FÜR FRÜH-
AUFSTEHER*INNEN A1.1**
Spanisch lernen mit Spaß und
Muße - Für Teilnehmende ohne
Vorkenntnisse
**María Luisa Sepúlveda García
de la Torre**
10x, ab Fr, 26.09.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

45211.02
SPANISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkennt-
nisse
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
15x, ab Di, 23.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

HIGH- LIGHT

SABORES DE ESPAÑA

Acht Termine
Ab Dienstag 14.10.2025

45211.03W
SPANISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkennt-
nisse - Online Kurs
Laura Guerrero Martínez
15x, ab Mi, 01.10.2025, 19:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45212.01
SPANISCH A1.2
Carolina Kriss Gamarra-Hohmann
15x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45212.02
SPANISCH A1.2
Ilcry Coromoto Navarro Velásquez
15x, ab Do, 25.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45212.03W
SPANISCH A1.2
Online Kurs
Laura Guerrero Martínez
15x, ab Do, 25.09.2025, 17:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45213.01
SPANISCH A1.3
Pamela Gisel Banon Mayorca
15x, ab Di, 23.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45213.02
SPANISCH A1.3
Ilcry Coromoto Navarro Velásquez
15x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45214
**SPANISCH RÁPIDO
AUFFRISCHUNG A1**
Ana Maria Montes
15x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45216
**SPANISCH AM WOCHEN-
ENDE - MODUL A1.1**
Für Teilnehmende ohne Vorkennt-
nisse
Ilcry Coromoto Navarro Velásquez
Fr, 10.10.2025, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 11.10.2025, 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

45217
**SPANISCH AM WOCHEN-
ENDE - MODUL A1.2**
Ilcry Coromoto Navarro Velásquez
Fr, 24.10.2025, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 25.10.2025, 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

45218
**SPANISCH AM WOCHEN-
ENDE - MODUL A1.3**
Ilcry Coromoto Navarro Velásquez
Fr, 07.11.2025, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 08.11.2025, 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

45219
**SPANISCH AM WOCHEN-
ENDE - MODUL A1.4**
Ilcry Coromoto Navarro Velásquez
Fr, 21.11.2025, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 22.11.2025, 10:00 - 13:15 Uhr
Gebühr: 42,00 €

45312
SPANISCH A2.1
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
15x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45313
SPANISCH A2.2
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
15x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45314
SPANISCH A2.3
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
15x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45315
SPANISCH RÁPIDO A2+
Für lerngewohnte
Teilnehmer*innen
Ana Maria Montes
15x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45316W
**SABORES DE ESPAÑA -
KULTUR, KULINARIK &
SPRACHE (A2)**
Spanisch mit Genuss
Ines Köstler
8x, ab Di, 14.10.2025, 12:30 Uhr
Gebühr: 67,20 €

45411
**SPANISCH AUFRISCHUNG
B1+**
Wiederholung - Grammatik -
Konversation
Pamela Gisel Banon Mayorca
15x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45412
**SPANISCH KONVERSATION
B1**
Lázaro López-Soto
15x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45413
**SPANISCH MIT MUSSE
B1 - B2**
Konversation - Wiederholung -
Auffrischung
**María Luisa Sepúlveda García
de la Torre**
12x, ab Mo, 06.10.2025,
10:00 Uhr
Gebühr: 163,20 €

45511W
SPANISCH B2.4
Online-Kurs
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
15x, ab Mo, 22.09.2025,
20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

KENNST DU VIELE SPRACHEN, HAST DU VIELE SCHLÜSSEL FÜR EIN SCHLOSS.

Voltaire

45513 NEU
**LITERATURA ESPAÑOLA
ACTUAL - AKTUELLE
SPANISCHE LITERATUR B2+**
Voces del presente – Stimmen
der Gegenwart: Modul 1: La lluvia
amarilla von Julio Llamazares
Núria Baltrons León
Sa, 11.10. und So, 12.10.2025
jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 63,00 €

45514 NEU
**LITERATURA ESPAÑOLA
ACTUAL - AKTUELLE
SPANISCHE LITERATUR B2+**
Voces del presente – Stimmen
der Gegenwart: Modul 2: Histo-
rias del Kronen von José Ángel
Mañas
Núria Baltrons León
Sa, 25.10. und So, 26.10.2025
jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 63,00 €

45515 NEU
**LITERATURA ESPAÑOLA
ACTUAL - AKTUELLE
SPANISCHE LITERATUR B2+**
Voces del presente – Stimmen
der Gegenwart: Modul 3: Sin
noticias de Gurb von Eduardo
Mendoza
Núria Baltrons León
Sa, 29.11. und So, 30.11.2025
jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 63,00 €

45516 NEU
**LITERATURA ESPAÑOLA
ACTUAL - AKTUELLE
SPANISCHE LITERATUR B2+**
Voces del presente – Stimmen
der Gegenwart: Modul 4: Un amor
von Sara Mesa
Núria Baltrons León
Sa, 06.12. und So, 07.12.2025
jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 63,00 €

45517 NEU
**LITERATURA ESPAÑOLA
ACTUAL - AKTUELLE
SPANISCHE LITERATUR B2+**
Voces del presente – Stimmen
der Gegenwart: Modul 5: La loca
de la casa von Rosa Montero
Núria Baltrons León
Sa, 31.01. und So, 01.02.2026
jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 63,00 €

45518 NEU
**LITERATURA ESPAÑOLA
ACTUAL - AKTUELLE
SPANISCHE LITERATUR B2+**
Voces del presente – Stimmen
der Gegenwart: Modul 6: La
habitación oscura von Isaac Rosa
Núria Baltrons León
Sa, 14.02. und So, 15.02.2026
jeweils 10:00 - 13:45 Uhr
Gebühr: 63,00 €

45721
**APROVECHEMOS PARA
CONVERSAR A2+**
Leichte Spanisch-Konversation
mit Grammatik
Carolina Kriss Gamarra-Hohmann
15x, ab Di, 23.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45722 NEU
**ESPAÑOL PARA EL DÍA A DÍA
- SPANISCH IM ALLTAG**
Habla, vive y conecta – Sprechen,
leben und verbinden
Núria Baltrons León
15x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45723 NEU
SPANISCHER KULTURKREIS
Ab Sprachniveau A2/B1
**María Luisa Sepúlveda García
de la Torre**
10x, ab Fr, 10.10.2025, 14:45 Uhr
Gebühr: 126,00 €

45724 NEU
**TAT.ORT. HEIDELBERG -
SPANISCH A2/B1**
Spanische Konversation-Gramma-
tikkurs einmal anders
**María Luisa Sepúlveda García
de la Torre**
4x, ab Fr, 16.01.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 56,00 €

45725W
**¡REPETIMOS! SPANISCH AUF-
FRISCHUNG AB NIVEAU B1**
Online-Kurs
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
12x, ab Mi, 08.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

45726 NEU
**ESPAÑOL REAL, CONVERSA-
CIONES REALES - NIVEL B1**
Echtes Spanisch, echte Gesprä-
che – Niveau B1 / Intensivkurs am
Wochenende
Núria Baltrons León
10x, ab Fr, 17.10.2025, 16:30 Uhr
Gebühr: 262,50 €

45727
**CURSO DE COMPRENSIÓN
Y CONVERSACIÓN EN
ESPAÑOL B2**
Ideal para la conservación de lo
que ya se sabe
Fuencisla Torregó Cardiel
15x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

45728
**SPRACH-MESA REDONDA
B2+**
Spanische Konversation einmal
anders / Auch für spanische
Muttersprachler*innen geeignet
**María Luisa Sepúlveda García
de la Torre**
4x, ab Fr, 17.10.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 64,80 € (inkl. Bewirtung)

45729
ESPAÑOL B2+/C1
Conversación y gramática
Yazmin Liliana Muñoz Vargas
12x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

WEITERE SPRACHEN

46009W
**ALBANISCH ZUM
KENNENLERNEN**
Für Teilnehmende ohne Vorkennt-
nisse – Online-Kurs
Nexhmie Dani
12x, ab Di, 23.09.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46010W
ALBANISCH A1.2
Online-Kurs
Nexhmie Dani
12x, ab Do, 25.09.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46111.01W
ARABISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkennt-
nisse - Online-Kurs
Sarah Shammaa
15x, ab Do, 25.09.2025, 17:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46111.02
ARABISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Nadia Herichi
12x, ab Di, 07.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46112.01W
ARABISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Passant Khater
15x, ab Do, 25.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46112.02
ARABISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen
Nadia Herichi
12x, ab Mo, 29.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46113W
ARABISCH A1.3
Online-Kurs
Sarah Shammaa
15x, ab Mi, 24.09.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46114W
ARABISCH A2.2
Online-Kurs
Sarah Shammaa
15x, ab Do, 25.09.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46116W
ARABISCH A2/B1
Für Wiedereinsteiger*innen sowie für Teilnehmende mit Vorkenntnissen der Niveaustufe A2 – Online-Kurs
Sarah Shammaa
12x, ab Di, 07.10.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46124W
CHINESISCH A1.1
Ohne Vorkenntnisse - Online Kurs
Dongni Chen
12x, ab Di, 07.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46125
CHINESISCH A1 / A2
Ruiyan Tan
12x, ab Fr, 10.10.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46126W
CHINESISCH B1.3
Online-Kurs / Kleingruppenformat
Dongni Chen
15x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 210,00 €

46127
CHINESISCH C1 +
Kleingruppenformat
Ruiyan Tan
12x, ab Di, 07.10.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 168,00 €

46131W
DÄNISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Thomas Rørdam Auken
15x, ab Mo, 22.09.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46132W
DÄNISCH A1.2
Online-Kurs
Thomas Rørdam Auken
15x, ab Di, 23.09.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46133W
DÄNISCH A2.1
Online-Kurs
Thomas Rørdam Auken
15x, ab Di, 23.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46134W
DÄNISCH B1+
Online-Kurs
Thomas Rørdam Auken
15x, ab Mi, 24.09.2025, 19:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46141W
ESTNISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Diana Osak
12x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46142W
ESTNISCH A1.5
Online-Kurs / Kleingruppenformat
Diana Osak
12x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 168,00 €

46150
FINNISCH ZUM KENNENLERNEN
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Janina Närhi
10x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

46151W
FINNISCH B1.1
Online-Kurs
Anna Sandström
12x, ab Do, 09.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46161
(NEU-)GRIECHISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Sotirios Papadopoulos-Herzhauser
12x, ab Mo, 06.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46162
(NEU-)GRIECHISCH ENTDECKEN MIT SPASS UND FREUDE
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen A1
Elena Papathanassopoulos
12x, ab Do, 09.10.2025, 16:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46163
(NEU-)GRIECHISCH A1.3
Sotirios Papadopoulos-Herzhauser
15x, ab Di, 23.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46164
(NEU-)GRIECHISCH A2
Sotirios Papadopoulos-Herzhauser
15x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46165
(NEU-)GRIECHISCH IM ALLTAG B1
Auch für Wiedereinsteiger*innen
Sotirios Papadopoulos-Herzhauser
15x, ab Mi, 01.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46172 **W**
IWRITH/ (NEU-)HEBRÄISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Netta Barry
15x, ab Mi, 24.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46173 **W**
IWRITH/ (NEU-)HEBRÄISCH A1.3
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen
Netta Barry
15x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46174 **W**
IWRITH/ (NEU-)HEBRÄISCH A1.4
Für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen - Kleingruppenformat
Netta Barry
12x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 168,00 €

46175W
IWRITH/ (NEU-)HEBRÄISCH A2.3
Online-Kurs
Efrat Haas
12x, ab Di, 07.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

Gewusst?

WIR BIETEN MEHR ALS 30 FREMDSPRACHEN AN.

46176.01 **W**
IWRITH/ (NEU-)HEBRÄISCH A2/B1
Anat Karck
12x, ab Di, 30.09.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46176.02W
IWRITH/ (NEU-)HEBRÄISCH A2/B1
Online-Kurs
Efrat Haas
12x, ab Di, 07.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46179W
HINDI A1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse – Online-Kurs
Swati Dua
12x, ab Do, 09.10.2025, 19:45 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46180W
HINDI A1.2
Für Teilnehmende mit geringeren Vorkenntnissen – Online-Kurs
Swati Dua
12x, ab Do, 09.10.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46181W
ISLÄNDISCH ZUM KENNENLERNEN
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Tobias Neumann
12x, ab Fr, 10.10.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46182W
ISLÄNDISCH A1+
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Tobias Neumann
12x, ab Di, 07.10.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46191.01
JAPANISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Kaori Tanaka
15x, ab Mi, 24.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46191.02W
JAPANISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Reiko Zahn-Tsukahara
15x, ab Do, 25.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46192.01W
JAPANISCH A1.2
Online-Kurs
Reiko Zahn-Tsukahara
15x, ab Mo, 22.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46192.01WZ
JAPANISCH A1.2
Online-Kurs
Reiko Zahn-Tsukahara
15x, ab Mi, 01.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46192.02
JAPANISCH A1.2
Kaori Tanaka
15x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46193
JAPANISCH A1.3
Setsuko Kronfeld-Hidaka
15x, ab Mo, 22.09.2025,
20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46194
JAPANISCH A2.1
Setsuko Kronfeld-Hidaka
15x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46195W
JAPANISCH A2.2
Online-Kurs/ Kleingruppenformat
Kaori Tanaka
12x, ab Mo, 06.10.2025,
20:00 Uhr
Gebühr: 168,00 €

46196.01
JAPANISCH A2.3
Setsuko Kronfeld-Hidaka
15x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46196.02W
JAPANISCH A2.3
Online-Kurs / Kleingruppenformat
Kaori Tanaka
12x, ab Di, 07.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 168,00 €

46197W
JAPANISCH A2.6
Online-Kurs
Reiko Zahn-Tsukahara
15x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46198W
JAPANISCH B1/B2
Online-Kurs / Kleingruppenformat
Reiko Zahn-Tsukahara
12x, ab Mo, 06.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 168,00 €

HIGH-LIGHT

RUMÄNISCH IM WINTER

Drei Termine
Ab Samstag 08.11.2025

46201.01W
KOREANISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Min Kyung Kim
15x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46201.02WNEU
KOREANISCH AM VORMITTAG - MIT SPASS UND MUSSE
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Haejin Yoon
12x, ab Mi, 08.10.2025, 10:30 Uhr
Gebühr: 151,20 €

46202W
KOREANISCH A1.2
Online-Kurs
Haejin Yoon
15x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46202WZ
KOREANISCH A1.2
Online-Kurs
Haejin Yoon
15x, ab Do, 25.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46203W
KOREANISCH A1.3
Online-Kurs
Min Kyung Kim
15x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46204W
KOREANISCH A1.4
Online-Kurs
Haejin Yoon
15x, ab Mi, 24.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46205W
KOREANISCH A2.3
Online-Kurs
Min Kyung Kim
15x, ab Do, 25.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46206W
KOREANISCH B2.1
Online-Kurs
Min Kyung Kim
15x, ab Mi, 24.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46211
KROATISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Ines Buntak
12x, ab Di, 07.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46212W
KROATISCH / BOSNISCH / SERBISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Iva Petrak
15x, ab Mo, 06.10.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46213 NEU
BKS FÜR KOMPLETTE ANFÄNGER*INNEN - EIN WORKSHOP ZUM EINSTIEG
Wochenendkurs
Iva Petrak
Fr, 26.09.2025, 17:30 - 19:00 Uhr
Sa, 27.09.2025, 11:00 - 12:30 Uhr
So, 28.09.2025, 12:45 - 14:15 Uhr
Gebühr: 37,80 €

46214W
KROATISCH / BOSNISCH / SERBISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Iva Petrak
15x, ab Mi, 08.10.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46215W
KROATISCH / BOSNISCH / SERBISCH A1.3
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Iva Petrak
15x, ab Mi, 08.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46216
KROATISCH A1 / A2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen
Ines Buntak
12x, ab Di, 07.10.2025,
20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46217 NEU
KYRILLISCH LERNEN - SCHRIFT-WORKSHOP SERBISCH
Wochenendkurs
Iva Petrak
Fr, 26.09.2025, 19:15 - 20:45 Uhr
Sa, 27.09.2025, 12:45 - 14:15 Uhr
So, 28.09.2025, 11:00 - 12:30 Uhr
Gebühr: 37,80 €

46231W
NIEDERLÄNDISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Harriet Spenke
10x, ab Mi, 14.01.2026, 17:45 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

46232W
NIEDERLÄNDISCH A1.2
Online-Kurs
Harriet Spenke
12x, ab Do, 06.11.2025, 19:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46233W
NIEDERLÄNDISCH A1.3
Online-Kurs
Harriet Spenke
10x, ab Mo, 03.11.2025, 17:45 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

46234W
NIEDERLÄNDISCH A2.1
Online-Kurs
Harriet Spenke
10x, ab Mi, 01.10.2025, 17:45 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

46235W
NIEDERLÄNDISCH B1.1
Online-Kurs
Harriet Spenke
10x, ab Fr, 07.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

46241.01W
NORWEGISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Trond Fuhrmeister
12x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46241.02 NEU
NORWEGISCH AM VORMITTAG A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Vilde Håvardstun-von Cube
12x, ab Mo, 29.09.2025, 10:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46242.01W
NORWEGISCH A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Trond Fuhrmeister
15x, ab Do, 25.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46242.02W
NORWEGISCH A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Sophia Schmülling
12x, ab Mo, 15.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46243W
NORWEGISCH A1.3
Online-Kurs
Trond Fuhrmeister
15x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46244W
NORWEGISCH A2+
Online-Kurs
Trond Fuhrmeister
15x, ab Di, 23.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46245 NEU
NORWEGISCH KONVERSATION AM VORMITTAG - AB SPRACHNIVEAU A2/B1
Freies Sprechen - Wiederholung - Vertiefung
Vilde Håvardstun-von Cube
12x, ab Mo, 29.09.2025, 08:45 Uhr
Gebühr: 151,20 €

46251.01
PERSISCH/FARSI A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Ghodrat Ramzani
12x, ab Mi, 05.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46251.02W
PERSISCH/FARSI A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Ghodrat Ramzani
12x, ab Do, 06.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46252W
PERSISCH/FARSI A1.2
Online-Kurs
Ghodrat Ramzani
12x, ab Mo, 03.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46253W
PERSISCH/FARSI A1.3
Online-Kurs
Ghodrat Ramzani
12x, ab Di, 04.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46254W
PERSISCH/FARSI A2.1
Online-Kurs
Ghodrat Ramzani
12x, ab Di, 04.11.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46255W
PERSISCH/FARSI B2.1
Online-Kurs
Ghodrat Ramzani
12x, ab Mo, 03.11.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46263W
POLNISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Malgorzata Zajonz
10x, ab Mi, 17.09.2025, 20:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

46264W
POLNISCH A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen - Online-Kurs
Malgorzata Zajonz
10x, ab Mi, 26.11.2025, 20:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € (siehe Info S. 63)

46265W
(ÖBER)SCHLESISCH A1.1
Eichendorffs Zweitsprache in Europa und Texas / Kleingruppenformat
Adam Kubik
10x, ab Di, 14.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 140,00 €

46271W
BRASILIANISCHES PORTUGIESISCH A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen – Online Kurs
Julio Pedro Araujo Riedl
12x, ab Di, 30.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46272W
BRASILIANISCHES PORTUGIESISCH A1.3
Online-Kurs
Julio Pedro Araujo Riedl
12x, ab Di, 30.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46275.01
EUROPÄISCHES PORTUGIESISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Joao Manuel Carvalho
15x, ab Di, 23.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46275.02W
EUROPÄISCHES PORTUGIESISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Ricardo Miguel Nogueira Guerra
12x, ab Do, 09.10.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46276.01
EUROPÄISCHES PORTUGIESISCH A1.2
Joao Manuel Carvalho
15x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46276.02W
EUROPÄISCHES PORTUGIESISCH A1.2
Online-Kurs
Gonçalo Roberto de Sousa Alves Pereira
12x, ab Mo, 06.10.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

HINWEIS

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

www.vhs-hd.de

46277.01
EUROPÄISCHES PORTUGIESISCH A1.3
Isabel Maria Pessanha Marcante
15x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46277.02W
EUROPÄISCHES PORTUGIESISCH A1.3
Online-Kurs
Joao Manuel Carvalho
15x, ab Do, 25.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46278
EUROPÄISCHES PORTUGIESISCH A2 / B1
Auch für Wiedereinsteiger*innen
Joao Manuel Carvalho
15x, ab Di, 23.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46281 NEU
RUMÄNISCH IM WINTER
Eine literarische und sprachliche Winterreise
Adriana Carcu
3x, ab Sa, 08.11.2025, 14:30 Uhr
Gebühr: 42,00 €

46291.01W
RUSSISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse – Online-Kurs
Marina Pramskaya
15x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46291.02
RUSSISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Darya Katkova
15x, ab Di, 30.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (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, 07.10.2025, 11:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46292
RUSSISCH A1.2
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Darya Katkova
15x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46293.01
RUSSISCH A1.3
Darya Katkova
15x, ab Mi, 24.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46293.02W
RUSSISCH A1.3
Online-Kurs
Magdalena Melter
12x, ab Mi, 08.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)



RUSSISCHE LEKTÜRE: RUSSISCHE PERSÖNLICHKEITEN

An 12 Terminen
Ab 08.10.2025

46294W
RUSSISCH A2.1
Online-Kurs
Magdalena Melter
12x, ab Mi, 08.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46295W
RUSSISCH A2.2
Online-Kurs
Magdalena Melter
12x, ab Di, 07.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46296 NEU
RUSSISCHE LEKTÜRE: RUSSISCHE PERSÖNLICHKEITEN
Ab Sprachniveau A2/B1
Irina Pavlova
12x, ab Mi, 08.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46297
RUSSISCH B1
Für Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger*innen
Nina Trubacheva
12x, ab Mi, 08.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46298W
RUSSISCH B1/B2
Online-Kurs mit Lektüre
Magdalena Melter
12x, ab Di, 07.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 151,20 €

46298.02
RUSSISCH B2
Nina Trubacheva
12x, ab Mo, 06.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46299
RUSSISCH C1
Grammatik und Lektüre
Nina Trubacheva
12x, ab Mo, 06.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46311.01W
SCHWEDISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Sara Martens
15x, ab Do, 25.09.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46311.02
SCHWEDISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Christina Modig
15x, ab Mi, 15.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46312W
SCHWEDISCH A1.2
Online-Kurs
Tobias Neumann
15x, ab Do, 25.09.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46313W
SCHWEDISCH A2.1
Online-Kurs
Leah Preisinger
15x, ab Mi, 24.09.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46314W
SCHWEDISCH B1/B2
Online-Kurs
Jenny Elster
15x, ab Di, 23.09.2025, 19:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46319W
KARIBU KISWAHILI!
Swahili zum Kennenlernen - Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse / Online - Kurs
Dr. Uta Reuster-Jahn
12x, ab Mi, 08.10.2025, 19:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46320W
KARIBU KISWAHILI! A1.3
Swahili für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Dr. Uta Reuster-Jahn
12x, ab Di, 30.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

46321W
THAILÄNDISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Petchrada Chantawangso
15x, ab Mo, 29.09.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46322W
THAILÄNDISCH A1.2
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Petchrada Chantawangso
15x, ab Do, 25.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46323W
THAILÄNDISCH A1.3
Online-Kurs
Petchrada Chantawangso
15x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46324W
THAILÄNDISCH A1.6
Online-Kurs
Petchrada Chantawangso
15x, ab Di, 23.09.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46341
TÜRKISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Sevket Kisa
12x, ab Fr, 10.10.2025, 17:30 Uhr
Gebühr: 122,40 € (siehe Info S. 63)

NEU

Kyrillisch lernen – Schrift-Workshop Serbisch

Wochenendkurs
Ab Freitag 26.09.2025

46342W
TÜRKISCH A1.2
Online-Kurs
Asli Cetin
15x, ab Mo, 22.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46343W
TÜRKISCH A1.3
Online-Kurs
Asli Cetin
15x, ab Di, 23.09.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46344W
TÜRKISCH A1.4
Online-Kurs
Asli Cetin
15x, ab Mi, 24.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46345W
TÜRKISCH A2.2
Online-Kurs
Asli Cetin
15x, ab Fr, 26.09.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46351W
UNGARISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Krisztina Tompa
15x, ab Di, 07.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46352W
UNGARISCH A1.3
Online-Kurs
Krisztina Tompa
15x, ab Mo, 06.10.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46353W
UNGARISCH A1.5
Online-Kurs
Krisztina Tompa
15x, ab Di, 07.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46354W
**UNGARISCH FÜR
FORTGESCHRITTENE A2 - B1**
Online-Kurs
Krisztina Tompa
15x, ab Mo, 06.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

46371W
VIETNAMESISCH A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse - Online-Kurs
Dong Nghi Nguyen
12x, ab Fr, 24.10.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 144,00 €

46372W
VIETNAMESISCH A1.2
Für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen - Online-Kurs
Dong Nghi Nguyen
15x, ab Do, 25.09.2025, 19:00 Uhr
Gebühr: 153,00 € (siehe Info S. 63)

FUTURE SKILLS

#zukunftsart_vhs

Mach' dich fit für die Zukunft –
qualifiziere dich weiter!
Jetzt Kurse finden unter:
vhs-hd.de

© Frank Schemmann

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

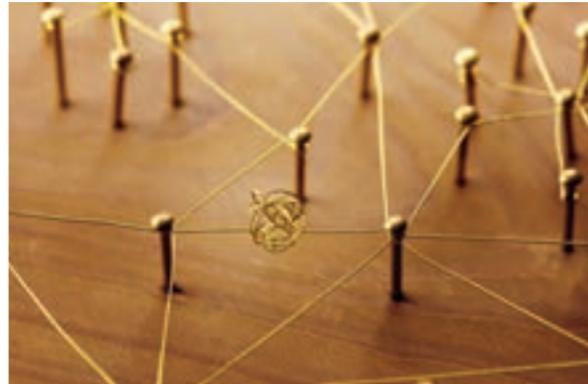
BERUF UND COMPUTER

Ob für Ihren Beruf oder Ihren Alltag – hier finden Sie hochwertige Kurse, die Sie fit für die Herausforderungen von morgen machen. Entdecken Sie moderne Arbeitstechniken, stärken Sie Ihre Soft Skills und erweitern Sie Ihr Fachwissen, um in einer digitalen und dynamischen Welt erfolgreich zu sein. Auch Schüler*innen, Auszubildende und Studierende erwartet ein vielfältiges Angebot, das wichtige Zukunftskompetenzen vermittelt und neue Perspektiven eröffnet.



50207
DIE KRAFT DER STIMME!
Do + Fr, 22. + 23.01.2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Eine klangvolle Stimme, eine natürliche Körpersprache und ein bewusster Auftritt – wer mit Stimme und Körper präsent ist, wirkt glaubwürdig und begeistert. In diesem Seminar entwickeln Sie auf Basis gezielter Atemtechnik Ihr Stimm- und Körperbewusstsein. Sie lernen, Ihre individuelle Stimmpersönlichkeit authentisch einzusetzen und mit Gestik, Mimik und Haltung zu unterstreichen. Durch praktische Übungen zu Atmung, Stimme und Ausdruck erleben Sie, wie Ihre Präsenz wächst – spürbar und hörbar.



50106
BEZIEHUNGSWEISE
Mi, 19.11.25, 18:15 – 21:15 Uhr

Wie sind Sie in Beziehung zu Ihren Wünschen? Und wie beeinflusst das Ihre Beziehung zu Mitmenschen, Kollegen und Kolleginnen, Vorgesetzten oder Mitarbeitenden? Mit Improvisation, Bewegung und Elementen des „Theaters der Unterdrückten“ – einer bestimmten von Augusto Boal entwickelten Methodenreihe – erkunden wir spielerisch Geschichten über Wünsche und Konflikte im Alltag und im Arbeitskontext. Gestärkt wird dadurch die Selbstwirksamkeit. Keine Theatererfahrung erforderlich.



5205
AUS ZOFF WIRD DIALOG!
Sa, 29.11.2025, 09:00 – 16:00 Uhr

Konflikte sind normal, oft aber belastend. Doch Konfliktlösung lässt sich lernen! In diesem Kurs erfahren Sie, wie man Konflikte früh erkennt, anspricht und konstruktiv löst. Mit dem Win-Win-Prinzip und praxisnahen Tools stärken Sie Ihre Kommunikation, vermeiden Reibungsverluste und fördern gute Zusammenarbeit.



5210W
DEINE MESSAGE, DEIN TEXT
2x, Sa, 31.01. + 07.02.2026, 09:00 – 12:00 Uhr

Das Motto der Zukunft: Weniger Bla, mehr Boom! Sie möchten für Ihr Unternehmen überzeugend kommunizieren oder als Gründer*in authentisch wirken? In diesem Seminar lernen Sie Techniken, mit denen Texte von der Infowüste zum Pageturner werden. Ob E-Mail, Website oder Social Media: Formulieren Sie Inhalte verständlich, lebendig und professionell.



LERN- & ARBEITSTECHNIKEN
13 Kurse

RHETORIK, KOMMUNIKATION & FÜHRUNG
8 Kurse

GEBÄRDENSPRACHEN
8 Kurse

(NEU-)ORIENTIERUNG
10 Kurse

KOMPETENZ IN BERUF UND STUDIUM
15 Kurse

BETRIEBSWIRTSCHAFT
18 Kurse

EDV-GRUNDLAGEN
9 Kurse

MS OFFICE-PROGRAMME
11 Kurse

WEITERE MEDIEN UND PROGRAMME
15 Kurse

FACHSPEZIFISCHE THEMEN
2 Kurse

**KON-
TAKT**

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

Team Beruf und Computer
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
Mo, 27.10. und Di, 28.10.2025,
jeweils 09:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 78,00 €

50102K **BYE BYE LAMPENFIEBER**

Als Schüler*in sicher auftreten
(ab 11 Jahre)

Kerstin Kaufmann-Brosch
Fr, 31.10.2025, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 52,00 €

50103K **LERNEN KANN SPASS MACHEN!**

Lern-Coaching für Schüler*innen
ab 11 Jahren

Kerstin Kaufmann-Brosch
Fr, 20.02. und Sa, 21.02.2026,
jeweils 09:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 78,00 €

50104 **SOVERÄN TROTZ LAMPENFIEBER!**

Sicher auftreten & sprechen

Kerstin Kaufmann-Brosch
Sa, 25.10.2025, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

50105 NEU **LERNFREUDE ERHALTEN - AUCH ALS ERWACHSENE**

Effektive Techniken

Dr. Claudia Kaufmann
Sa, 15.11. und Sa, 22.11.2025,
jeweils 10:00 - 15:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

50106 NEU **BEZIEHUNGSWEISE**

ein interaktiver Theaterabend
über Wünsche und Konflikte im

Katharina Schilling
Mi, 19.11.2025, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 34,00 €

50107 **VISUELLE NOTIZEN - MIT SKETCHNOTES ANKER IM KOPF SETZEN**

Katharina Schilling
Do, 06.11.2025, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 34,00 €

50108 **GRAPHIC RECORDING**

Visuelle Dokumentation in
Meetings

Katharina Schilling
Do, 13.11.2025, 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 34,00 €

50109 NEU **GEDÄCHTNIS-BOOSTER: DIE BESTEN MERKTECHNIKEN**

Harald Drescher
Sa, 31.01.2026, 09:30 - 13:30 Uhr
Gebühr: 42,50 €

50110W **ONLINE-MEETING SICHER MODERIEREN**

Dr. Wiebke Wetzel
Do, 23.10.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 34,00 €

50111W **STRUKTURIERTES ZEIT- UND SELBSTMANAGEMENT**

Online-Kurs
Kerstin Kaufmann-Brosch
2x, ab Di, 13.01.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 76,50 €

50112 **PERSÖNLICHE ZIELE SETZEN UND MOTIVIERT UMSETZEN**

Nachhaltige Veränderungen
erreichen
Hedi Blumer
Sa, 07.02.2026, 09:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 42,50 €



BYE BYE LAMPENFIEBER

Freitag, 31.10.2025
09:00 - 16:00 Uhr

50113 **RUNDGÄNGE DURCH DIE STADTBÜCHEREI**

Do, 02.10., Fr, 07.11., Di, 09.12.,
Mi, 14.01., Do, 05.02.2026
jeweils 17:00 - 18:30 Uhr
kostenfrei

RHETORIK, KOMMUNIKATION UND FÜHRUNGSKOMPETENZEN

50202 **KLAR KOMMUNIZIEREN - ÜBERZEUGEND AUFTRETEN**

Ein Kommunikationstraining
für den beruflichen Alltag!
Margit Edelmann
Sa, 18.10.2025, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 19.10.2025, 09:30 - 16:00 Uhr
Gebühr: 136,00 €

50203 **KÖRPERSPRACHE**

Souverän und überzeugend
auftreten!
Margit Edelmann
Sa, 22.11.2025, 10:00 - 17:30 Uhr
So, 23.11.2025, 09:30 - 16:00 Uhr
Gebühr: 136,00 €

50204W NEU **ARGUMENTATIONSSTARK IM ALLTAG UND BERUF**

Überzeugen statt überreden
Isabel Nierbeck
Sa, 17.01.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

50206 **WIRKUNGSVOLL SPRECHEN - DIE AUSDRUCKSSTARKE SPRECHSTIMME**

Elisabeth Fritsch
Sa, 15.11.2025, 10:30 Uhr
Gebühr: 42,50 €

50207 NEU **DIE KRAFT DER STIMME!**

Mit Stimme und Körper
Präsenz zeigen
Elisabeth Fritsch
Do, 22.01. und Fr, 23.01.2026
jeweils 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 136,00 €

50208 **SCHWIERIGE GESPRÄCHE KONSTRUKTIV MANAGEN**

Lösungsorientierte und praxis-
nahe Vorgehensweisen finden
Hedi Blumer
Fr, 05.12.2025, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 06.12.2025, 09:30 - 16:30 Uhr
Gebühr: 102,00 €

50209 **SELBSTBEWUSSTER UND ENTSPANNTER DURCH DEN (BERUFS-)ALLTAG**

Dr. Claudia Kaufmann
Sa, 08.11.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

50210 **UMGANG MIT SCHWIERIGEN MENSCHEN**

Selbstbewusster und gelassener
durch den (Berufs-)Alltag
Dr. Claudia Kaufmann
Sa, 10.01.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

GEBÄRDENSPRACHEN

50300E **SCHNUPPERN IN LAUTSPRACH-GEBÄRDEN**

Katharina Billich
Mi, 22.10.2025, 18:15 Uhr
Eintritt frei

50301 **LAUTSPRACHBEGLEITENDE GEBÄRDEN**

Grundkurs
Katharina Billich
5x, ab Mi, 05.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

50302 **LAUTSPRACHBEGLEITENDE GEBÄRDEN**

Aufbaukurs
Katharina Billich
5x, ab Mi, 07.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 52,50 €

50303 **LAUTSPRACHBEGLEITENDE GEBÄRDEN FÜR FORTGESCHRITTENE**

Konversation mit LBG
Katharina Billich
10x, ab Di, 11.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 105,00 €

50311.01 **DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE 1**

DGS-Grundkurs
Thomas Bähr
10x, ab Di, 04.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 105,00 € / zzgl. 20,00 €
für ein Buch

50311.02 **DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE 1**

DGS-Grundkurs
Thomas Bähr
10x, ab Mi, 05.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 105,00 € / zzgl. 20,00 €
für ein Buch

50312 **DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE 2**

DGS-Aufbaustufe
Thomas Bähr
10x, ab Mi, 05.11.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 105,00 € / zzgl. 20,00 €
für ein Skript

50313 **DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE 3**

DGS für Fortgeschrittene
Thomas Bähr
10x, ab Di, 04.11.2025, 20:00 Uhr
Gebühr: 105,00 €

(NEU-)ORIENTIERUNG, BEWERBUNG, EXISTENZGRÜNDUNG

5101 **ZUKUNFTSGESTALTUNG**

... durch Persönlichkeits-
entwicklung
Dr. Claudia Kaufmann
Sa, 07.02. und So, 08.02.2026,
jeweils 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 128,00 €

5102W **PERSÖNLICHE STANDORT- UND ZIELBESTIMMUNG**

Online-Kurs
Prof. Dr. Bettina Franzke
Sa, 31.01. und So, 01.02.2026,
jeweils 09:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 136,00 €

5103 **EXISTENZGRÜNDUNG**

Dr. Anja Kellermann
2x, ab Sa, 17.01.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 64,00 €

5104E
GERADE NICHT GLÜCKLICH IM STUDIUM? AUF SUCHE NACH ALTERNATIVEN
 Für Studierende
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
 Do, 06.11.2025, 13:30 Uhr
Eintritt frei

5105E
PLAN B: ALTERNATIVEN ZU KLASSENZIMMER UND SCHULE
 Für Studierende
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
 Mi, 19.11.2025, 13:30 Uhr
Eintritt frei

5106E
STUDIENENDE - UND WAS DANN?
 Für Studierende
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
 Mi, 14.01.2026, 13:30 Uhr
Eintritt frei

5107E
WELCHER BERUF PASST ZU MIR UND MEINEN STÄRKEN?
 Für Studierende
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
 Do, 15.01.2026, 13:30 Uhr
Eintritt frei

5108E
WO VERSTECKT SICH MEIN TRAUMJOB?
 Für Studierende
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
 Mi, 21.01.2026, 13:30 Uhr
Eintritt frei

5109E
WIE ÜBERZEUGEN MEINE BEWERBUNGSUNTERLAGEN?
 Für Studierende
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
 Do, 22.01.2026, 13:30 Uhr
Eintritt frei

5110E
WIE ÜBERZEUGE ICH IM VORSTELLUNGSGESPRÄCH?
 Für Studierende
Hochschulteam der Agentur für Arbeit
 Do, 29.01.2026, 13:30 Uhr
Eintritt frei

KOMPETENZ IN BERUF, STUDIUM UND SCHULE

52020 NEU **BZ | ***
KOMMUNIKATION DER ZUKUNFT
 Future Skills für eine neue Arbeitswelt
Kerstin Kaufmann-Brosch
 Do, 15.01. und Fr, 16.01.2026, jeweils 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 136,00 €

5201 NEU **BZ**
MATHEMATIK-VORBEREITUNG AUF DIE REALSCHULPRÜFUNG
Sabrina Worch
 3x, ab Mo, 27.10.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 66,00 €

5202
BASISWISSEN SEXUELLE BILDUNG FÜR LEHRPERSONEN DER SEKUNDARSTUFE 1
Katharina Schilling
 Di, 07.10., Di, 21.10., Di, 04.11., Di, 11.11.2025
 jeweils 18:30 - 21:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

5203
BASISWISSEN SEXUELLE BILDUNG FÜR LEHRPERSONEN DER PRIMARSTUFE
Katharina Schilling
 Mi, 08.10., Mi, 22.10., Mi, 05.11., Mi, 12.11.2025
 jeweils 18:30 - 21:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

5204 *****
ONLINE UNTERRICHTEN UND LEHREN
 Didaktik, Formate, Konzeption
Prof. Dr. Bettina Franzke
 2x, ab Sa, 07.02.2026, 15:00 Uhr
Gebühr: 72,00 €

5205 NEU **BZ | ***
AUS ZOFF WIRD DIALOG!
 Konfliktlösung mit System
Kerstin Kaufmann-Brosch
 Sa, 29.11.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

5206 **BZ**
ERFOLGREICH MODERIEREN
 Gruppenpotenziale erschließen
Kerstin Kaufmann-Brosch
 Fr, 30.01. und Sa, 31.01.2026
 jeweils 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 140,00 €

5207 **BZ**
STRESSMANAGEMENT BEI MODERATIONEN
 Körpersprache, Lampenfieber, Störer und mehr
Kerstin Kaufmann-Brosch
 Fr, 06.02.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 72,00 €

5208 NEU *****
TEAM-POWER ENTFALTEN!
 Teamwork - Schlüsselkompetenz der Zukunft
Kerstin Kaufmann-Brosch
 Sa, 24.01.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

5209 NEU *****
MARKETING MIT KI-POWER
 ChatGPT: Dein Content-Pool
Dr. Gerd Theobald
 Sa, 29.11.2025, 09:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 51,00 €

5210W NEU *****
DEINE MESSAGE, DEIN TEXT
 Kraftvoll schreiben für mehr Authentizität in Beruf und Business
Angela Mohr
 Sa, 31.01. und Sa, 07.02.2026, jeweils 09:00 - 12:00 Uhr
Gebühr: 68,00 €

5211
ONLINE-MARKETING MIT ZERO-BUDGET
Dr. Gerd Theobald
 Fr, 14.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
 Sa, 15.11.2025, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

5212
SOCIAL-MEDIA-MARKETING
Dr. Gerd Theobald
 Fr, 12.12.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
 Sa, 13.12.2025, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 102,00 €

5213K *****
KINDER-KNIGGE
 Für 8- bis 12-Jährige - kleine Menschen mit großen Manieren
Yvonne Zeeb
 Sa, 25.10.2025, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 26,00 €

5214K *****
JUGEND-KNIGGE
 Für 13- bis 17-Jährige - Gekonnt wirken!
Yvonne Zeeb
 Sa, 25.10.2025, 14:00 Uhr
Gebühr: 26,00 €

BETRIEBSWIRTSCHAFTLICHE KOMPETENZEN

5701W
FUNDRAISING, SPENDEN UND SPONSORING
 Finanzierungsmöglichkeiten für Vereine
Matthias Tausch
 Do, 16.10.2025, 18:00 Uhr
*Gebühr: 15,00 €**

5703Y
BUCHFÜHRUNG FÜR VEREINE
 Hybridkurs (Präsenz und Online)
Margot Munitze
 Sa, 10.01.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
*Gebühr: 30,00 €**

** Dieses Seminar ist nur für Vereinsmitglieder und wird von der Stadt Heidelberg unterstützt! Der angegebene Preis gilt für Heidelberger Vereine. Mitglieder anderer Vereine zahlen das doppelte. Den Verein und seinen Sitz bitte vor Kursbeginn mitteilen!*

5320
INVESTIEREN LERNEN: AKTIEN, FONDS & MEHR
 Börsenwissen für Einsteiger*innen
Harald Drescher
 Sa, 18.10.2025, 09:30 Uhr
Gebühr: 42,50 €

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!

NEU

Marketing mit KI-Power*

Samstag, 29.11.2025
 09:00 - 14:00 Uhr

5341Y
**FINANZBUCHFÜHRUNG 1
(XPERT-BUSINESS-GRUND-
KURS)**

Hybridkurs: Präsenz und Online
Margot Mulitze
13x, ab Mo, 06.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 387,00 € (inkl. Lehrbuch
und Übungsbuch)

5342P
XPERT-BUSINESS-PRÜFUNG

Bundeseinheitliches
Zertifikatssystem
Margot Mulitze
Sa, 28.02.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 95,00 €

**XPERT-BUSINESS-
WEBINARE**

5350W
FINANZBUCHFÜHRUNG 1
Xpert-Business-Webinar
25x, ab Di, 04.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 425,00 € (inkl. Lehrbuch)

5351W
FINANZBUCHFÜHRUNG 2
Xpert-Business-Webinar
22x, ab Di, 04.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 395,00 € (inkl. Lehrbuch)

5352W
**FINANZBUCHFÜHRUNG 3
MIT DATEV**
Xpert-Business-Webinar
16x, ab Di, 04.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 350,00 € (inkl. Lehrbuch)

5353W
BILANZIERUNG
Xpert-Business-Webinar
20x, ab Di, 04.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 360,00 € (inkl. Lehrbuch)

INFO

Alle Xpert-Business-
Webinare vom LernNetz
beginnen am 04.11.2025
und finden immer diens-
tags und donnerstags
von 18:30 bis 20:30 Uhr
statt. Beim Buchen eines
gesamten Lehrgangs ist
eine Rabattierung möglich.

5354W
**KOSTEN- UND
LEISTUNGSRECHNUNG**
Xpert-Business-Webinar
20x, ab Di, 04.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 360,00 € (inkl. Lehrbuch)

5355W
**EINNAHMEN-ÜBERSCHUSS-
RECHNUNG**
Xpert-Business-Webinar
11x, ab Di, 04.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 234,00 € (inkl. Lehrbuch)

5356W
**BETRIEBLICHE
STEUERPRAXIS**
Xpert-Business-Webinar
22x, ab Di, 04.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 360,00 € (inkl. Lehrbuch)

5357W
**LOHN- UND
GEHALTSABRECHNUNG 1
(GRUNDLAGEN)**
Xpert-Business-Webinar
24x, ab Di, 04.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 425,00 € (inkl. Lehrbuch)

5358W
**LOHN- UND
GEHALTSABRECHNUNG 2
(AUFBAUKURS)**
Xpert-Business-Webinar
22x, ab Di, 04.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 360,00 € (inkl. Lehrbuch)

5359W
**LOHN- UND
GEHALTSABRECHNUNG 3
MIT DATEV**
Xpert-Business-Webinar
16x, ab Di, 04.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 350,00 € (inkl. Lehrbuch)

5360W
CONTROLLING
Xpert-Business-Webinar
20x, ab Di, 04.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 360,00 € (inkl. Lehrbuch)

5361W
PERSONALWIRTSCHAFT
Xpert-Business-Webinar
20x, ab Di, 04.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 360,00 € (inkl. Lehrbuch)

5362W
FINANZWIRTSCHAFT
Xpert-Business-Webinar
20x, ab Di, 04.11.2025, 18:30 Uhr
Gebühr: 360,00 € (inkl. Lehrbuch)

**EDV-GRUNDLAGEN
UND BETRIEBSSYSTEM**

5601
COMPUTER-GRUNDKURS
Windows 11 und Word
Werner Straßer
Mo, 06.10., Di, 07.10., Mo, 13.10.,
Di, 14.10., Mo, 20.10., Di, 21.10.2025
jeweils 18:15 - 20:45 Uhr
Gebühr: 173,00 €

5602
COMPUTER-AUFBAUKURS
Anwendungen für Alltag und
Beruf: Windows, Word, Excel,
Outlook und Internetrecherche
Werner Straßer
Mo, 03.11., Di, 04.11., Mo, 10.11.,
Di, 11.11., Mo, 17.11., Di, 18.11.2025
jeweils 18:15 - 20:45 Uhr
Gebühr: 170,00 €

5603
**COMPUTER
EINZELCOACHING**
Auf Anfrage: 06221 9119-71
oder beruf@vhs-hd.de
Gebühr: 50,00 € / für 1 Unter-
richtseinheit. 3 UE sind mind. zu
buchen. Termin(e) nach Verein-
barung.

5604
WINDOWS 11
Das Betriebssystem sicher
beherrschen
Werner Straßer
Sa, 08.11.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 80,00 €

BZ

HINWEIS

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

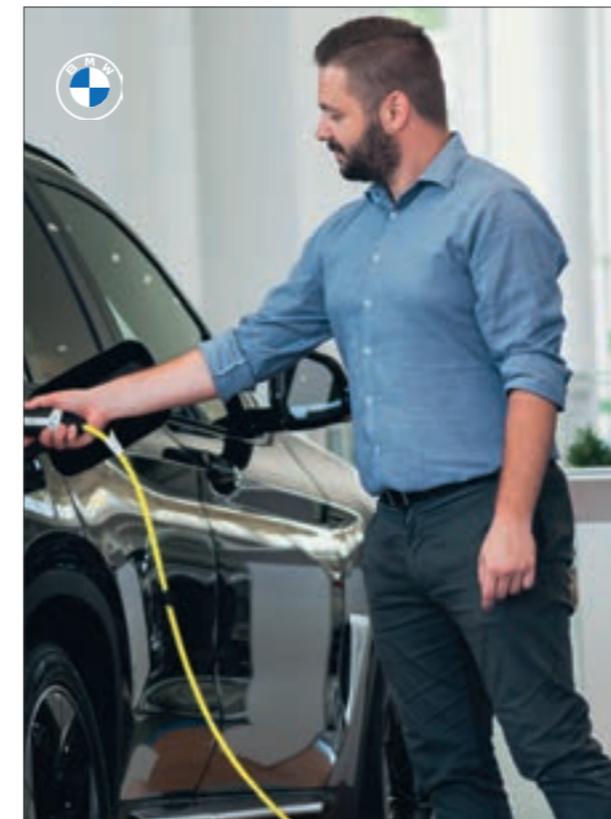
www.vhs-hd.de

5605
**GRUNDKURS IN
MAC OS X VON APPLE**
Für Ein- und Umsteiger*innen
Benjamin Kutscher
Sa, 22.11. und So, 23.11.2025,
jeweils 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 136,00 €

**TASTSCHREIBEN
AM COMPUTER**

5501.01K 
**10-FINGERSYSTEM
IN 4 LEKTIONEN**
9 - 15 Jahren
Kerstin Quintero
Fr, 07.11.2025, 15:00 - 18:15 Uhr
Sa, 08.11.2025, 11:00 - 14:15 Uhr
Gebühr: 68,90 €

5501.02K 
**10-FINGERSYSTEM
IN 4 LEKTIONEN**
9 - 15 Jahren
Kerstin Quintero
Fr, 30.01.2026, 15:00 - 18:15 Uhr
Sa, 31.01.2026, 11:00 - 14:15 Uhr
Gebühr: 68,90 €



DRIVE GREEN, THINK AHEAD.

Digitalisierung und Nachhaltigkeit sind die Treiber
unserer Vision, die Mobilität der Zukunft neu zu
gestalten. Unsere innovativen Ansätze verbinden
Mensch und Technik auf intelligente Weise –
vernetzt, ressourcenschonend und stets im Sinne
Ihrer Bedürfnisse. An fünf Standorten in der Rhein-
Neckar-Region sind wir Ihr Partner und
Ansprechpartner für BMW, BMW M und MINI – ein
Familienunternehmen, das Vertrauen und Tradition
mit zukunftsweisender Dynamik vereint.

Krauth-Gruppe   

74889 Sinsheim | Neulandstr. 26 | Tel. 07261 9251-0
69190 Walldorf | Josef-Reiert-Str. 20 | Tel. 06227 609-0
68766 Hockenheim | Mannheimer Str. 21 | Tel. 06205 9788-0
74821 Mosbach | Hohlweg 22 | Tel. 06261 9750-0
69123 Heidelberg | In der Gabel 12 | Tel. 06221 7366-0

Unsere Marken: BMW, BMW i, BMW M, MINI
Folgen Sie uns auch auf Instagram, Facebook,
LinkedIn & YouTube.

www.bmw-krauth.de

Mehr Infos unter:



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, 10.10.2025, 15:00 - 18:15 Uhr
Sa, 11.10.2025, 11:00 - 14:15 Uhr
Gebühr: 84,90 €

OFFICE-PROGRAMME

5610
WORD-CRASHKURS
Grundlagen an 1 Tag
Matthias Dengel
Sa, 25.10.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 90,00 € / 4 - 8 TN

FIRMENSCHULUNGEN

Für Sie zugeschnitten serviert!
Qualifizierte Mitarbeiter*innen sind ein wesentlicher Erfolgsfaktor im wirtschaftlichen Wettbewerb und für Non-Profit-Organisationen. Neue Qualifikationen vermitteln, Kenntnisse zur Effizienzsteigerung auffrischen, Kompetenzen weiterentwickeln – das sind Stärken der vhs Heidelberg.
Wir erarbeiten für Sie ein individuelles Angebot für Firmenschulungen, das präzise auf Ihren Bedarf zugeschnitten ist – inhouse oder in der gut erreichbaren vhs.

5611
WORD-INTENSIV
Intensivtraining in Kleingruppe
Matthias Dengel
Fr, 10.10.2025, 09:00 - 13:00 Uhr
Gebühr: 64,00 €

5620 **BZ**
EXCEL-CRASHKURS (GRUNDLAGEN AN 1 TAG)
Matthias Dengel
Sa, 29.11.2025, 08:30 - 16:15 Uhr
Gebühr: 90,00 €

5621Y
EXCEL
Grundkurs mit Vertiefung
Hybridkurs
Damir Matesic
5x, ab Do, 09.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 170,00 € / Auf Wunsch kann ein Buch als PDF erworben werden.

5622W
EXCEL-AUFBAUKURS
Datenbank & Pivot-Tabellen
Online-Kurs
Matthias Dengel
Di, 11.11.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 70,00 € / 4 - 8 TN

Unser Weiterbildungsangebot umfasst:

- KOMMUNIKATION & RHETORIK
- FREMDSPRACHEN
- BÜROMANAGEMENT
- ARBEITSTECHNIKEN
- FÜHRUNGSKOMPETENZEN
- INTERKULTURELLE KOMPETENZEN
- BETRIEBSWIRTSCHAFTLICHES KNOW-HOW
- BREITGEFÄCHERTE EDV-KURSE

5623W
EXCEL-AUFBAUKURS
Formeln & Funktionen
Online-Kurs
Matthias Dengel
Mo, 06.10. und Mo, 13.10.2025
jeweils 18:00 - 22:00 Uhr
Gebühr: 140,00 €

5631 **BZ**
OUTLOOK UND ONE NOTE
Effiziente Organisation (E-Mail, Termine, Aufgaben, elektronisches Notizbuch)
Matthias Dengel
Fr, 28.11.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 80,00 €

5632Y
POWERPOINT
Effiziente Folienherstellung und -gestaltung, professionelle Präsentation (Hybridkurs)
Damir Matesic
4x, ab Do, 15.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 160,00 € / 4 - 8 TN



Bei Interesse wenden Sie sich bitte an Bettina Rothhaas:

06221 9119-40
beruf@vhs-hd.de



TEXTEN MIT CHATGPT*

Samstag, 17.01.2026
09:00 - 14:00 Uhr

5633W
DATENBANKEN MIT ACCESS 2016
Online-Kurs
Matthias Dengel
3x, ab Mi, 12.11.2025, 18:00 Uhr
Gebühr: 204,00 € / 3 - 6 TN

5634
GRUNDKURS IN WORD UND EXCEL
Werner Straßer
6x, ab Mi, 14.01.2026, 09:00 Uhr
Gebühr: 204,00 €

5637 **EP**
KOMBIKURS WORD UND EXCEL
Damir Matesic
5x, ab Di, 13.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 170,00 €

SMARTPHONE UND TABLETS

5651
IPHONE/IPAD: DAS BESTE HERAUSHOLEN!
Damir Matesic
3x, ab Mo, 03.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € / max. 8 TN

5652
ANDROID-BASIERTE SMARTPHONES & TABLETS SINNVOLL NUTZEN
Damir Matesic
Mo, 01.12., Mo, 08.12., Mo, 15.12.2025
jeweils 18:15 - 21:15 Uhr
Gebühr: 102,00 € / max. 8 TN

5653
DAS SMARTPHONE / TABLET EFFEKTIV BEDIENEN
Einzeltraining
Auf Anfrage: 06221 9119-71
oder beruf@vhs-hd.de
Gebühr: 50,00 € pro Unterrichtseinheit á 45 Minuten, Termin(e) nach Vereinbarung

WEITERE MEDIEN UND PROGRAMME

5640
EINKOMMENSTEUER-ERKLÄRUNG AM PC MIT ELSTER SELBST ERSTELLEN
Gewusst wie!
Volker Riechert
Sa, 17.01.2026, 10:15 - 16:00 Uhr
Gebühr: 85,00 €

5660W **NEU** *
IHR DIGITALER NACHLASS
Peter Hetzler
Mo, 19.01.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 17,00 €

5661 **NEU** *
TEXTEN MIT CHATGPT
Dr. Gerd Theobald
Sa, 17.01.2026, 09:00 - 14:00 Uhr
Gebühr: 51,00 €

5661W *
CHATGPT - IHR HELFER IM (BERUFS-)ALLTAG
Peter Hetzler
Sa, 24.01.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 25,50 €

5662 *
BILD- UND TEXTERZEUGENDE KI
Dr. Wiebke Wetzel
2x, ab Mi, 15.10.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 68,00 €

5663 *
CANVA: DIE NEUE ART DER GESTALTUNG
Vom Flyer bis zur Präsentation
Dr. Wiebke Wetzel
Mi, 19.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 34,00 €

5664Y *
ERFOLGREICHES PODCASTING - PODCASTS IN DER LEHRE
Hybridkurs (Präsenz & Online)
Dr. Wiebke Wetzel
2x, ab Mi, 05.11.2025, 18:15 Uhr
Gebühr: 51,00 €

5665Y *
ERKLÄRVIDEOS EINFACH ERSTELLEN - ERKLÄRVIDEOS IN DER LEHRE
Hybridkurs (Präsenz & online)
Dr. Wiebke Wetzel
2x, ab Mi, 28.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 48,00 €

5666 *
WEBSITE UND BLOG MIT WORDPRESS
Peter Hetzler
2x, ab Sa, 17.01.2026, 10:00 Uhr
Gebühr: 100,00 €

5667 *
FOTOBEARBEITUNG MIT DER FREWARE GIMP
Dr. Wiebke Wetzel
2x, ab Mi, 07.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 51,00 €

5668 *
CEWE-FOTOBUCH EINFACH ERSTELLEN
Dr. Wiebke Wetzel
Mi, 21.01.2026, 18:15 Uhr
Gebühr: 34,00 €

5671K NEU
PROGRAMMIEREN MIT SCRATCH - MIT KI UND CHATBOTS

Für Schüler*innen in den Ferien (11 – 16 Jahre)

Felix Fechner

3x, ab Mi, 29.10.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 78,00 €

5702W
CHATGPT ALS NÜTZLICHER HELFER FÜR VEREINE

Biljana Varzic

Di, 02.12.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 15,00 € / Dieses Seminar ist nur für Vereinsmitglieder und wird von der Stadt Heidelberg unterstützt! Der angegebene Preis gilt für Heidelberger Vereine. Mitglieder anderer Vereine zahlen das doppelte. Den Verein und seinen Sitz bitte vor Kursbeginn mitteilen!



FACHSPEZIFISCHE WEITERBILDUNG

5902
WEITERBILDUNG NATURPÄDAGOGIK

Naturerleben, Naturwissen, naturbezogene Methodik und Didaktik

10.10.2025 - 19.07.2026

9 Wochenenden und 2 online-Abende

Gebühr: 2.450,00 € (Frühbucherpreis: 2.350,00 €), zzgl. Kosten für Unterkunft und Verpflegung

5903
FACHERZIEHER*IN FÜR NATUR- UND WALDPÄDAGOGIK

Nächster Aufbaukurs:

26.09. - 29.11.2025,

3 Wochenenden

Nächster Basiskurs: März 2026

Kosten je Kurs 950,00 € (Frühbucherpreis 890,00 €) jeweils zzgl. Kosten für Unterkunft und Verpflegung

HINWEIS

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

www.vhs-hd.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 06.10.2025. Der Unterricht findet montags – donnerstags statt:
- in der Tageshauptschule 09:00 – 12:15 Uhr
- in der Abendhauptschule 17:00 – 20:15 Uhr.

Schulgebühr (einmalig): 180,- € zahlbar bei Anmeldung (Frühbucherpreis bis 31.07.2025: 140,- €), 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 16.09.2025. Der Unterricht findet montags – freitags statt:
- montags – donnerstags 18:30 – 21:45 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 (dienstags 17:30 – 18:30 Uhr) in der Gregor-Mendel-Realschule oder telefonisch unter 0162 7898034

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 18.09.2025. 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). 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

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.

VOLKSHOCHSCHULE MACHT GESÜNDER

Betriebliche Gesundheitsförderung mit
der Volkshochschule zahlt sich aus!



**GEMEINSAM
STELLEN
WIR FÜR IHR
TEAM DAS
PASSGENAUE
PROGRAMM
ZUSAMMEN!**

Für Firmen/Verwaltungen: größere Attraktivität als Arbeitgeber und Imagegewinn, Fachkräfte halten und gewinnen, Produktivität, Wettbewerbsfähigkeit und Mitarbeitenden-zufriedenheit steigern, höhere Resilienz und Innovationsfähigkeit, Fehlzeiten reduzieren.

Für Beschäftigte: Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit, Arbeitszufriedenheit und Motivation steigern, Mentale Gesundheit fördern (z. B. Hilfe beim Umgang mit Stress und Belastungen), Verbesserung der Lebensqualität.

**VOLKS
HOCH
SCHULE**
HEIDELBERG

HAG

Heidelberger Akademie für Gesundheitsbildung

HINWEIS

Ausführlichere Informationen
zu unseren Seminarprogrammen
und weitere Seminar-Angebote:
www.hag-hd.de



Heidelberger Akademie
für Gesundheitsbildung
Bergheimer Straße 76
69115 Heidelberg

H18830
**STRATEGIEN FÜR PFLEGEN-
DE ANGEHÖRIGE**
Kompetent und einfühlsam be-
gleiten - Multiplikatoren-schulung
Dr. Andrea Wetzel
2x, ab Sa, 08.11.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 96,00 €

H188301
**INFOABEND:
STRATEGIEN FÜR
PFLEGENDE ANGEHÖRIGE**
Kompetent und einfühlsam
begleiten
Dr. Andrea Wetzel
Di, 30.09.2025, 19:00 Uhr
kostenfrei / mit Voranmeldung

H18864 **BZ**
**FORTBILDUNG SYSTEMI-
SCHE BERATUNG KOMPAKT**
Für die Praxis – wirkungsvoll,
fundiert, anwendbar
**Susanne Kolbe / Dozententeam /
Roland Schilling**
18x, ab Fr, 17.10.2025, 15:00 Uhr
Gebühr: 2338,00 € (Frühbucher-
preis 2270,00 € bei Anmeldung
bis 05.09.2025)

H188643
**INFOABEND:
FORTBILDUNG SYSTEMI-
SCHE BERATUNG KOMPAKT**
Susanne Kolbe / Roland Schilling
Mo. 22.09.2025, 19:00 Uhr
kostenfrei / mit Voranmeldung

H188701
**INFOABEND:
TRAIN THE TRAINER -
PROFESSIONAL**
Noemi Amati / Eberhard Schererz
Do, 04.12.2025, 19:00 Uhr
oder Do, 22.01.2026, 19:00 Uhr
kostenfrei / mit Voranmeldung

**KON-
TAKT**

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

Akademiebüro
06221 9119-31
hag@hag-hd.de

H18880 **BZ**
**SYSTEMISCHE ARBEIT
MIT PERSÖNLICHKEITS-
ANTEILEN**
Kleingruppenseminar
Jeannette Striebich
2x, ab Sa, 11.10.2025, 10:00 Uhr
Gebühr: 260,00 €

H19507.14 **BZ**
**GRUNDAUSBILDUNG
QIGONG**
15 Ausdrucksformen, Vertiefung
Ulrike Kühn
ab Sa, 15.11.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 525,00 € / 475,00 €*

H19507.16 **BZ**
**GRUNDAUSBILDUNG
QIGONG**
Chinesische Medizin, 2
Dr. Sandra Willeboordse
ab Fr, 10.10.2025, 14:30 Uhr
Gebühr: 315,00 € / 285,00 €*

H19507.17 **BZ**
**GRUNDAUSBILDUNG
QIGONG**
Aufbaukurs 2
**Dr. med. Elisabeth Friedrichs /
Rainer Kurschildgen**
ab Sa, 25.10.2025, 09:00 Uhr
Gebühr: 420,00 € / 380,00 €*

H19520 **BZ**
**WEITERBILDUNG QIGONG
YOUFAGONG, WDH.**
Methode der induzierten
Bewegung
**Dr. med. Gisela Hildenbrand /
Dr. Sandra Willeboordse**
ab Fr, 12.12.2025, 14:30 Uhr
Gebühr: 315,00 € / 285,00 €*

* für Mitglieder der Medizinischen
Gesellschaft für Qigong Yang-
sheng e. V.



**STÄDTISCHES
FORTBILDUNGS-
ANGEBOT FÜR
HEIDELBERGER
VEREINE**

Seit 2018 bietet die Stadt Heidelberg Fortbildungsangebote für ehrenamtlich Engagierte in Heidelberger Vereinen an. Die gerne besuchten Seminare werden auch 2025/2026 fortgesetzt. Die städtische Koordinierungsstelle Bürgerengagement und Gesellschaftliches Miteinander stimmt die Fortbildungen inhaltlich anhand der festgestellten Bedarfe ab und unterstützt finanziell in hohem Maße, sodass die Teilnehmenden nur einen geringen Eigenanteil tragen.

Organisiert und durchgeführt werden die Fortbildungen von der Volkshochschule Heidelberg.

Im Semester 2/2025 werden folgende Fortbildungen angeboten:

5700W
**NEUE GENERATION,
NEUE ANSPRACHE!**
Wie Sie junge Menschen für Ihren Verein erreichen
Matthias Tausch
Sa, 13.09.2025, 9 – 16 Uhr
Gebühr: 30,00 € (Eigenanteil)

5701W
**FUNDRAISING, SPENDEN
UND SPONSORING**
Finanzierungsmöglichkeiten für Vereine
Matthias Tausch
Do, 16.10.2025, 18 – 21 Uhr
Gebühr: 15,00 € (Eigenanteil)

1901
**SEMINAR ZUM
VEREINSRECHT -
WAS IST ZU BEACHTEN?**
Christoph Rapp
Mo, 10.11.2025, 18:15 – 21:15 Uhr
Gebühr: 15,00 € (Eigenanteil)

5702W
**CHATGPT ALS NÜTZLICHER
HELFER FÜR VEREINE**
Biljana Varzic
Di, 02.12.2025, 18 – 21 Uhr
Gebühr: 15,00 € (Eigenanteil)

5703Y
**BUCHFÜHRUNG
FÜR VEREINE**
Margot Mulitze
Sa, 10.01.2026, 10 – 17 Uhr
Gebühr: 30,00 € (Eigenanteil)

1902
**VERSICHERUNGSRECHT
FÜR VEREINE - GUT VORBE-
REITET FÜR DEN ERNSTFALL**
Unfall-/Haftpflichtversicherungen und Co.
**O. J. Delacroix, Fachanwalt
für Versicherungsrecht**
Mi, 21.01.2026, 18 – 21 Uhr
Gebühr: 15,00 € (Eigenanteil)

5704W
**MIT FREUDE IN
DIE VORSTANDSARBEIT**
Lust auf mehr?! Engagieren mit Klarheit und Know-how!
Matthias Tausch
Do, 05.02.2026, 18 – 21 Uhr
Gebühr: 15,00 € (Eigenanteil)

Nähere Informationen erhalten Sie bei der Volkshochschule Heidelberg e. V. über www.vhs-hd.de unter der jeweils angegebenen Kursnummer oder unter **06221 911 911**. Unter dieser Rufnummer nehmen wir auch gerne Ihre telefonische Anmeldung entgegen. Die Mitgliedschaft in einem Verein ist Voraussetzung für eine Teilnahme am Seminarangebot. Mitglieder von nicht in Heidelberg ansässigen Vereinen zahlen das Doppelte der angegebenen Kursgebühr.

Bei Fragen zum städtischen Fortbildungsangebot für Heidelberger Vereine und für Anregungen wenden Sie sich bitte per E-Mail an: buengerengagement@heidelberg.de.

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)
Erol Alexander Weiß
(Stv. Vorsitzender)
Katharina Born
Andrea Dittmar
Anja Gernand

Karsta Holch
Antje Kamp
Matthias Meder
Margrit Nissen
Jochen Ricker
Nora Schönberger
Christine Teutsch

**Informationen
über den Verein:**

Anja Richter
Leitungssekretariat

06221 9119-33
richter@vhs-hd.de

IMPRESSUM

vhs-Programm 2 | 2025

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.

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**

ZENTRALE ANMELDUNG

Die Zentrale Anmeldung ist zu folgenden Zeiten persönlich in Raum E04b erreichbar:

Montag – Donnerstag: 09:00 – 12:30 Uhr

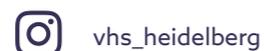
Montag und Donnerstag: 13:30 – 17:00 Uhr

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

**FOLLOW US
AND
STAY TUNED**



| | | | | | |
|--|-------|----------------------------------|-------|----------------------------|-------|
| @Bangun Stock Photo-AdobeStock | S. 4 | @Franz Bachinger-pixabay | S. 14 | @meen_na-AdobeStock | S. 59 |
| @CarlosBarquero-AdobeStock | S. 4 | @dandelion-pixabay | S. 15 | @lbrandify-Freepik | S. 60 |
| @Drobot Dean-AdobeStock | S. 4 | @memyselfaneye-pixabay | S. 15 | @deagreez-AdobeStock | S. 60 |
| @Rido-AdobeStock | S. 4 | @christian-bowen-unsplash | S. 23 | @jason-leung-unsplash | S. 61 |
| @okrasiuk-AdobeStock | S. 4 | @nsit0108-AdobeStock | S. 25 | @SCStock-AdobeStock | S. 61 |
| @luismolinero-AdobeStock | S. 4 | @weinstock-pixabay | S. 25 | @Nikolay Vorobyev-unsplash | S. 79 |
| @boxstock production-AdobeStock | S. 4 | @SASITHORN-AdobeStock | S. 31 | @Prompt2image-AdobeStock | S. 82 |
| @Vadym-AdobeStock | S. 4 | @ahmad-unsplash | S. 36 | @killykoon-AdobeStock | S. 82 |
| @Asier-AdobeStock | S. 4 | @JustLife-AdobeStock | S. 40 | @master1305-AdobeStock | S. 83 |
| @Jacob Lund-AdobeStock | S. 4 | @Viacheslav Yakobchuk-AdobeStock | S. 40 | @CHAYAPORN-AdobeStock | S. 83 |
| @Gorodenkoff-shutterstock | S. 6 | @Jacob Lund-AdobeStock | S. 41 | @luismolinero-AdobeStock | S. 84 |
| @Owen Beard-unsplash | S. 6 | @Goffkein-AdobeStock | S. 41 | @REDPIXEL-AdobeStock | S. 90 |
| @Westend61-AdobeStock | S. 6 | @wayhome.studio-AdobeStock | S. 49 | @Benoit-AdobeStock | S. 91 |
| @Westend61-gettyimages | S. 8 | @drubig-photo-AdobeStock | S. 50 | @Rawpixel.com-AdobeStock | S. 96 |
| @astro-system-AdobeStock | S. 11 | @Flamingo Images-AdobeStock | S. 52 | | |
| @Barbara Niggel Radloff, | S. 14 | @rawpixel.com-AdobeStock | S. 56 | | |
| Hannah Arendt auf dem 1. Kulturkritiker- | | @JuanCi Studio-AdobeStock | S. 56 | | |
| kongress, 1958, Münchner Stadtmuseum, | | @Fabiano Di Paolo-AdobeStock | S. 57 | | |
| Sammlung Fotografie | | @JuanCi Studio-AdobeStock | S. 57 | | |



rnv



Spontane App-Fahrt mit der rnv Start.Info-App?

Abfahrtszeiten, Verbindungen und Verkehrsmeldungen jederzeit und überall.

Johannes Janson und Monika Wildner-Jagdhuber,
Haus & Grund-Mitglieder seit 2002



**Immobilienprofis,
die immer für uns
da sind.**

Ein gutes Gefühl!

Haus & Grund, Ihr Ansprechpartner rund um die Immobilie

Kostenfreie Rechts- und Steuerberatung, Erbrechtsberatung, 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



Haus & Grund®
Eigentum.Schutz.Gemeinschaft.
Heidelberg

ZAHNREICH



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