

Herbst-/Winterprogramm 2025/2026



www.vhs-sob.de



vhs

Volkshochschule
Schrobenhausen e.V.

VERBINDUNG LEBEN



»Weil hier die Arbeits-
welten einer ganzen
Stadt aufeinander-
treffen.«

Kathi

Führungskraft in der
Gebäudetechnik

9.000 Mitarbeitende am Flughafen München:
9.000 Gründe zu kommen,
9.000 Gründe zu bleiben.

Welcher Grund wird deiner?

[MUNICH-AIRPORT.DE/KARRIERE](https://munich-airport.de/karriere)



**MUNICH
AIRPORT**



vhs Schrobenhausen



Volkshochschule Schrobenhausen e.V.

1. Vorsitzender: Prof. Dr. jur. Klaus Englert

2. Vorsitzende: Sonderschulrektorin, Claudia Gottfried

Geschäftsleitung: Jana Gerstmair

Hauptamtliche Pädagogische Mitarbeiter:

Manuela Hirt, Wolfgang Murr, Sandra Kimmel

Deutsch als Fremdsprache: Maria Hörmann

Kundenservice: Renate Ament, Sylvia van Schwarzenberg
und Inge Spielberger

Technik: Aaron Gerstmair

Geschäftsstelle:

vhs-Haus, Lenbachstraße 22, 86529 Schrobenhausen

Telefon 082 52/89 40-0, Telefax 082 52/89 40 20

Internet: www.vhs-sob.de, E-Mail: vhs@vhs-sob.de

Geschäftszeiten der Geschäftsstelle:

Dienstag bis Freitag 9–12 Uhr

Bankverbindung:

Sparkasse Altbayern

IBAN: DE92 7205 1210 0000 4142 50

Schrobenhausener Bank eG

IBAN: DE34 7216 9218 0100 0315 50

Herbst/Winter 2025/2026:

Beginn: Montag, 22.09.2025

Ende: Sonntag, 28.02.2026

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

So können Sie sich ab sofort anmelden:

- Online jederzeit auf unserer **Internetseite** www.vhs-sob.de möglich. Besonders leicht geht es als Stammhörer, da Ihre Daten bereits im System gespeichert sind.
- **Persönlich** oder **telefonisch** in unserer Geschäftsstelle im vhs-Haus während unserer Öffnungszeiten.
- Die Kursgebühr wird ca. fünf Tage vor Kursbeginn per **SEPA-Lastschriftmandat** eingezogen.



Die Idee ist das Eine, die Umsetzung das Andere, liebe VHS-Gemeinde,

und so bedurfte es vieler Unterstützer und Helfer, ein einmaliges Projekt umzusetzen: Den VHS-Kunst- und Lehrhof hinterhalb des VHS-Schulgebäudes!

Dieses Areal war vor genau 200 Jahren, also 1825, nachdem das Brühiasn-Haus 1823 in eine damals imposante Schule umgebaut wurde, schon einmal als kleiner Park gestaltet worden. Doch über die Jahrzehnte wandelte sich dieses Kleinod in einen unansehnlichen „Hinterhof“, der nur noch zum Abstellen von einigen Fahrzeugen

und der Mülltonnen diente. Aber die Kehrtwendung kam mit der guten Nachricht, dass Schrobenuhausen im Jahr 2031 die Landesgartenschau ausrichten wird – und dazu u.a. der Stadtwall und Alte Friedhof mit in die Ausstellungsflächen integriert werden.

Was lag da näher, als von Seiten der VHS-Führung darüber nachzudenken, zeitnah einen kleinen und doch besonderen Beitrag zu diesem Großereignis zu leisten: Die Neugestaltung des Hofes! Denn damit konnte in der Altstadt ein weiteres Juwel für die Bevölkerung und Besucher geschaffen werden. Zudem war da noch der Handwerkerbrunnen, den die vhs von der Sparkassen Altbayern geschenkt bekommen hatte und der einen schönen Platz im Hof brauchte. Und so reiht sich der vielseitig interessante VHS-Hof nun ein in die Oasen innerhalb des einmaligen Stadtwalls mit der Stadtmauer und den noch vorhandenen 12 Wehrtürmen: Das sind der Pflegeschloss-Park mit der Dauerausstellung der Fotofreunde in den Mauerbögen, dem Europäischen Spargelmuseum, dem Geburtshaus von Franz Lenbach (1836 – 1904) und dem museal bestens genutzten Pflegeschloss selbst. Dazu kommen die von den „Freunden Schrobenuhauser Museen“ initiierten und umgesetzten Kunstbereiche mit dem Park in der Lachen, benachbart zum Zeislmaier-Haus, und dem Kunsthof in der Lenbachstraße 42.

Die Idee zu dem weiteren Kunst- und Lehrhof hatte damit Vorbilder. Diese wurden in ein „Grundlagenpapier“, geschaffen mit Hilfe der Künstlerin Brigitte Schuster und der Architektin Kristin Kurczinski – die gestalterisch schon für den Kunsthof I verantwortlich zeichneten –, im Mai 2021 übernommen. Und nachdem der Vorstand der VHS mit der stellvertretenden Vorsitzenden Claudia Gottfried und den Mitgliedern Dieter Kreisle (Kulturreferent), Alois Forster (Schulreferent), Rudi Koppold (Stadt- und Kreisrat), Josef Dietenhauser (Stadt- und Kreisrat) und Oberstudienrat Markus Bartholomé dem Vorschlag der Geschäftsleiterin Jana Gerstmaier und von mir zugestimmt hatten, gab es ab Februar 2024 kein Halten mehr: Bürgermeister Harald Reisner ließ sich von der Idee ebenso begeistern wie Stadtbaumeister Dipl.-Ing. Egon von Elzenbaum und der Bauausschuss; somit war der Weg frei für die Umsetzung. Dazu bedurfte es aber einer Finanzierungs-Hilfe für die Stadt, in deren Eigentum das VHS-Gelände steht.



Den großen Anstoß für das Projekt gab dabei die BAUER-Stiftung unter ihrem Beiratsvorsitzenden Prof. Dr. Thomas Bauer mit einer Spende in Höhe von 8000 Euro und weitere 5000 Euro von der BAUER AG. Der Grundstein konnte damit gelegt werden und führte zu weiteren Spendern. Diese wurden als Dank jeweils mit einer Informationstafel zu ihrer Unternehmensgeschichte im Hof gewürdigt: Die Schrobenhausener Bank, die Sparkasse Altbayern, Fa. Poellath, Fa. Leinfelder LEIPA, Fa. MBDA, Fa. Hörmann Gartenbau und die Südstärke GmbH. Ebenso halfen der Rotary Club Schrobenhausen-Aichach und der Lions Club Schrobenhausen-Aichach. Mit Hilfe dieser Einnahmen konnten auch weitere Info-Tafeln geschaffen werden. Darauf ist Interessantes zur Stadt in Wort und Bild zu sehen: Geschichte der Stadt, der Stadtwall, die Partnerstädte, Kirchen und Kapellen, die Stadtrunde, Ortsteile, Juwel Sandizell, Geschichte von Rotary und Lions sowie Kunstwerke im Öffentlichen Raum der Stadt! Dazu finden sich ansprechende Kunstwerke der Künstler Karlheinz Torge, Richard Gruber, Annemarie Mießl, Lothar Vietzke, Kai Höppner und Brigitte Schuster sowie eine Bildwand, gestaltet von Schülern des Gymnasiums! So ist ein rundum gelungener „Sommer-Lehrsaal“ der VHS entstanden, der mit seinem schattenspendenden Kastanienbaum in der Mitte ebenso zum Verweilen einlädt wie der Handwerker-Brunnen von Karlheinz Torge oder das Stadt-Memory, gestaltet von der Schreiner-Klasse der Regens-Wagner-Berufsschule nach einer Idee und Fotos des Vorstandsvorsitzenden.

Aber nicht nur die Ausgestaltung mit Kunstwerken und Info-Tafeln machen den besonderen Reiz des neuen Hofes aus, vielmehr ist es das Gesamt-Ensemble zusammen mit der von der Fa. Hörmann gespendeten Bepflanzung neben der Kastanie. Dazu laden grüne Bänke zum Ausruhen, Lesen oder Lernen sowohl VHS-Teilnehmer als auch alle Bürgerinnen und Bürger ein. Dies alles wäre ohne die Unterstützung durch das Denkmalamt sowie Kreisbaumeister Wimmer und insbesondere das Team vom Bauamt und Bauhof mit Dominik Hatlapa, Heiko Wenger und Stefan Kratzer samt Mitarbeitern nicht möglich geworden. Deshalb gilt auch diesen Unterstützern mein großer Dank!

Gleiches gilt für das VHS-Team. Es mussten unzählige Tätigkeiten wie Bestellungen, Zahlungen und Besenarbeiten erbracht werden durch Renate Ament, Inge Spielberger, Maria Hörmann (die den Flyer des Kunsthofs gestaltet hat), Sandra Kimmel, Manuela Hirt und Wolfgang Murr. Danke auch an die „Hobby-Maler“ Josef Dittenhauser und Alois Hlawatsch, die für den Farbanstrich der rückwärtigen Holzwand ihren Samstag opferten! Danken möchte ich auch Aaron Gerstmair, der zum „Helfer für Alles“ bei der VHS geworden ist und zusammen mit den fleißigen Reinigungsdamen unermüdlich die Hofanlage pflegt! Schließlich gilt mein besonderer Dank wieder einmal der Geschäftsleiterin unserer VHS, Jana Gerstmair, ohne die das gesamte Projekt nicht umgesetzt hätte werden können!

Besuchen Sie einfach mal den neuen Kunst- und Lehrhof, lassen Sie sich von den Kunstwerken begeistern und den Infotafeln „belehren“. Und vielleicht haben Sie auch Spaß daran, das Stadt-Memory auszuprobieren! Und damit Sie den Unterschied zwischen „Vorher“ und „Nachher“ sehen, darf ich auf die beiden Fotos verweisen. Vielleicht macht die Neugestaltung auch Ihnen Lust, einen oder mehrere Kurse unserer hervorragenden VHS zu buchen! Sie werden es nicht bereuen!

Herzliche Grüße

Ihr

Prof. Dr. Klaus Englert
1. Vorsitzender der VHS





Grußwort des Bürgermeisters

**Liebe Bürgerinnen und Bürger,
liebe Freundinnen und Freunde der
Volkshochschule Schrobenhausen,**

wenn sich der Sommer verabschiedet, die Tage kürzer und die Abende länger werden, beginnt für viele die Zeit des Rückzugs auf die Couch – am besten mit einer warmen Tasse Tee und einer dicken Decke. So gemütlich das auch ist: Der Herbst bietet mehr!

Gerade jetzt lohnt es sich, den Kopf statt nur die Beine hochzulegen. Denn das Herbstprogramm der VHS steht in den Startlöchern und lädt Sie ein, Ihren Horizont zu erweitern, Neues auszuprobieren oder alte Leidenschaften neu zu entfachen. Ob Sprachen, Kunst, Gesundheit, Digitalisierung oder einfach nur Neugier auf das Leben: Unsere VHS bietet ein vielfältiges Angebot – und das mitten in Schrobenhausen. Hier treffen sich Menschen mit Ideen, Tatendrang und Lust auf Gemeinschaft. Genau das macht unsere VHS so besonders: Sie ist kein Ort der trockenen Theorie, sondern ein lebendiges Zentrum des Miteinanders und der Weiterbildung – für alle Generationen.

Mein herzlicher Dank gilt an dieser Stelle dem gesamten Team der VHS Schrobenhausen – allen voran den engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die mit viel Herzblut und Organisationstalent dieses vielfältige Programm auf die Beine stellen. Ohne ihren Einsatz wäre diese wertvolle Bildungsarbeit nicht möglich.

Ich lade Sie herzlich ein: Nutzen Sie diese besondere Jahreszeit für sich. Schmökern Sie im Programm, lassen Sie sich überraschen – und machen Sie mit! Denn Bildung hört nicht mit dem Schulabschluss auf. Im Gegenteil: Sie beginnt immer wieder neu. Am besten heute.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Freude, spannende Entdeckungen und eine bunte Herbstzeit mit Ihrer VHS Schrobenhausen.

Ihr

Harald Reisner
Erster Bürgermeister



Unser Team der vhs-SOB



Foto: Aaron Gerstmaier

v.l.n.r.: Maria Hörmann, Manuela Hirt, Renate Ament, Inge Spielberger,
Jana Gerstmaier, Sandra Kimmel, Wolfgang Murr

Frage trifft Antwort



Foto: Gerd Altmann/Pixabay

Allgemeines zur Anmeldung

- Online jederzeit auf unserer Internetseite www.vhs-sob.de möglich. Besonders leicht geht es als Stammhörer, da Ihre Daten bereits im System gespeichert sind.
- Persönlich oder telefonisch in unserer Geschäftsstelle im vhs-Haus während unserer Öffnungszeiten.
- Die Kursgebühr wird ca. fünf Tage vor Kursbeginn per SEPA-Lastschriftmandat eingezogen.

Folgende Daten sind für eine Anmeldung wichtig:

- Kurs Nummer
- Name
- Adresse
- Telefonnummer
- E-Mail-Adresse
- Bankverbindung

Kurs Stornierung:

Sie können bis fünf Tage vor Kursbeginn den Kurs stornieren, es wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 5,- € erhoben. Bei späteren Abmeldungen wird die volle Kursgebühr fällig. Bei Kursen unter 20,- € fällt eine Bearbeitungsgebühr von 2,50 € an. Bitte beachten Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen unter www.vhs-sob.de/info/kontakt/agb

Sonstiges:

- Während der Schulferien finden i.d.R. keine Kurse statt. Für den Terminkalender können Sie sich auch die Kurstage downloaden.
- Fotorechte sind bei uns und den Dozenten
- und zu guter Letzt: bitte beachten Sie Ihre E-Mails. Aktuelle Informationen zu Kursen / Kursänderungen sowie eine Kurserinnerung verschicken wir zwei Tage vor Kursbeginn per E-Mail.

Preisgestaltung bei unseren Sprachkursen

Wir wollen Kurse ermöglichen und nicht absagen und dabei unsere Dozenten auch entsprechend honorieren. Unsere Sprachkurse sind für fünf und mehr Teilnehmer kalkuliert. Wenn die Teilnehmerzahl nicht erreicht wird, bieten wir Ihnen die Möglichkeit, in einer Kleingruppe mit gestaffelten Preisen zu lernen. Nutzen Sie dieses Angebot, denn die erhöhte Kursgebühr macht sich durch intensiveren Unterricht bezahlt! Für eine Doppelstunde (90 Min.) und in Summe für den Kurs (10x) bezahlen sie jeweils:
 ab 5 Personen 97 € (für 90 Minuten also 9,70 €)
 bei 4 Personen 110 € (für 90 Minuten also 11,00 €)
 bei 3 Personen 142 € (für 90 Minuten also 14,20 €)

Zeichenbeschreibung



→ der Kurs findet online/hybrid statt



→ dieser Kurs ist auch für Kinder und Jugendliche geeignet



→ der Kurs wurde bisher noch nicht bei uns angeboten



→ es handelt sich hier um einen Kurs rund um das Thema Weihnachten

auch für Erwachsene

→ dieser Kurs ist auch für Erwachsene geeignet

**junge vhs**

Kids kreativ und aktiv	14
Kids in der Küche	22
Alles rund ums Pferd	24
Führerschein und Co.	25

**Elternakademie**

Elternkompetenzen stärken	26
Rund ums Baby und Kleinkind	28
Herausforderungen im Familienalltag	29

**aktiv in jedem Alter**

Körperliche Fitness und Gesundheit	31
Rente, Vorsorge und rechtliche Planung	32

**Nachhaltigkeit**

Und das zum Thema „Nachhaltigkeit, Natur und Umwelt“	33
Energieberatungen	34
Rund um das Thema Garten, Wald und Wiese	40

**Gesellschaft & Leben**

Politische Bildung – Vortragsreihe ...	44
Länderkunde	45
vhs unterwegs	46
Militärgeschichte	51
Psychologie und Pädagogik	52
Juristischer Rat und Finanzen von A–Z	58
Steuererklärung	59
Bauen und Wohnen	59

**Sprachen**

Deutsch als Fremdsprache	61
Englisch	63
Französisch	66
Italienisch	66
Spanisch	68
Kroatisch/Bosnisch/Serbisch	71
Portugiesisch	71
Türkisch	71
Chinesisch	72
Koreanisch	72
Arabisch	72

**Beruf & IT**

Beruf	73
Word, Excel und mehr	74
Künstliche Intelligenz	76

**Kultur, Kunst & Handwerk**

Fest der Kulturen	81
Kulturherbst	83
Kultur	103
Literatur – lesen und schreiben	110
Rund um die Fotografie	111
Musik und Gesang	112
Brauchtum und Nützliches	114
Malen, zeichnen und mehr	114
Schmuck selbst herstellen und verzieren	118
Nähen, Schneidern, Stricken und Klöppeln	119
Töpfern	121
Dekoratives und Weihnachtliches ..	123

**Gesundheit & Bewegung**

Kochen, Backen und Genießen ...	125
Gesundheit informativ	132
Gesundheit aktiv	138
Tanz	149
Outfit, Haare und Kosmetik	153

**vhs Online** 154

Impressum	156
-----------------	-----

Zum Titelbild

Genauso vielfältig, abwechslungsreich und bunt wie das Kursangebot der VHS Schrobenehausen gestalten sich meine Arbeiten auf speziellem Papier mit den traumhaften Farben der alkoholbasierten Tinten. Hiermit lassen sich zauberhafte Kunstwerke erschaffen, die für Anfänger genauso für Fortgeschrittene in unterschiedlichen Kursen angeboten werden.

Seit 2023 unterrichte ich als Dozentin für bildende Kunst in der Kinder und Jugendbildung und ebenso in der Erwachsenenbildung. Dieses Mal durfte ich das Titelbild des neuen Programmheftes der VHS Schrobenehausen gestalten.

Angelehnt an die Farbpracht des Herbstes lassen sich mit den Tinten wunder-volle Strukturen schaffen. Im Titelbild erinnern die pointillistisch gestalteten Kugeln an herbstliche Früchte oder Beeren. Die strahlenden Farben fangen die Schönheit des Herbstes ein. In meinem vielfältigen Kursangebot werdet ihr überrascht sein, wie leicht es ist im eigenen kreativen Prozess solche tollen Arbeiten zu gestalten.

Ihr seid neugierig auf diese Malmedium geworden? Dann freue ich mich darauf, euch mit meinem breiten Angebot an Kursen in der VHS Schrobenehausen zu verzaubern und zu inspirieren.

Ihre

Silvana Klostermann





Der Verein „Volkshochschule Schrobenhausen e. V.“

Seit nun fast 80 Jahren wird die Erwachsenenbildung in Schrobenhausen nicht von der Stadt oder vom Landkreis, sondern von einem gemeinnützigen Verein organisiert. So werden die öffentlichen Mittel, die auf dem Zuschussweg an die Vereins-Volkshochschule fließen, optimal eingesetzt. Die Vorstandschaft der Volkshochschule Schrobenhausen e. V. setzt sich seit dem 09.11.2023 wie folgt zusammen:

- Ehrenvorsitzender Studiendirektor i. R. Konrad Leufer
- 1. Vorsitzender Rechtsanwalt Prof. Dr. jur. Klaus Englert
- 2. Vorsitzende Sonderschulrektorin Claudia Gottfried
- Markus Bartholomé, Oberstudienrat
- Alois Forster, Schulreferent
- Dieter Kreisle, Kulturreferent
- Rudolf Koppold, Stadt- und Kreisrat
- Josef Dietenhauser, Stadt- und Kreisrat
- Kassenprüfer:
 - Christoph Glässel
 - Alois Hlawatsch

Erwachsenenbildung ist gemäß der bayerischen Verfassung eine Aufgabe der Kommunen. Die Details werden im Bayer. Erwachsenenbildungsgesetz geregelt. Die Existenzgrundlage der Volkshochschule Schrobenhausen e. V. ist daher der Zuschuss der Stadt Schrobenhausen, an ihrer Spitze der 1. Bürgermeister Harald Reisner, im Rahmen des zwischen der Kommune und der vhs geschlossenen Betriebsvertrags. Weiter erhält die vhs über den Bayerischen Volkshochschulverband und die Regierung von Oberbayern Zuschüsse des Freistaates Bayern.

Dank an unsere Gönner und Sponsoren

Für die Überlassung von Räumen danken wir sehr herzlich:

- Landkreis Neuburg-Schrobenhausen
- Stadt Schrobenhausen (kostenlos)
- Franziska-Umfahrer-Grundschule (kostenlos)
- Grundschule Mühlried (kostenlos)
- Gymnasium Schrobenhausen
- Maria-Ward-Realschule
- Regens-Wagner-Berufsschule
- Kolpinghaus e.V.
- Gemeinde Aresing (kostenlos)
- Gemeinde Langenmosen
- Kindergarten Hörzhausen (kostenlos)
- Seniorenbeirat (kostenlos)
- Verein für Budo- und Zenkünste e.V.
- SC Mühlried
- Grünes Yogahaus

Was wären wir ohne die finanzielle Unterstützung der Stadt Schrobenhausen, der Bauer-Stiftung, der Bauer AG, der Gemeinde Aresing, der Sparkasse Altbayern, der Schrobenhausener Bank eG, des Rotary Club, des Lions Club, der Hörmann Pflanzen GmbH, der MBDA, der LEIPA-Group GmbH, der Poellath GmbH & Co. KG und der Südstärke GmbH. Ihnen danken wir herzlich!

Nachstehende Dozentinnen und Dozenten unterstützen die Volkshochschule Schrobenhausen durch Verzicht auf ihr Dozentenhonorar:

Christian Ahle (Energieberatung) • Markus Bartholomé • Sebastian Brandmayer • Claudia Czauderna • Caritasverband • Prof. Dr. Klaus Englert • Dr. Stephanie Englert-Dougherty LL.M. • Josef Ehrl • Prof. Dr. Bastian Fuchs LL.M. • Hospizverein • Dirk Klein • Julia Kramer • Hermann Küblbeck • Getrud Kugler • Kristin Kurczinski • Dipl.-Jur. (Univ.) Manfred Mayer • Ferdinand Mießl • Jürgen Nöth • Claudia Müller-Sedlacek • Silke Rauschenbach • Manfred Röble • Prof. Dr. Günther Schalk • Hartmut Siegl • Dr. Karlheinz Stephan • Oliver Stoll • Verbraucherzentrale Bayern • Michaela Zombek • Amt für Ernährung Landwirtschaft und Forsten Pfaffenhofen • Verein „Energie effizient einsetzen“

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Freundinnen und Freunde der vhs Schrobenehausen,

*„Die Zukunft soll man nicht voraussehen wollen,
sondern möglich machen.“*

(Antoine de Saint-Exupéry)

Mit diesem Gedanken sind wir als Team der Volkshochschule Schrobenehausen auch in das neue Herbst-/Wintersemester 2025 gestartet – mutig, kreativ und mit einem klaren Ziel vor Augen: Bildung, Begegnung und Begeisterung für möglichst viele Menschen erlebbar zu machen.

Die Rückmeldungen auf unser Frühjahrsprogramm waren überwältigend: Noch nie haben sich so viele Menschen für unsere Angebote entschieden. Diese Resonanz war für uns Anerkennung und Ansporn zugleich. Wir haben diesen Schwung mitgenommen – und auch für das Herbst-/Wintersemester wieder über **600 Kursangebote** für die Bürgerinnen und Bürger in und um Schrobenehausen auf die Beine gestellt.



Foto: Aaron Gerstmaier

Dazu zählen bewährte Klassiker ebenso wie neue, kreative Formate: So hat sich unsere neue Reihe **„vhs macht Kino“** mit ihren gesellschaftlich relevanten Filmen und moderierten Gesprächen schnell etabliert. Auch die kulturellen Angebote mit Lesungen und außergewöhnlichen Konzerten hat Menschen begeistert und wir haben hier wieder ein breites Angebot für Sie geschaffen. Die beliebte **Hausmusik-Reihe** wird fortgeführt und sorgt weiterhin für musikalische Begegnungen auf Augenhöhe. Sie können mit uns wieder in viele verschiedene Themen eintauchen und sich informieren, probieren und lernen.

Hinter all dem steckt unsere Leidenschaft, Flexibilität und Ideenreichtum. Gemeinsam mit unseren Dozentinnen und Dozenten, ihrer Fachkenntnis und ihrem Einsatz wäre dieses vielfältige Angebot nicht möglich – **ihnen allen gilt unser großer Dank.**

Wir laden Sie herzlich ein, in unserem Programm zu stöbern, Neues zu entdecken oder Vertrautes wiederzufinden. Melden Sie sich gerne frühzeitig an – damit helfen Sie uns bei der Planung und sichern sich Ihren Platz im Kurs Ihrer Wahl.

Wir freuen uns auf ein lebendiges Herbst-/Wintersemester 2025 mit Ihnen.

Herzliche Grüße

Ihr Team der vhs Schrobenehausen



Eröffnung



des Kunst- und Lehrhofes der vhs Schrobenehausen



am 5. April 2025





AM 5. APRIL 2025

KUNST- UND LEHRHOFERÖFFNUNG



PROF. DR. KLAUS ENGLERT



HARALD REISNER



JANA GERSTMAIER



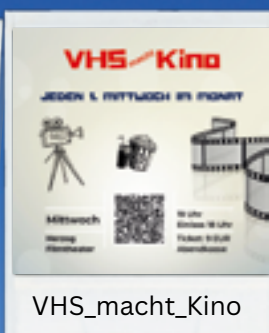
5 Tage hinter den Kulissen
Hospitation bei der vhs Salzburg



Viel los bei der vhs!



Veranstaltungsreihe
Frauengesundheit



VHS_macht_Kino



SOB_blüht_auf



Sommer_
im Kunsthof



Karl Valentin
mit den Egerers

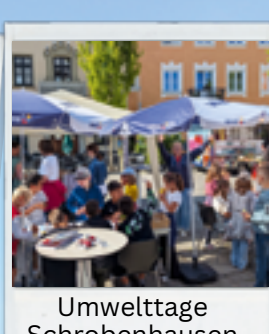


Lesung: Jung (Ü50)
sucht G. Pochmann

Impressionen aus dem Semester



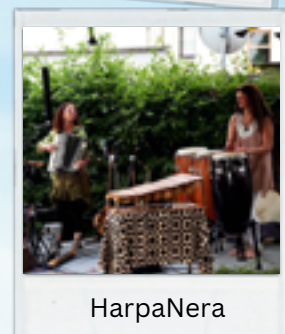
VHS_Hausmusik



Umwelttage
Schrobenehausen



VHS_unterwegs



HarpaNera



Gewinnspiel:
Zähl genau ...



Biergarten-Musi
mit Sepp Egerer

Es bleibt spannend – wir machen weiter!



Hier geht's zu unseren Kursen für Kinder und Jugendliche

Kids kreativ und aktiv

Englisch für coole Kids – Spielerisch Englisch lernen (4 bis 6 Jahre) J-090

NEU!

Annika Michelle Echter

In diesem Kurs entdecken Kinder mit Spaß und Neugier die englische Sprache! Mit Spielen, Liedern, kleinen Rollenspielen und kreativen Übungen lernen wir erste Wörter, Redewendungen und einfache Sätze. Ganz ohne Druck, aber mit viel Freude – ideal für kleine Weltentdecker, die schon heute die Sprache von morgen sprechen wollen.

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 03.12.25, 15.30–16.30 Uhr, 10 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 101, 1. Stock

Gebühr: 50,00 €

Anmeldung: Hier



Klangkinder – Musik entdecken mit Mama oder Papa (ab 1 Jahr – 3 Jahre)

J-003

NEU!

Sandra Roth

Entdecken Sie gemeinsam mit Ihrem Kleinkind die faszinierende Welt der Musik! In diesem liebevoll gestalteten Kurs erleben Sie spielerisch, wie Singen, Tanzen und das Erkunden verschiedener Instrumente die musikalische Entwicklung Ihres Kindes fördern. Dabei steht vor allem der Spaß im Vordergrund – denn gemeinsames Musizieren stärkt nicht nur die Sinne, sondern auch die emotionale Bindung zwischen Eltern und Kind. Egal, ob Ihr Kind später einmal musikalisch werden möchte oder einfach Freude an gemeinsamen Erlebnissen hat – dieser Kurs ist für alle, die die ersten musikalischen Schritte gemeinsam gehen möchten.

Termin: Dienstag, 07.10.25 bis 02.12.25, 9.30–10.15 Uhr, 8 x

Ort: vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 59,00 €

Anmeldung: Hier



Bewegungsspaß auf der Bewegungsbaustelle – für Kinder ab 2 Jahren mit Eltern

J-371

NEU!

Sita Pereira

Klettern, balancieren, rutschen – auf der Bewegungsbaustelle können sich die Kleinsten spielerisch austoben und ihre motorischen Fähigkeiten entdecken. Gemeinsam mit Mama oder Papa erobern die Kinder abwechslungsreiche Bewegungsstationen. Der Kurs fördert Koordination, Körpergefühl und macht einfach Spaß! Bitte bequeme Kleidung und rutschfeste Socken mitbringen. Bei genug Interesse der Teilnehmer wird dieser Kurs in regelmäßiger Folge stattfinden.

Termin: Sonntag, 16.11.25, 10–11.30 Uhr, vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Ort: vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 12,00 €

Anmeldung: Hier



Entspannung durch Progressive Muskelentspannung für Grundschulkinder von 8 bis 10 Jahren

J-004

Stephanie Kastner

In diesem Kurs lernen Grundschulkinder langfristig, wie sie ihre Muskeln bewusst anspannen und entspannen können, um Stress abzubauen und ein besseres Körperbewusstsein zu entwickeln. Durch spielerische Übungen und kreative Methoden erfahren die Kinder, wie sie auch im Schulalltag kleine Pausen der äußeren und inneren Ruhe schaffen können. Zusätzlich: Förderung der Entspannungsfähigkeit in verschiedenen Situationen (z.B. vor Prüfungen, bei Nervosität). Spaß und Freude an der Bewegung und Entspannung, sowie der Kontakt zu anderen Kindern kommen in diesem Kurs ebenfalls nicht zu kurz.

Termin: Mittwoch, 07.01.26 bis 21.01.26, 16.45–17.30 Uhr, 3 x

Ort: vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 24,00 €

Anmeldung: Hier



Ist Ihr Kurs ausgebucht? Dann lassen Sie sich auf die Warteliste setzen.
Oft können wir sehr kurzfristig noch einen Zusatzkurs organisieren!

„Emotionen Entdecken: Ein Abenteuer für kleine Herzen“ (5 bis 7 Jahre)

J-005

NEU!

Stephanie Kastner

Dieser Schnupperkurs bietet einen spannenden Einstieg in die Welt der Emotionen und vermittelt den Kindern langfristig wertvolle Werkzeuge, um ihre Gefühle besser zu verstehen, damit umzugehen und ausdrücken zu können. Durch kreative und spielerische Aktivitäten und Übungen, sowie Austausch in der Gruppe, können die Kinder für eigene Emotionen und für Emotionen ihrer Mitmenschen sensibilisiert werden. Übungen zur Bewältigung von Stress und Anspannung runden das Angebot ab. Ein weiterführender Kurs ist für das kommende Semester geplant.

Termin: Donnerstag, 29.01.26, 16–17.30 Uhr

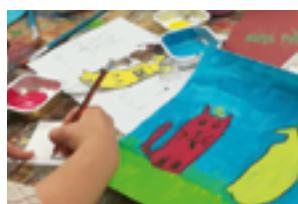
Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 8,00 €

Anmeldung: Hier


Unsere Kreativ-Kurse für Kinder mit Ulrike Halfmann.

Diese finden immer im Atelier Halfmann, Bürgermeister-Paulus-Straße 12 in Mühlried statt. Weitere Informationen und Wegbeschreibung auf der Internet-Seite www.wortmalerei.net. Materialkosten und Getränke sind im Kurspreis enthalten. Malkittel sind vorhanden.



Kindermalkurs für die Kleinen (4 bis 5 Jahre)

J-016

In diesem Kindermalkurs mit Ulrike Halfmann geht es „bunt und wild“ zu. Genau richtig, um verschiedene Maltechniken kennenzulernen. Gemalt wird jede Woche in einer Kleingruppe von bis zu sechs Kindern. Dieser Kurs ist sowohl für Anfängerinnen und Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet.

Termin: Mittwoch, 22.10.25 bis 19.11.25, 15–15.50 Uhr, 4 x

Gebühr: 36,00 €

Anmeldung: Hier


Kindermalkurs für Grundschulkinder (6 bis 8 Jahre)

J-018

Der Kurs ist inhaltlich gleich mit Kurs J-016.

Termin: Donnerstag, 23.10.25 bis 20.11.25, 16–17 Uhr, 4 x

Gebühr: 48,00 €

Anmeldung: Hier


Weihnachts – Handlettering für Kinder

J-021

In diesem Kurs „lettern“ wir weihnachtliche Motive. Neben speziellen Alphabeten werden wir auf Karten, Geschenkanhängern und anderen Papieren mit der Schrift experimentieren.

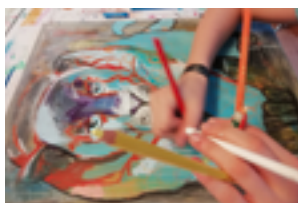
Termin: Freitag, 12.12.25, 16–19 Uhr

Gebühr: 32,00 €

Anmeldung: Hier


Unsere Kreativ-Kurse für Kinder und Jugendliche mit Silvia Gürtner.

Die Kosten für Material und Farbe sind in der Kursgebühr enthalten. Alle Kurse finden im Atelier „Mal-Labor“, Am Hohen Weg 9 in 86561 Aresing statt. Bitte zu allen Kursen ein Getränk und einen Malkittel mitbringen. Die Anfahrsbeschreibung finden Sie unter www.mal-labor.de.



Kindermalkurs Mini-Mal-Labor (4 bis 6 Jahre)

J-050

Dieser Kurs ist für die kleinen Hände von 4 bis 6-Jährigen gedacht. Wir experimentieren mit viel Farbe und Material. Auch mit den Fingern darf gemalt werden! Mit kindgerechten Brain-Übungen und großformatigen Arbeiten für Kreativität und Entfaltung der kleinen Künstlerinnen und Künstler. Kreativsein mit viel Spaß, sehr frei, spannenden und neuen Techniken in einer kleinen Gruppe.

Termin: Dienstag, 21.10.25 bis 28.10.25, 14.30–15.15 Uhr, 2 x

Gebühr: 20,00 €

Anmeldung: Hier


Kindermalkurs Mal-Labor (6 bis 10 Jahre)

J-052

Es werden Künstler vorgestellt und verschiedenste Techniken auf unterschiedlichen Untergründen ausprobiert, z.B. Malerei, Zeichnung, Collage, Druck, Kalligrafie. Es gibt dazu ein Thema, das wir kreativ umsetzen. Auch Farbenlehre, Farbenmischen und Kunstwissen wird von der Kreativpädagogin und Künstlerin kindgerecht erklärt.

Termin: Dienstag, 21.10.25 bis 28.10.25, 15.30–16.45 Uhr, 2 x

Gebühr: 30,00 €

Anmeldung: Hier



Jugendmalkurs – Ich bin schon ein Künstler (11 bis 17 Jahre)

J-055

Ihr malt oder zeichnet an eurem Bild und könnt Technik und Farben (Acryl, Öl, Aquarell, Pastell, Stift, Kohle, Druck...) auswählen. Ihr arbeitet ganz frei oder mit vorhandenen Vorlagen, ohne Zeitdruck. Ich unterstütze euch individuell, ihr verbessert eure Techniken und lernt bestimmt viel Neues dazu, in einer kleinen Gruppe mit max. fünf Kids. Leinwände können günstig erworben werden.

Termin: Dienstag, 21.10.25 bis 28.10.25, 17–18.30 Uhr, 2 x

Gebühr: 30,00 €

Anmeldung: Hier



Herbstferienkurs – „Mixed-Media!“ auf Leinwand (ab 7 Jahren)

J-058

Der beliebte Kunst-Crash-Kurs in den Ferien erwartet euch!

Wir lasieren, zeichnen, malen, kleben, drucken, sprühen... und am Ende hast du nicht nur mindestens 6 Techniken ausprobiert, sondern ein sehr cooles Bild auf Leinwand geschaffen. Du erhältst einen Einblick in die Werke von Mixed-Media-Künstlern und jeder Schritt ins Tun wird spannend erklärt von der Künstlerin und Kreativpädagogin Silvia Gürtner. Eine Leinwand kann vor Ort für 5 € erworben werden, ein beschichteter Malkarton ist jedoch kostenlos inklusive. Probiere dich aus – du bist ein Künstler!

Termin: Dienstag, 04.11.25, 10–12 Uhr

Gebühr: 22,00 €



Anmeldung: Hier



Anmeldung: Hier

➤ **Weitere Termine:** Dienstag, 04.11.25, 14–16 Uhr (J-059)

Ferienkurs „Malen in und für die Natur an der Staffelei“

J-060

Silvia Gürtner, Maria Aigner

Dies ist ein nachhaltiges Projekt der Kunstschule in Zusammenarbeit mit dem Bund Naturschutz Ortsgruppe Schrobenuhausen, die Kursgebühr fließt in Naturschutzprojekte des BN! Erlebe die Freiluftmalerei im angrenzenden Biotop der Kunstschule an Staffeleien – wie ein Künstler! Wir malen Tiere oder Pflanzen oder Bäume in deinen Farben mit Unterstützung der Künstlerin Silvia Gürtner. Entspannungsübungen der Waldpädagogin Maria Aigner gibts zwischendurch zur Lockerung. Botanicalpainting liegt voll im Trend und macht richtig Spaß! Eine Leinwand kann vor Ort für 5 € erworben werden. Hinweis: Bei Regen oder schlechter Witterung findet der Kurs im Atelier der Kunstschule statt.

Termin: Mittwoch, 05.11.25, 10–12 Uhr

Gebühr: 20,00 € inkl. Malkarton und Farben



Anmeldung: Hier



Ferienkurs für Kinder: Wir basteln Sterne & eine Laterne (ab 8 Jahren)

J-083

Silvana Klostermann

Heute wollen wir uns auf die Adventszeit einstimmen. Wir werden wunderschöne Sterne anfertigen, die wir mit Lichterketten zum Leuchten bringen können. Und weil St. Martin bald vor der Tür steht, werden wir auch einzigartige Laternen basteln. Diese können auch wunderbar als Windlicht genutzt werden. Wir werden wunderschöne bunte Lichterwelten schaffen. Du solltest geübt im Umgang mit der Schere sein. Die Materialkosten in Höhe von 15 € werden im Kurs eingesammelt.

Termin: Montag, 03.11.25, 9.30–13.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 25,00 €



Anmeldung: Hier



KinderINKen. Spannender Malspaß mit alcoholINKs.

J-084

Geeignet ab 6 Jahren

Silvana Klostermann

Wow, wie schön bunt ist die Welt. Mit diesen Farben haben Kinder sehr viel Spaß. Und was für tolle Dinge wie von selbst entstehen. Wir arbeiten auf speziellem Yupo Papier und lassen uns von dem Farbspektakel inspirieren. Lass dich überraschen, wie toll Kunst sein kann. Die Materialkosten in Höhe von 10 € werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Dienstag, 09.12.25, 17–19 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 17,00 €

Anmeldung: Hier



NEU!

NEU!

NEU!

Mehr Konzentration durch Entspannung und Töpfern mit Kindern (6 bis 10 Jahre)

J-205

Annette Finkenzeller

In einer Zeit, in der die Reiz- und Informationsflut immer intensiver wird, ist es wichtig, dass Kinder frühzeitig lernen, sich zu entspannen. Phantasie-reisen helfen dabei, den Körper besser wahrzunehmen und sich besser zu konzentrieren. In diesem Kurs mit Annette Finkenzeller, Heilpraktikerin für Psychotherapie, lernen die Kinder spielerisch, sich zu entspannen und mit dem Material Ton ihrem Körper Ausdruck zu geben. Die Material- und Brennkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

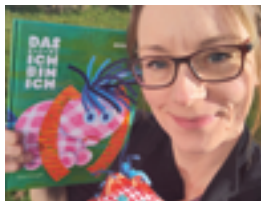
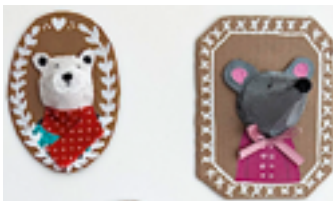
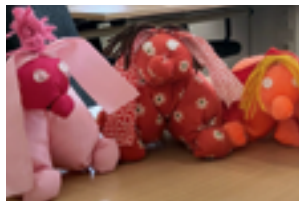
Termin: Dienstag, 07.10.25 bis 28.10.25, 17–18.30 Uhr, 4 x

Ort: Praxis der Kursleiterin, Gartenstr. 4, 86529 Mühlried

Gebühr: 48,00 €

Anmeldung: Hier


Mit Kerstin Wolff Nähen und Basteln



Eltern-Kind-Nähkurs – dein eigenes „Ich bin Ich“ Kuscheltier (ab 6 Jahren)

J-290

Wir nähen gemeinsam das kleine bunte (Stoff-)Tier namens „IchBinIch“ aus dem Buch von Mira Lobe und am Ende wird die Geschichte vorgelesen. Voraussetzungen: Geduld und etwas Geschick. Echte Nähkenntnisse sind nicht erforderlich. In der Kursgebühr sind 5 € Materialkosten enthalten.

Termin: Samstag, 29.11.25, 13–16 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 15,00 € pro Teilnehmer

Anmeldung: Hier


Kinder-Nähkurs – dein eigenes „Ich bin Ich“ Kuscheltier (ab 7 Jahren)

J-291

Wir nähen gemeinsam das kleine bunte (Stoff-)Tier namens „IchBinIch“ aus dem Buch von Mira Lobe. Am Ende wird die Geschichte vorgelesen. Du brauchst ein wenig Geduld und Geschick, aber echte Nähkenntnisse sind nicht erforderlich. In der Kursgebühr sind 5 € Materialkosten enthalten.

Termin: Freitag, 16.01.26, 14.30–17.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier


Weihnachtsdeko aus Eierkarton für Kinder ab 6 Jahren

J-292

NEU!

Aus Eierkartons wird Weihnachtszauber! In diesem Kurs basteln wir gemeinsam tolle Weihnachtsdeko

Termin: Freitag, 05.12.25, 14–16 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: Hier


Kreatives Basteln mit Eierkarton: Maus, Hase und Igel...

J-293

NEU!

Wir basteln lustige Tierkarten mit 3-D-Effekt.

Termin: Freitag, 06.02.26, 14–16 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: Hier


BRILLEN
BURG

www.brillen-burg.com

KONTAKT-
LINSEN
SCHROBEN-
HAUSEN

Tel. 1523



Herbstferien! Kinder-Workshop „Ton-Glas Engel“ (8 bis 12 Jahre) J-360

Entzückende Schutz- bzw. Weihnachtengel zum Hängen oder optional zum Stecken auf Metall-Standfuß (Aufpreis)

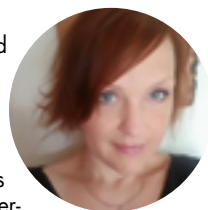
Stefanie Augustin

Zu Beginn suchen wir uns mittels Schablonen unsere Engelkonturen aus und übertragen diese auf unsere Tonplatte. Es können verschiedene Muster aus-



geschabt, eingeritzt bzw. eingedrückt werden, die dann später bei der Glasur speziell (Engobetechnik) hervorgehoben werden. Eine noch ganz besondere Veredelung können die Engel durch das Miteinschmelzen von Glas beim Glasurbrand erhalten. Lass Dich überraschen! Es können bis zu 3

Engel in verschiedenen Größen (7–20 cm Höhe) gemacht werden. Metallstandfüße optional ab 6 €/Stück. Sollte der Glasurtermin nicht wahrgenommen werden können, erfolgt die Glasur mit einem Aufpreis



von 10 € vom Kursleiter.

Termin: Mittwoch, 05.11.25, 14–15.30 Uhr und Samstag, 22.11.25, 14–15.30 Uhr (Glasurtermin)

Ort: KREATIV.WERK, Stefanie Augustin, Bauernstr. 23, 86561 Aresing

Gebühr: 49,00 € inkl. Material- Brenn- und Glasurkosten

Anmeldung: Hier



Unsere Kreativkurse mit Kerstin Erskine

Die Kurse finden immer im Raum 104, 1. Stock statt



Filzen für KiGa-Kinder (4 bis 6 Jahre) – Der Herbst ist bunt. Wir filzen bunte Eicheln

J-300

Dieser Kurs richtet sich an Kindergartenkinder ab 4 Jahren, die gerne basteln. Aus bunter Filzwolle, warmem Wasser und Seife filzen wir bunte Eicheln. Die Materialkosten in Höhe von ca. 1 € werden im Kurs eingesammelt.

Termin: Freitag, 26.09.25, 15–16 Uhr

Gebühr: 9,00 €

Anmeldung: Hier



Filzen für Kinder – „Filz“-Stift (ab 6 Jahren)

J-301

Wir erlernen die Grundtechnik des Nassfilzens und filzen eine Bleistifthülle. So kannst du langweilige Bleistifte aufhübschen. Kosten für Materialien in Höhe von 2 € werden im Kurs eingesammelt.

Termin: Freitag, 26.09.25, 16.15–17.45 Uhr

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: Hier



Filzkurs für Kinder – Filze, worauf Du Lust hast

J-302

Dieser Kurs richtet sich an Kinder, die bereits einen Filzkurs bei der Dozentin besucht haben. Komm mit Deiner Idee! Du kannst frei entscheiden, auf welches Filzprojekt Du Lust hast: einen kleinen Ball, einen Bleistift umfilzen, einen Mini-Spielteppich, ein kleines Täschchen oder was auch immer. Ich helfe Dir bei der Umsetzung. Du hast zwei Nachmittage Zeit dafür. Materialkosten werden nach Verbrauch im Kurs abgerechnet (ca. 4–6 €).

Termin: Freitag, 10.10. und 31.10.25, 15.30–17.30 Uhr, 2 x

Gebühr: 30,00 €



Anmeldung: Hier



Kreativworkshop – edlen Schmuck basteln (6 bis 14 Jahre)

J-330

Melanie Schmid

Wir kreieren mit ganz kleinen Glasperlen, Draht und Nagellack edle Armbänder, Kettenanhänger, Ringe, Schlüsselanhänger und Ohrringe, jedes Stück wird garantiert einzigartig. Materialkosten in Höhe von 6 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Freitag, 26.09.25, 15–18.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 32,00 €

Anmeldung: Hier



Kreativworkshop für Kinder – Theater und Kostüme (6 bis 12 Jahre)

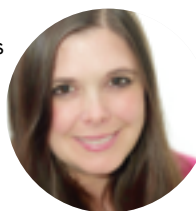
J-333

Melanie Schmid

Die eigene Kreativität entdecken und lernen diese auch einzusetzen, das kann einem im Leben oft behilflich sein. Aus wenigen Materialien kreieren wir Kostüme, Requisiten und denken uns ein Theaterstück aus und führen es dann den Eltern vor. Die gebastelten Kostüme und Requisiten dürfen dann mit nach Hause genommen werden. Materialkosten in Höhe von 8 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Freitag, 16.01.26, 14.30–18.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 34,00 €

Anmeldung: Hier

TrommelPower für Kids (7 bis 10 Jahre)

J-515

Carola Morgenschweis

Trommeln faszinieren und laden zum gemeinsamen Spielen ein! Im Fokus unseres Kurses steht nicht nur der Rhythmus, sondern auch der musikalische Ausdruck von emotionaler Befindlichkeit und Spannung. Mithilfe von abwechslungsreichen Spielvorgaben werden Themen wie Streit, Aggression und Mobbing aufgegriffen und in der Gruppe mit musikalischen Mitteln bearbeitet und konstruktiv gelöst. Durch die positive Gruppenerfahrung entwickelt sich ohne Worte ein emotional tragfähiges Gemeinschaftsgefühl. Vielleicht trauen wir uns auch eine gemeinsame Performance vor den Eltern zu?!

Termin: Samstag, 18.10. und Sonntag, 19.10.25 je von 9.30–12 Uhr, 2 x

Ort: Kindergarten Hörzhausen, Obermühlstr. 12, Gymnastikraum

Gebühr: 40,00 €

Anmeldung: Hier


Unsere HIP HOP Kurse mit Michelle Wluka

Die Kurse finden immer im Spiegelsaal, Zimmer 203, 2. Stock statt.

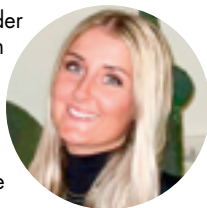
Hip-Hop für Kids (6 bis 10 Jahre)

J-580

Hip Hop ist eine der modernsten und vielfältigsten Tanzarten, die für Kinder und Jugendliche einen perfekten Ausgleich zum Alltag bietet. Der Vorteil von Hip Hop ist, dass jeder seinen individuellen Stil, völlig gleich, ob Popping, Locking oder House, mit in die Gruppe einbringen kann.

In diesem Kurs könnt Ihr einfach den Kopf abschalten und Euch zu den neuesten Hits in Form einer Choreographie bewegen. Zudem wird ein besonderer Fokus auf Rhythmusgefühl und Üben verschiedener Tanzschritte gelegt.

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 03.12.25, 15.30–16.30 Uhr, 10 x

Gebühr: 65,00 €

➤ Weitere Termine:

Mittwoch, 24.09.25 bis 03.12.25, 16.30–17.30 Uhr, 10 x


Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Hip Hop – Dein Style, dein Move! (13 bis 16 Jahre)

J-583

Lust auf fette Beats und coole Choreos? In diesem Kurs lernst du angesagte Hip-Hop-Moves, bringst deinen eigenen Style ein und lässt den Alltagsstress hinter dir. Ob Popping, Locking oder House – hier zählt, was dich bewegt. Einfach Musik an, Kopf aus und los tanzen!

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 03.12.25, 17.30–18.30 Uhr, 10 x

Gebühr: 65,00 €

Anmeldung: Hier


NEU!

musik&du

entdecken erleben entfalten



Carola Morgenschweis
Musikpädagogin

Instrumentalunterricht

für jedes Alter:

Gitarre / Flöte / afrikanische Trommel

Musik erleben in Gruppen

Eltern-Kind-Musik (bis 3 Jahre)

Musikalische Spielereien im Kindergarten

Musik integrativ

Trommelgruppen für Erwachsene

Fortbildung

für pädagogische Fachkräfte

Hip-Hop für Kids (8 bis 12 Jahre)

J-582

Leah Wölz

Hip Hop ist eine der modernsten und vielfältigsten Tanzarten, die für Kinder und Jugendliche einen perfekten Ausgleich zum Alltag bietet. Der Vorteil von Hip Hop ist, dass jeder seinen individuellen Stil, völlig gleich ob Popping, Locking oder House, mit in die Gruppe einbringen kann. In diesem Kurs könnt ihr einfach den Kopf abschalten und euch zu den neuesten Hits in Form einer Choreographie bewegen. Zudem wird ein besonderer Fokus auf Rhythmusgefühl und Üben verschiedener Tanzschritte gelegt.

Termin: Dienstag, 23.09.25 bis 02.12.25, 17.25–18.25 Uhr, 10 x

Ort: vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 65,00 €



Anmeldung: Hier



Kreativer Kindertanz mit Linda Rosenberger

Die Kurse finden immer im blauen Saal 3. Stock statt.

Kreativer Kindertanz (4 bis 6 Jahre)

J-590

Spieleorientierte Einführung in die bunte Welt des Tanzes mit verschiedenen Technik-Übungen, grundlegenden Schrittkombinationen und ersten kleinen Choreographien in verschiedenen Stilrichtungen.

Termin: Samstag, 11.10.25 bis 13.12.25, 15.05–16.05 Uhr, 8 x

Gebühr: 50,00 €

Anmeldung: Hier



Dance Mix (7 bis 9 Jahre)

J-591

Der Dance Mix lädt uns ein zu einer getanzten Reise quer über den gesamten Globus. So lernen wir nicht nur die wichtigsten Stilrichtungen der verschiedenen Tänze aller Länder kennen, sondern erarbeiten auch deren typische Bewegungen und arbeiten an grundlegenden Tanztechniken.

Termin: Samstag, 11.10.25 bis 13.12.25, 14–15 Uhr, 8 x

Gebühr: 50,00 €

Anmeldung: Hier



Kreatives Kinderballett (4 bis 6 Jahre)

J-592

Spieleorientierte und kindgerechte Ballettstunde zur Schulung der wichtigsten Grundelemente und Techniken in Kombination mit fantasievollen Lern- und Übungsspielen sowie ersten kleinen Choreographien.

Termin: Samstag, 11.10.25 bis 13.12.25, 16.10–17.10 Uhr, 8 x

Gebühr: 50,00 €

Anmeldung: Hier



Dance Mix (10 bis 13 Jahre)

J-593

Der Dance Mix lädt uns ein zu einer getanzten Reise quer über den gesamten Globus. So lernen wir nicht nur die wichtigsten Stilrichtungen der verschiedenen Tänze aller Länder kennen, sondern erarbeiten auch deren typische Bewegungen und arbeiten an grundlegenden Tanztechniken.

Termin: Samstag, 11.10.25 bis 13.12.25, 17.15–18.15 Uhr, 8 x

Gebühr: 50,00 €

Anmeldung: Hier



Zumba Kids (6 bis 11 Jahre)

J-596

NEU!

Katrin Bitscher

Zumba Kids ist ein speziell für Kinder entwickeltes Programm auf der Grundlage der Zumba Fitness, Tanz- und Fitnessphilosophie. Einfach zu erlernende Steps und abwechslungsreiche Rhythmen, die Freude am Tanzen und Spaß an der Bewegung wecken. Zwischen dem Tanzen gibt es kleine Spiele und Trinkpausen. Für Mädchen und Jungen geeignet!

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 03.12.25, 17–18 Uhr, 10 x

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 55,00 €



Anmeldung: Hier



Tanzen statt Pauken – Der Schülertanzkurs

J-799

Stephan Pokorny

Kursinhalte sind: Grundsätze Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Fox-Trott, Tango (frz.), Rumba, Samba, Cha-Cha, Jive; Disco-Fox; Rechtsdrehungen in Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Disco-Fox; Promenaden auswärts in Rumba und Cha-Cha; Lady-in-Lady-out (offen) in Jive und Disco-Fox (offen = Brezel, geschlossen = Körbchen); Benimmregeln bei Tisch und Aufforderungsregeln mit Eröffnungspolonaise beim Ball. Der Abschlussball ist für Wochenende 30./31.01.26 oder 06./07.02.26 im Gasthaus Brummer in Reicherstein geplant. Weitere Infos im Tanzkurs!

Termin: Freitag, 14.11.25 bis 30.01.26, 13.30–15 Uhr, 10 x

Ort: 3-fach Turnhalle Schrobhausen, Georg-Leinfelder-Str. 21

Gebühr: 65,00 €



Anmeldung: Hier



Tanzwerkstatt – Creative Move Makers – Kinder Choreowerkstatt (6 bis 12 Jahre)

J-326

NEU!

Melanie Schmid

Wir denken uns gemeinsam neue, kreative Bewegungen zur Musik aus – zu verschiedenen Musikrichtungen – und entdecken dabei unsere eigene Kreativität. Es wird keine Kreativität, Einfallsreichtum oder Sportlichkeit vorausgesetzt. Es gibt auch keinen Zwang, sich einzubringen und auch keine Erwartungen. Einfach mitmachen und inspirieren lassen. Alles andere kommt dann von ganz allein. Es gibt auch kein richtig oder falsch und keiner kann sich blamieren. Auch völlig untalentierte Tänzer und Unsportliche sind herzlich willkommen. Denn es geht in dem Kurs einfach nur um den Spaß an Bewegung und dem gemeinsamen Erarbeiten von ganz einfachen und kreativen Choreografien im Team.

Termin: Samstag, 11.10.25, 10–12.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 24,00 €

Anmeldung: Hier


Kursreihe – Tanzwerkstatt – Creative Move Makers – Kinder Choreowerkstatt (6 bis 12 Jahre)

J-326A

NEU!

Melanie Schmid

Für alle die von der Tanzwerkstatt (J-326) nicht genug bekommen können. An drei weiteren Terminen denken wir uns gemeinsam neue, kreative Bewegungen zu verschiedenen Musikrichtungen aus und entdecken oder fördern dabei unsere Kreativität.

Termin: Samstag, 18.10.25 bis 29.11.25, 10.45–13.15 Uhr, 3 x

Ort: vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 50,00 €

Anmeldung: Hier


Eine Reise durch das Universum für Kinder und Eltern

J-840

Dr. Susanne Friedrich

Die Reise startet auf der Erde. Als Erstes finden wir heraus, warum es Tag und Nacht gibt und warum es nicht immer Sommer ist. Danach erforschen wir das Sonnensystem und lernen den Unterschied zwischen der Sonne und den Planeten kennen. Wir machen ein Modell unseres Sonnensystems und bekommen so eine Vorstellung über seine enormen Dimensionen. In diesem Modell stellen wir uns auch die Entfernungen zu den nächsten Sternen bis hin zu den Galaxien vor. Falls das Wetter mitspielt, betrachten wir unseren kosmischen Nachbarn, den Mond, durch ein Fernrohr.

Termin: Donnerstag, 27.11.25, 18.30–20 Uhr

Ort: Gymnasium, Zimmer 357

Gebühr: 10,00 € /erm. Kindergebühr: 5 €

Anmeldung: Hier

auch für Erwachsene

Tippen wie ein Profi: 10-Finger-Schreibsystem auf der Computer-Tastatur für Kids und Erwachsene

J-904

Renate Büchl

Lerne das 10-Finger-Schreiben in nur drei Wochenenden – einfach, effektiv und ohne Buch, mit einem farbenorientierten Lernsystem. Bereits nach zwei Stunden beherrscht du die Grundstellung der Tastatur. Bitte bei Anmeldung angeben, ob ein eigener Laptop mitgebracht wird. Kopierkosten werden im Kurs eingesammelt.

Termin: Samstag, 15.11., 22.11. und 29.11.25, Sonntag, 16.11., 23.11. und 30.11.25, jeweils von 12–14 Uhr, 6 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 55,00 € für Schüler

Anmeldung: Hier

auch für Erwachsene

- **Weitere Termine:** Samstag, 17.01., 24.01. und 31.01.26,
Sonntag, 18.01., 25.01. und 01.02.26,
jeweils von 12–14 Uhr, 6 x (J-905)

Anmeldung: Hier

Der Prüfungshelfer: Vorbereitung auf Abschlussprüfung Mittlerer Bildungsabschluss Mathematik M-Zweig und Qualifizierender Hauptschulabschluss

J-930

NEU!

Dr. Wolfgang Spieß

Die Abschlussprüfung in Mathematik für den Mittleren Bildungsabschluss oder Quali steht an und es gibt so viele Fragen? Sie haben keine Fragen wollen aber üben? Dieser neue Kurs mit dem in Nachhilfe erfahrenen Dozenten Wolfgang Spieß wendet sich an Schüler, die Prüfungsaufgaben besprechen oder Grundlagen wie Brüche u.a. wiederholen wollen. An 11 Nachmittagen zu je 90 Minuten bereiten wir zielgerichtet auf die Prüfung vor und geben Tipps zur Prüfung.

Termin: Donnerstag, 05.02.26 bis 07.05.26, 15–16.30 Uhr, 11 x**Ort:** vhs-Haus, Zimmer 003, EG**Gebühr:** 90,00 €**Anmeldung:** Hier

„Superhirn für Schüler – Vokabeln und Fremdwörter im Sekundentakt“

J-940

Helmut Lange

Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabeln lernen können? Und dabei noch Spaß haben? Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zigfache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Der Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge Helmut Lange hat zum Thema „Vokabel lernen“ mehrere Bücher geschrieben und zeigt Ihnen anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen – schon während des Webinars. Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Vokabel-Lerntricks.

Termin: Dienstag, 14.10.25, 16–18 Uhr**Ort:** Online über edudip**Gebühr:** 26,00 €**Anmeldung:** Hier

Der erste Kuss, die erste Liebe, das erste Mal

J-001

NEU!

Ein Aufklärungskurs für Jugendliche ab 12**Johanna Ehm und Tobias Beutrock (Sexuelle Bildung, Gesundheitsamt Neuburg)**

Was passiert da eigentlich mit meinem Körper? Wieso drehen Gefühle manchmal völlig durch? Und wie läuft das überhaupt mit dem ersten Mal, Verhütung oder Grenzen setzen? In diesem Kurs bekommst du Antworten – ehrlich, direkt und auf Augenhöhe. Ganz ohne peinliches Schweigen oder langweiligen Unterricht. Nach einem gemeinsamen Einstieg trennen wir uns: Mit Tobi sind die Jungs, und mit Johanna die Mädels unter sich – so kannst Du offen über die Themen sprechen, die gerade wirklich wichtig sind. Später treffen wir uns wieder zur Abschlussrunde. Ganz locker, aber mit echtem Inhalt. Du kannst alles Fragen – nichts ist zu komisch oder zu privat. Wichtig ist: Du gehst mit mehr Klarheit raus, fühlst dich sicherer und weißt, dass du mit deinen Themen nicht allein bist.

Termin: Freitag, 06.02.26, 16–19 Uhr**Ort:** vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock**Gebühr:** kostenlos**Anmeldung:** Hier

Kids in der Küche

Alle unsere Kochkurse finden im vhs Haus in der Lehrküche im 2. Stock statt.

Kreativer Backkurs für Kinder – Essbare Spiele (6 bis 12 Jahre)

J-322

Melanie Schmid

Wie wäre es damit, mal ein Spiel zu backen und nach dem Spielen das Spielbrett und die Figuren einfach aufzuessen? Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Die Kosten für Naturalien in Höhe von 8 € sind in der Kursgebühr enthalten.

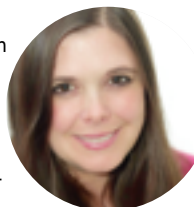
Termin: Freitag, 09.01.26, 15–18.30 Uhr**Gebühr:** 34,00 €**Anmeldung:** Hier

Kreativer Koch- und Backkurs – Halloween für Kinder (6 bis 12 Jahre)

J-324

Melanie Schmid

Kochen und Backen ist nicht schwer und kann richtig Spaß machen. Man kann auch beim Kochen und Backen kreativ sein. Denn es gibt so viele Möglichkeiten aus einfachen Lebensmitteln ein phantasievolles und leckeres Essen zu kreieren. Wir überlegen uns zusammen im Kurs, was wir aus wenigen Zutaten alles Kreatives und Gruseliges für Halloween kochen und backen können. Wer möchte, der kann gerne verkleidet kommen. Die Kosten für Naturalien in Höhe von 8 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Donnerstag, 30.10.25, 15–18.30 Uhr**Gebühr:** 34,00 €**Anmeldung:** Hier

Schoko-Zauber für kleine und große Naschkatzen für Eltern mit Kind (ab 6 Jahren)

J-340

NEU!

Ann-Kathrin Bodamer

In diesem neuen Kurs sind Eltern und Kinder herzlich eingeladen, gemeinsam kreativ zu werden. Wir stellen gemeinsam köstliche Leckereien aus Schokolade her – ob Schokolollis, Trinkschokolade oder selbst gestaltete Schokoladentafeln. Der Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt, und die Kinder dürfen nach Herzenslust experimentieren, naschen und gestalten. Die Kosten für Zutaten in Höhe von 25 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Sonntag, 18.01.26, 10–11.30 Uhr

Gebühr: 44,50 € für ein Elternteil mit Kind



Anmeldung: Hier

Ferienkurs – Backkurs für coole Kids: Pizzadonuts und Fruchtbombe (ab 9 Jahren)

J-346

NEU!

Christine Maucher

Backen wie die Profis! In diesem Kurs lernst du die Basics, die jeder Bäcker draufhaben sollte. Wir backen einen lockeren Biskuit und verwandeln ihn in einen bunten Obstkuchen (Fruchtbombe). Aus fluffigem Hefeteig entstehen coole Pizzadonuts – herzhaft und mega lecker! Mit vielen Tipps, tollen Rezepten und jeder Menge Spaß wirst du zum echten Backprofi. Eventuelle Unverträglichkeiten bitte bei

Anmeldung angeben! Die Kosten für Naturalien (ca. 5 €) sind in der Kursgebühr enthalten. Wer Interesse hat,

kann im Kurs auch das Backbuch der Kursleiterin: „Backen – Einfach, lecker & gesund.“ erwerben. Tipp: „Krallengriff“ und Umgang mit dem Gemüsemesser bitte zu Hause vorher mit den Kindern üben! Alles, was Du brauchst, sind gute Laune und Lust aufs Backen!



Anmeldung: Hier

Termin: Donnerstag, 06.11.25, 10–13 Uhr

Gebühr: 31,00 €



Mit Erfolg zur mittleren Reife!

NEU: Übertritt aus Klasse 4!

und aus Klassen 5, 6, 7, 8 + 9 in neue Eingangsklassen!

PRIVATE WIRTSCHAFTSSCHULE INGOLSTADT

modern - praxisnah - digital

Maffeistraße 4 • 85053 Ingolstadt

Telefon: 0841 966 91-0 • Homepage: ws-in.de



Cake Pops Backspaß für Kinder!

J-350

NEU!

Vanessa Eckmann, Kathrin Schober

Du liebst Kuchen und möchtest selbst kreativ werden? Dann ist unser Cake Pops Backkurs für Kinder genau das Richtige für dich! In diesem fröhlichen Kurs lernen kleine Bäckerinnen und Bäcker, wie man leckere Cake Pops ganz einfach selbst macht – von der Teigzubereitung bis zur kunterbunten Dekoration! Natürlich darf am Ende auch genascht werden. Die Kosten für Naturalien in Höhe von 5 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Samstag, 11.10.25, 10–12 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Lehrküche (Zimmer 204), 2. Stock

Gebühr: 25,00 €



Weihnachtszauber für Kinder – Backen, Basteln, Geschichten – für Kinder zwischen 6 und 11 Jahren

J-370

NEU!

Sita Pereira

In dieser fröhlichen Weihnachtswerkstatt können Kinder Plätzchen ausstechen, backen und bunt verzieren – naschen erlaubt! Danach gestalten wir eine eigene Schneekugel zum Mitnehmen. Zum Abschluss tauchen wir gemeinsam in eine Weihnachtsgeschichte ein, bei der alle mitmachen dürfen. Ein kreativer und stimmungsvoller Nachmittag voller vorweihnachtlicher Freude!

Zwischendurch wird es ausreichend Pausen geben. Materialkosten werden noch bekanntgegeben und dann im Kurs abgerechnet.

Termin: Samstag, 13.12.25, 10–16 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Lehrküche (Zimmer 204), 2. Stock

Gebühr: 29,00 €



Alles rund ums Pferd mit Stefanie Eppelsheimer

Die Kurse finde alle am Hof der Kursleiterin, Öd 12, 86529 Schrobhausen statt

Herbstzauber mit Ponys erleben

J-854

NEU!

© Uschi/Pixabay



Gemütliche und erholsame Stunden im herbstlichen Wald – dieser Ausritt ist ein besonderes Erlebnis. Gemeinsam bereiten wir die Ponys vor und lassen uns anschließend durch die bunte Natur tragen. Unterwegs sammeln wir farbenfrohe Herbstschätze und genießen die ruhige Zeit mit unseren vereinigten Freunden.

Termin: Sonntag, 28.09.25, 10–13 Uhr

Gebühr: 22,00 €

Anmeldung: Hier

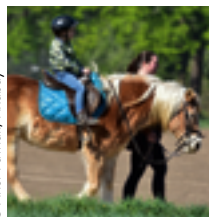


Pferdewissen für Kinder – Alles rund ums Pferd!

J-855

NEU!

© Artur Pawlak/Pixabay



In diesem spannenden Kurs tauchen Kinder in die Welt der Pferde ein. Spielerisch und altersgerecht lernen sie alles, was für Prüfungen im Pferdesport wichtig ist: Von der Theorie über den Umgang mit Pferden, Pflege und Haltung bis hin zu Ausrüstung und Zubehör. Ob kleine Pferdefans oder zukünftige Reiterinnen und Reiter – hier werden wichtige Grundlagen gelegt und die Liebe zum Pferd gefördert.

Termin: Sonntag, 19.10.25, 10–12 Uhr

Gebühr: 20,00 €

Anmeldung: Hier



Pferde-Abenteuer: Ausritt & mehr!

J-856

NEU!

Ein Erlebnis für alle pferdebegeisterten Kinder! In diesem Kurs bereiten wir gemeinsam die Pferde für einen kleinen Ausritt vor – von der Pflege bis zum Satteln. Die Kinder lernen den richtigen Umgang mit dem Pferd und erleben anschließend einen geführten Ausritt. Als besonderes Highlight wartet am Ende eine kleine Überraschung auf alle Teilnehmenden.

Termin: Sonntag, 23.11.25, 10–13 Uhr

Gebühr: 22,00 €

Anmeldung: Hier



Fasching mit den Ponys – Buntes Treiben auf vier Hufen

J-857

NEU!

Helau und Alaaf – jetzt wird's lustig im Pferdestall! In diesem fröhlichen Faschingskurs dürfen sich nicht nur die Kinder verkleiden, sondern auch die Ponys bekommen bunte Kostüme. Gemeinsam feiern wir ein kunterbuntes Faschingstreiben mit lustigen Spielen, viel Spaß und kleinen Überraschungen.

Termin: Sonntag, 15.02.26, 10–13 Uhr

Gebühr: 22,00 €

Anmeldung: Hier



Führerschein Co.

Erste Hilfe für den Führerschein

First Aidvantage Erste Hilfe Schule

Du brauchst für deinen Führerschein einen Erste-Hilfe-Kurs und hast Lust auf einen lebendigen und spannenden Unterricht? Dann bist du bei First Aidvantage genau an der richtigen Adresse. Unsere jungen und motivierten Coaches bringen dir alle Inhalte Spaßig, klar und in einer freundschaftlichen Atmosphäre bei. Außerdem kannst du bei uns auch den benötigten Sehtest und Passbilder vor Ort dazubuchen. Jeder Kursteilnehmende erhält am Ende des Kurses ein anerkanntes Zertifikat der Fahrerlaubnisverordnung (§ 68 FeV). Der Kurs richtet sich an alle Führerscheinneulinge. Der Kurs umfasst 9 x 45 Minuten.

Termin: Samstag, 20.09.25, 9–16.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 55,00 €

J-950



Anmeldung: Hier



➤ Mögliche weitere Termine:

Termin: Sonntag, 05.10.25, 9–16.30 Uhr (J-951)

Termin: Samstag, 18.10.25, 9–16.30 Uhr (J-952)

Termin: Sonntag, 02.11.25, 9–16.30 Uhr (J-953)

Termin: Samstag, 15.11.25, 9–16.30 Uhr (J-954)

Termin: Sonntag, 30.11.25, 9–16.30 Uhr (J-955)

Termin: Samstag, 13.12.25, 9–16.30 Uhr (J-956)

Termin: Sonntag, 28.12.25, 9–16.30 Uhr (J-957)



Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

**Sauber
aufg'stellt!**

**Mit regionaler Stromerzeugung, Wasserstoff
und Elektromobilität zur Energiewende.**

esb.de

ESB
ENERGIE SÜDBAYERN

© Martin Bolle



Elternakademie

Unsere Elternakademie bietet praktische Tipps und Unterstützung für den Alltag mit Kindern. Tauschen Sie sich mit anderen Eltern aus und profitieren Sie vom Fachwissen unserer Dozenten. Gemeinsam meistern und gestalten wir den Familienalltag!

Elternkompetenzen stärken

Gesunde Zähne von Anfang an – Zahnpflege in Schwangerschaft und Kleinkindalter

Milena Weigel, Zahnärztin

Die Grundlage für gesunde Zähne wird bereits in der Schwangerschaft gelegt! Doch wann beginnt Zahnpflege eigentlich – und worauf kommt es besonders an, wenn es um die ersten Zähnchen geht? In diesem Vortrag von Zahnärztin Milena Weigel erhalten (werdende) Eltern praxisnahe Informationen rund um das Thema Mundgesundheit in der Schwangerschaft und im frühen Kindesalter. Sie erfahren, welchen Einfluss die Zahngesundheit der Mutter auf das Kind haben kann, welche Pflegeprodukte sinnvoll sind und wie man spielerisch Zahnpflege in den Alltag mit Kleinkindern integriert. Zahnarzt- oder Prophylaxebesuche, Fluorid, Stillen, Fläschchen etc. – all diese Themen werden verständlich und alltagsnah besprochen. Es bleibt ausreichend Zeit für Ihre individuellen Fragen. Zielgruppe: werdende Eltern, junge Familien, Großeltern, pädagogisches Fachpersonal und alle Interessierten.

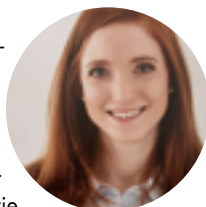
Termin: Samstag, 04.10.25, 10–11.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 5,00 €

G-040

NEU!



Anmeldung: Hier



Happy Taping für Kids – Workshop für Eltern

Gabriele Seitz-Opitz

In diesem Workshop lernen Eltern, wie sie Tapes bei ihren Kindern gezielt zur Unterstützung in der Wachstumsphase, zur Verbesserung des Bewegungsgefühls und für kleine Sportler anwenden können. Schritt für Schritt wird der Umgang mit den bunten Tapes vermittelt – einfach, sicher und alltagstauglich. Kursinhalte: Einführung in das kindgerechte Taping / Praktische Anwendung zur Gesundheitsprävention / Leicht erlernbare Techniken zur Eigenanwendung. Besonderes Highlight: das Kinder-Tape TAPE DICH FREI! mit positiven Worten und Tierbildern zur Unterstützung von Körper und innerem Gleichgewicht. Die Materialkosten in Höhe von 15 € werden im Kurs eingesammelt.

Termin: Montag, 13.10.25, 18–21 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 15,00 €

G-065

NEU!

Anmeldung: Hier



Notfall-Strategien – für Eltern mit besonderen Herausforderungen P-106

Marion Pielmeier

Kennst Du das? Eskalationen im Supermarkt oder bei Familienfeiern? Dein Kind ist häufig überreizt und hat regelmäßig Zusammenbrüche? Dauerspannung und Stress bestimmen oft Deinen Alltag? Du weißt nie, was der Tag bringt? Du fühlst dich oft hilflos und ausgeliefert? Dann ist dieser Workshop, in dem ich Dir Strategien für Deinen Alltag vorstelle, das Richtige!

Termin: Mittwoch, 22.10.25, 18.45–20.45 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier



Autismus verstehen – Mein Kind mit Verständnis liebevoll begleiten

Marion Pielmeier

Dieser Vortrag lädt Eltern, Familienangehörige und alle Interessierten dazu ein, einen Einblick in die Welt von Kindern mit Autismus-Spektrum-Störung zu gewinnen. Wir sprechen über die veränderte Wahrnehmung, den geringen Reizfilter und die besonderen kognitiven Merkmale. Ziel ist es, die Bedürfnisse und Verhaltensweisen autistischer Kinder besser zu verstehen oder nachvollziehen zu können.

Termin: Mittwoch, 24.09.25, 18.30–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 25,00 €

P-105

NEU!

Anmeldung: Hier



Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

Ihre Meinung zu unserem Programm und allgemein zur vhs ist uns sehr wichtig! Wir freuen uns über Ihre Anregungen, Wünsche und auch Kritik. Bitte nehmen Sie sich kurz die Zeit für die Online-Feedbackbögen. Helfen Sie uns, damit wir Sie noch mehr zufriedenstellen können und ein Angebot haben, das Sie begeistert!

ANDERS als GEPLANT – Unser Kind hat eine Behinderung

P-107

NEU!

Marion Pielmeier

ANDERS als GEPLANT – Unser Kind hat eine Behinderung. Wir können nicht verhindern, dass das Leben manchmal hohe Wellen schlägt. Aber wir können versuchen, auf ihnen zu surfen. -Jon Kabat-Zinn- Ein Kind mit einer Behinderung großzuziehen gehört zweifellos zu einer der herausforderndsten Aufgaben, die das Leben uns stellen kann. Doch gerade in diesen Herausforderungen liegen auch Chancen für persönliches Wachstum und neue, bereichernde Perspektiven. Dieser Workshop soll Eltern einen Raum geben, offen über ihre Sorgen und Ängste zu sprechen und dabei wertvolle Strategien für herausfordernde Momente kennenzulernen. Gemeinsam wollen wir Wege entdecken, um mit Zuversicht in die Zukunft zu blicken und das Leben in all seiner Vielfalt anzunehmen. Ein Austausch, der Mut macht, verbindet und Kraft schenkt.

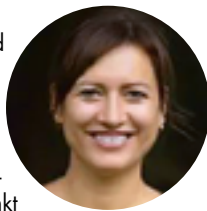
Termin: Donnerstag, 29.01.26 bis 05.02.26, 18.30–20.30 Uhr, 2 x**Ort:** vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock**Gebühr:** 35,00 €**Anmeldung:** Hier

Walk & Talk – Gemeinsam unterwegs mit dem Bollerwagen

G-038

Maria Kugler

Gemeinsam unterwegs mit dem Bollerwagen in Schrobenhausen. Sie sind oder werden Eltern und möchten gerne andere Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren aus Ihrer Gegend bei den Outdoor-Treffen und einer Tasse Tee (bitte Becher mitbringen) kennenlernen? Dann haben Sie die Möglichkeit, Gleichgesinnte zu treffen, sich untereinander auszutauschen, Erfahrungen zu teilen und gemeinsam mit Ihren Kindern spielend die Gegend zu erkunden (z.B. Spielplatzbesuche). Wir bitten um vorherige Anmeldung! Treffpunkt jeden Donnerstag: 9.30–11 Uhr am Parkplatz Busbahnhof SOB. Kontakt: Maria Kugler, E-Mail: walkandtalk.sob@gmail.com. Diese Veranstaltung ist ein Angebot der KoKi-Koordinationsstelle frühe Kindheit.

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 04.12.25, 9.30–11 Uhr, 10 x**Ort:** Parkplatz Busbahnhof Schrobenhausen**Gebühr:** kostenlos**Anmeldung:** Hier

Kleinkindernährung kompakt – schnell, gesund und alltagstauglich – Praxisveranstaltung

H-041

Monika Blankenhorn, Stefanie Rieblinger

Dieser Kurs gibt einen Überblick über die aktuellen Ernährungsempfehlungen für Kinder. Nach einem praxisnahen Theorieteil anhand der Ernährungspyramide geht es an die Umsetzung! Sie bereiten in diesem Kurs Mahlzeiten mit saisonalen Lebensmitteln zu, die mit wenig Arbeitsaufwand im Alltag zu meistern sind und der ganzen Familie schmecken. Monika Blankenhorn ist Ernährungsfachfrau und Hauswirtschaftsmeisterin. Bei diesem Kurs handelt es sich um eine Veranstaltung des Amtes für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (Ingolstadt-Pfaffenhofen).

Termin: Mittwoch, 15.10.25, 17–20 Uhr**Ort:** vhs-Haus, Lehrküche (Zimmer 204), 2. Stock**Gebühr:** kostenlos**Anmeldung:** Hier

WIR SUCHEN SIE als Ehrenamtliche im Bereich Integration

Es gibt nichts Gutes. Außer man tut es. *Erich Kästner*



Projektkoordination/Integrationslotsen Landratsamt Neuburg-Schrobenhausen

Platz der Deutschen Einheit 1 86633 Neuburg an der Donau

TELEFON 084 31/57-476 E-MAIL integrationslotsen@neuburg-schrobenhausen.de

WEB www.neuburg-schrobenhausen.de



LANDKREIS
Neuburg-Schrobenhausen



Ministerium des
Bayrischen Staatsministeriums des
Inneren, für Sport und Integration

Elterngeld, Elternzeit & Co.

R-001

In Kooperation mit der staatlich anerkannten Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen
Johanna Ehm, Gesundheitsamt Neuburg

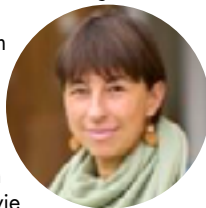
In dieser Infoveranstaltung erhalten werdende Eltern einen Überblick rund um das Thema Elterngeld und Elternzeit. Denn der Antragsdschungel, in dem sich die jungen Familien zurechtfinden müssen, ist dicht und nicht einfach zu durchqueren. Nach einem Vortrag, der die Übersicht über Elterngeld und -zeit gibt, steht Johanna Ehm von der staatlich anerkannten Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen für die Beantwortung individueller Fragen zur Verfügung. Inhalte des Vortrags sind: Wer bekommt Elterngeld und wie hoch ist es? Wo und wann muss ich Elterngeld beantragen? Wann und wie lange kann ich Elternzeit nehmen? Darf ich in der Elternzeit arbeiten oder diese unterbrechen? Wie wirken sich weitere Geburten auf Elternzeit und Elterngeld aus?

Termin: Montag, 24.11.25, 18.30–20 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: kostenlos

Anmeldung: Hier



Rund ums Baby und Kleinkind

Fotoshooting Weihnachtszauber – das perfekte Weihnachtsgeschenk K-228

NEU!

Tine Siegl Fotografie

Sichert euch euer kleines Stück Weihnachtsmagie in meinem gemütlichen Tageslicht-Fotostudio in Schrobhausen/Steingriff! In einem liebevoll gestalteten Minishooting erwarten euch zwei zauberhafte Sets für die Kleinen- und ein stimmungsvolles Familienset, das eure Vorfreude auf Weihnachten perfekt einfängt. Ich freue mich darauf, euch in entspannter Atmosphäre willkommen zu heißen. Buchbar pro Familie 119€ inkl. 3 Bilder als Download (jede weitere Datei 15€). Weitere Eindrücke finden Sie unter: www.tinesiegl-fotografie.com oder [instagram.com/tine_siegl_fotografie](https://www.instagram.com/tine_siegl_fotografie)

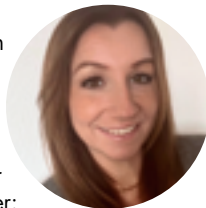
Termin: Samstag, 18.10.25, 10–15.30,

Persönlicher Zeitslot von 30 Minuten bitte telefonisch reservieren.

Ort: Fotostudio Tine Siegl Fotografie, Im Grund 6, Schrobhausen

Gebühr: 119,00 € / pro Familie

Anmeldung: Hier



Windelfrei trifft Stoffwindel

G-025

NEU!

Stefanie Heinrich

Ab dem Moment der Geburt signalisieren unsere Kleinsten, wenn sie zur Toilette müssen. Wie wir es erkennen und wie einfach die Umsetzung ist, ist Teil des Kurses. Die Kommunikation zwischen Eltern und Kind wird besonders intensiv. Der Vortrag beinhaltet Windelfrei-Tipps für den Alltag und bietet die Möglichkeit alle gängigen Stoffwindel-Modelle kennenzulernen. Denn mit Stoffwindeln lässt sich Windelfrei besonders gut kombinieren.

Termin: Donnerstag, 09.10.25, 18–19.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 20,00 €

Anmeldung: Hier



Baby Basics – Ein Bindungs- und Bedürfnisorientierter Babyvorbereitungskurs

G-035

Maria Kugler

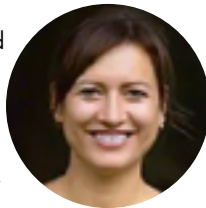
Bald ist das Baby da! Das erste Kind stellt für viele Eltern eine neue und besondere Aufgabe dar. Um sich bestmöglich auf Ihre neue Rolle als werdende Mütter und Väter vorbereiten zu können, bietet die Koki Neuburg-Schrobhausen einen Babyvorbereitungskurs in Schrobhausen an. Zu dem Termin können Sie gerne Ihre Fragen mitbringen. Themen: Anleitung der werdenden Eltern im Umgang mit ihrem Baby, Halten, Baden, Anziehen, Trösten, Beruhigen, Babylesen, Stillen, Füttern, Pflege, Hygiene

Termin: Freitag, 19.09.25, 19–20.30 Uhr

Ort: „Leuchtturm“ Kinderhort, (Eingang bei Garage) DG, Bgm.-Stocker-Ring 38, 86529 SOB

Gebühr: kostenlos

Anmeldung: Hier



➤ Weitere Termine:

Termin: Freitag, 12.12.25, 19–20.30 Uhr (G-036)

Anmeldung: Hier



Babyschlaf verstehen – Ein Kurs für Eltern mit Kindern im Alter von 0–3 Jahren

G-037

NEU!

Maria Kugler

Warum schlafen die Kleinen nie, wenn wir es wollen – und was können wir daran ändern? In diesem Kurs dreht sich alles um den oft unterschätzten Mythos „Babyschlaf“. Mit einem Augenzwinkern, viel Fachwissen und alltagstauglichen Tipps, erkläre ich, wie schlafen für alle entspannter werden kann – ganz ohne Zauberei, aber mit Herz und Verstand.

Termin: Donnerstag, 29.01.26, 19–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 10,00 €/15 € Paare

Anmeldung: Hier



Herausforderungen im Familienalltag

Zöpfe, Flechtfrisuren & Co – wie zauberst Du den perfekten Kindergarten-Look? – Workshop für Eltern mit ihrem Kind

G-147

Tülin Satilmis

Kleine Kinder lieben langes Haar! In diesem Kurs, begleitet von Friseurmeisterin Tülin, entdecken Eltern und Kinder gemeinsam einfache, praktische aber vor allem trendige Frisuren. Verwandle den morgendlichen Styling-Marathon vor Kindergarten oder Grundschule in entspannte Momente voller Kreativität und Spaß!

Termin: Montag, 24.11.25, 16–17.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 25,00 € für Elternteil und Kind

Anmeldung: Hier


Dein Kind tanzt Dir auf der Nase herum?

P-040

Tanja Strobel

Du sagst was zu Deinem Kind, aber es ist ihm völlig egal. Es ignoriert Dich gekonnt und Du merkst, wie der Frust und die Verzweiflung in Dir wachsen. Die ständige Streiterei und endlosen Diskussionen führen dazu, dass Du Dich überhörst, nicht verstanden, ratlos und leer fühlst. Und, ich bin mir sicher: Deinem Kind geht es ähnlich. Es ist ein ewiger Kreislauf aus: Dein Kind hört nicht – Du wirst massiver – es kommt zur Diskussion/Streit – Dir geht die Kraft aus – Du kommst in den Mecker-Modus oder schimpfst, schreist, drohst – Dein Kind reagiert genervt, wütend, etc. Eure Nerven sind angespannt und Ihr seid weit entfernt von einem harmonischen Alltag. Ich zeige Dir einen Weg, wie Du euren Familienalltag herzlicher, liebevoller und offener gestalten kannst. Was Du dazu brauchst: Unbedingte Bereitschaft DICH zu verändern – nicht Dein Kind. Ich erkläre Dir dann auch warum, und was Dein autonomes Nervensystem damit zu tun hat.

Termin: Mittwoch, 28.01.26, 19–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier


DEMEL WOMEN & MEN

ANSPRUCHSVOLLE MODE IN SCHROBENHAUSEN



WOMEN

ALLUDE
CAMBIO
CINZIA ROCCA
CIRCOLO
HEMISPHERE
HERNO
K & S SCHUHE
LISA YANG
PHILO-SOFIE
RIANI
SEDUCTIVE
SEVEN JEANS
SOLUZIONE

MEN

BALDESSARINI
DRESSLER, Maßanzüge
FALKE
GRAN SASSO
HILTL
LIEBLING
MMX
MOS MOSH
PARA JUMPERS
PHIL PETTER
PRIME SHOES
ROY ROBSON
STENSTRÖMS
VAN LAACK, Maßhemden

F. DEMEL Perger Platz 2 · 86529 Schrobhausen · Tel. 0 82 52-1730 · www.demel-mode.de

Pubertät kann Spaß machen – Vortrag für Eltern

P-041

Ruth Hollederer

Wenn Kinder in die Pubertät kommen, bedeutet das für das Familienleben oft viel Streit und Reibereien. Der gerade noch so fröhliche Nachwuchs zieht sich plötzlich zurück, reagiert trotzig auf Bitten oder Aufforderungen, orientiert sich stärker an den Freunden als an den Eltern und zeigt eine bedenkliche Neigung zu riskantem Verhalten, Drogen und Alkohol. Wie Eltern ihre Kinder durch die schwierige Zeit des Heranwachstums begleiten können, wie sie mit Ablehnung zurechtkommen und trotzdem im Gespräch bleiben und ob Erziehung in der Pubertät überhaupt noch möglich ist – ein informativer Vortrag für Eltern pubertierender Jugendlicher.

Mehr Informationen über die Dozentin unter www.ruth-hollederer.de. ca. 60 Minuten Vortrag mit anschließender offener Fragerunde

Termin: Mittwoch, 19.11.25, 18–19.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 12,00 €

Anmeldung: Hier


Marburger Konzentrationstraining – Klasse 1 bis 4

J-101

Ruth Hollederer

Das Marburger Konzentrationstraining ist ein bewährtes Programm, das speziell für Kinder entwickelt wurde, um ihre Konzentrationsfähigkeit nachhaltig zu fördern. In diesem Kurs lernen die Teilnehmer durch abwechslungsreiche und spielerische Übungen, ihre Aufmerksamkeit zu steigern und Ablenkungen effektiv zu minimieren. Die Inhalte sind praxisnah gestaltet und zielen darauf ab, die Selbstwahrnehmung sowie die Selbstregulation zu stärken. Durch gezielte Techniken wird das Lernen in Schule und Alltag erleichtert.

Der Kurs bietet zudem Raum für den Austausch unter Gleichaltrigen und fördert soziale Kompetenzen. Ideal für alle, die ihre Leistungsfähigkeit verbessern möchten! Mehr Informationen über die Dozentin unter www.ruth-hollederer.de.

Termin: 6 x Konzentrationstraining jeweils Mittwoch, 1.10., 8.10., 15.10., 29.10., 12.11. und 19.11.25, jeweils 16–17.30 Uhr, sowie 2 x Elternabend am 8.10. und 12.11.25, jeweils von 18–19.30

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 195,00 €

Anmeldung: Hier


Marburger Konzentrationstraining – Klasse 5 bis 8

J-102

NEU!

Ruth Hollederer

Das Marburger Konzentrationstraining für Jugendliche ist ein bewährtes Programm, das dabei unterstützt, die Aufmerksamkeit und Fokussierung zu verbessern. Durch gezielte Übungen lernen die Teilnehmer, ihre Konzentration im Alltag, in der Schule und bei Prüfungen nachhaltig zu stärken. Das Training fördert Selbstständigkeit, Motivation und das Selbstvertrauen – wichtige Bausteine für eine erfolgreiche persönliche Entwicklung. Ein wertvoller Wegweiser für Jugendliche, die ihre Fähigkeiten gezielt ausbauen möchten.

Termin: 6 x Konzentrationstraining jeweils Mittwoch, 14.1., 21.1., 28.1., 4.2., 11.2., und 25.2.26, jeweils 16–17.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 150,00 €

Anmeldung: Hier


„Die Kraft der Selbstliebe“ – Ein Workshop für Eltern und Teenager (ab 13 Jahren) Gemeinsam zu mehr Vertrauen und Stärke

P-038

NEU!

Anja Schaller

Spürst du dich und bist mit dir verbunden? Gehst du achtsam und liebevoll mit dir um? Bist du der wichtigste Mensch in deinem Leben? In diesem Workshop geht es um dich und um euch! Eltern und Teenager haben oft mit denselben inneren Zweifeln zu kämpfen „das Gefühl, nicht gut genug zu sein“, „nicht genug zu leisten“ oder „in der Welt nicht wirklich ihren Platz zu finden“. Doch was, wenn genau diese Zweifel die Grundlage für Missverständnisse und Spannungen zwischen Eltern und Teenagern bilden? Was, wenn sich diese durch mehr Selbstliebe und Anerkennung auflösen könnten? Dieser Workshop lädt Eltern und ihre Teenager dazu ein, sich selbst und den anderen aus einer neuen Perspektive zu sehen... **...mehr Infos auf unserer Homepage** oder unter www.anjaschaller-mentalcoaching.de

Kursgebühr für 2 Teilnehmer, incl. Wasser, Snacks, Kaffee, Tee, Kuchen.

Termin: Samstag, 10.01.26, 9.30–16.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 188,00 € für 1 Elternteil und 1 Kind

Anmeldung: Hier


Wenn Sie Ihren Kurstermin vergessen, haben Sie keinen Anspruch auf Rückerstattung der entrichteten Gebühren!



Hier geht's zu unseren Kursen „aktiv in jedem Alter“

Körperliche Fitness und Gesundheit

Healthy-Back – für einen gesunden Rücken

G-502

Sonja Fischerbauer

In diesem Rückentraining-Kurs werden klassische Übungen mit neuen kombiniert. Kräftigung, Mobilisation, Balance und neurozentrierte Aktivierung sowie Faszienstretch werden in dieser Stunde vereint.

Termin: Montag, 22.09.25 bis 01.12.25, 17.15–18.15 Uhr, 10 x

Ort: Kindergarten Hörzhausen, Obermühlstr. 12, Gymnastikraum

Gebühr: 69,00 €

Anmeldung: Hier


Heilsame Bewegungen für Senioren – ü75

G-235

Daniela Pettinari

Beweglich und flexibel bleiben! Methoden aus der chinesischen Tradition, der Bewegungs- und Tanztherapie. Aufgrund der Hochwasserschäden in der Evangelischen Gemeinde findet der Kurs im Jahr 2025 bei der vhs statt.

Es sind noch Plätze frei! Bei Interesse bitte um vorherige telefonische Anmeldung bei der Kursleiterin Daniela Pettinari, Tel. 08252/9090644. Der Einstieg ist jederzeit möglich. „... die Grundlage aller Dinge ist es, dass man zuerst den eigenen Leib in Ordnung bringt und als kostbares Gut zu schätzen weiß...“ (LüBuWe, Buch3, Kap.3).

Termin: Dienstag, 09.09., 23.09., 07.10., 21.10., 04.11., 18.11., 09.12., 23.12.25, 15–15.45 Uhr,

Ort: vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: kostenlos

Anmeldung: Hier


helpline



E-Mobile



Aktiv & Mobil



Entspannen & Genießen



Auf & Hopp



Knie



Aktiv & Mobil



Care



wieder daheim

reha team • care team • Sanitätshaus



**Wir beraten Sie kompetent
und mit Herz!**

Ihr Team vom
VITALZENTRUM

Hilfen fürs Bad

•

Rollatoren

•

Bandagen

•

Rollstühle

•

**Kompressions-
strümpfe**

•

Pflegepaket

•

Schuheinlagen

•

und vieles mehr!

Pöttmeser Str. 27 • Schrobhausen • Tel. 0 82 52 - 89 52 0
info@help-line.de • www.help-line.de

Rente, Vorsorge und rechtliche Planung

Gestaltung von Testament und anderen Verfügungen von Todes wegen, Schenken und steuerliche Folgen

R-002

Dirk Klein, Prof. Dr. jur. Bastian Fuchs LL.M.

Der Tod ist immer noch ein Tabuthema. Wenigstens das Vererben sollte jeder rechtzeitig so regeln, wie er sich das wünscht. Der Kurs wendet sich an jeden, der sich Gedanken darüber macht, was nach seinem Tod mit seinem Vermögen geschehen soll sowie an die potenziellen Erben. Was sagt das Gesetz dazu? Welche Möglichkeiten gibt es für Gestaltungen? Kann ich mein Vermögen vererben, wem ich will? Warum gibt es für die nahen Angehörigen einen Pflichtteil? Kann der Erblasser das Pflichtteilsrecht aushöhlen? Wie kann der Pflichtteilberechtigte seinen Anspruch durchsetzen? Ist mein Testament noch aktuell? Wann ist ein Erbvertrag sinnvoll? Wie hoch sind die Steuerfreibeträge? Die Referenten, Rechtsanwalt Dirk Klein und Rechtsanwalt Prof. Dr. Bastian Fuchs von der Kanzlei TOPJUS Rechtsanwälte Kupferschmid & Partner in Schrobenehausen, stehen auch für individuelle Fragen zur Verfügung.

Termin: Montag, 19.01.26, 18.30–20 Uhr**Ort:** Forum 21, Lenbachstr. 19–21, TOPJUS Rechtsanwälte**Gebühr:** 10,00 €**Anmeldung:** Hier

Erben und Vererben – richtig gemacht

R-003

Dr. Stephanie Englert-Dougherty LL.M.

Richtig erben und vererben ist keine einfache Sache. Zahlreiche gesetzliche Regelungen aus dem Bürgerlichen Gesetzbuch sowie den angrenzenden Gesetzen und nicht zuletzt aus dem Steuerrecht sind dabei zu beachten. Die Referentin gibt einen Überblick über die gesetzlichen Vorschriften, die Gestaltungsmöglichkeiten für eine geordnete Übertragung von Vermögensgegenständen auf die nächste Generation sowie die verschiedenen Ansprüche der potenziellen Erben im konkreten Erbfall. Es besteht die Möglichkeit zur Diskussion.

Termin: Donnerstag, 23.10.25, 19–20.30 Uhr**Ort:** vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock**Gebühr:** 10,00 €**Anmeldung:** Hier

Früher in Rente – (Online über Webex)

R-006

Agata Röhrsheim

Ohne Abzüge bereits mit 63 in Rente und früher den Ruhestand genießen – wer will das nicht? Wie Sie hohe Rentenabschläge vermeiden und wie der bestmögliche Weg in den vorzeitigen Ruhestand auch unter Berücksichtigung der neuen Flexirenten-Regelungen aussieht, erfahren Sie in diesem Kurs. Dabei erhalten Sie unter anderem Tipps für den Übergang in die Rente bei Arbeitslosigkeit, Krankheit, Schwerbehinderung oder Altersteilzeit und lernen die häufigsten Fehler der Betroffenen und Fallstricke im Umgang mit den Behörden in Erwerbsminderungs- und Schwerbehindertenverfahren kennen.

Bei Anmeldung unbedingt E-Mail-Adresse angeben, damit der Link zum Konferenztool versandt werden kann.

Termin: Dienstag, 11.11.25, 18.30–20.30 Uhr**Ort:** Online über Webex**Gebühr:** 12,00 €**Anmeldung:** Hier

Individuelle Rentenberatung – Planung und Absicherung Ihrer Altersvorsorge

N-155A

Bernhard Peterke

Wir bieten Ihnen eine persönliche und umfassende Rentenberatung, die auf Ihre individuelle Situation abgestimmt ist. Im Rahmen der Beratung analysieren wir Ihre aktuelle Rentensituation und unterstützen Sie dabei, Ihre Altersvorsorge optimal zu planen und abzusichern. Die Beratungstermine werden im 30-Minuten-Takt vergeben. Bitte melden Sie sich hierfür telefonisch an.

Termin: Donnerstag, 23.10.25, 16–19 Uhr**Ort:** vhs-Haus, Zimmer 101, 1. Stock**Gebühr:** kostenlos**Anmeldung:** Hier

➤ Weitere Termine:

Termin: Donnerstag, 20.11.25, 16–19 Uhr (N-155B)**Termin:** Donnerstag, 15.01.26, 16–19 Uhr (N-155C)**Anmeldung:** Hier**Anmeldung:** Hier



Und das zum Thema „Nachhaltigkeit, Natur und Umwelt“

Nachhaltigkeit beginnt im Kleinen – und wirkt im Großen.

Klimakrise, Artensterben, Ressourcenknappheit – große Herausforderungen unserer Zeit. Doch statt zu resignieren, lohnt sich der Blick auf all jene, die mit Mut, Kreativität und Engagement zeigen: Veränderung ist möglich. Ob durch bewussten Konsum, regionale Ernährung oder neue Lebensstile – nachhaltiges Handeln beginnt im Alltag und bei jedem Einzelnen.

Was wir essen, wie wir einkaufen, reisen oder wohnen – all das hat Auswirkungen. Auf unsere Gesundheit, auf globale Gerechtigkeit und auf das Klima. Dabei geht es nicht um Verzicht, sondern um bewusste Entscheidungen. Schon kleine Schritte wie der Griff zu saisonalen Produkten, der Verzicht auf Einwegplastik oder das Teilen von Ressourcen können viel bewegen.

Die vhs möchte Wissen vermitteln, Impulse geben und zum Mitdenken anregen. Unsere Veranstaltungen zeigen konkrete Wege auf, wie nachhaltiges Handeln gelingen kann – informativ, alltagstauglich und inspirierend. Denn wer versteht, kann handeln. Und wer handelt, verändert.

Oder wie es der Philosoph Albert Schweitzer formulierte:

„Das Wenige, das du tun kannst, ist viel.“

Unsere Veranstaltungsreihe in Kooperation mit dem Bund Naturschutz, der BUND Ortsgruppe Schrobenehausen.

Zur besseren Planung bitte wir um Anmeldung, aber auch Kurzentschlossene sind herzlich willkommen!

Vom Hühnerstall zum neuen Zuhause

Monika Meyer

Wie verwandelt man einen Hühnerstall in ein Wohnhaus? Monika Meyer, Architektin und Schreinerin mit Spezialisierung auf Altbauusanierung, Denkmalschutz, Brandschutz und Energieeffizienz, gibt Ihnen in diesem Kurs Einblicke in ihre ungewöhnlichen und nachhaltigen Projekte. Sie steht für kreative, pragmatische Lösungen – individuell, nachhaltig und praxisnah. Dabei lebt sie, was sie lehrt: Ihr eigenes Zuhause ist ein umgebauter ehemaliger Bauernhof-Stadel, der früher als Schweinestall, Hühnerstall und Traktor-Garage diente. Trotz vieler warnender Stimmen wagte sie den Umbau – und verwandelte das Gebäude mit viel Gespür für Substanz und Atmosphäre in ein ganz persönliches Wohnhaus. Motto: „Bauen heißt Weiterdenken – mit dem, was schon da ist.“

Treffpunkt: 86561 Rettenbach, Dorfstraße 2a, Grünes Garagentor

Termin: Sonntag, 05.10.25, 11–13 Uhr

Gebühr: 5,00 €

N-003

NEU!


Anmeldung: Hier


Unser Goachat – Neu entdecken

Renate Schwäricke

Entdecken Sie mit der erfahrenen Umweltpädagogin Renate Schwäricke das Goachat auf neue Art und Weise! Erkunden Sie bei einem Spaziergang diese einzigartige Flussaue an der Paar im herbstlichen Gewand. Wenn sich die Farben der Natur wandeln und die Tierwelt sich auf den Winter vorbereitet, gibt es hier noch viel Neues zu erleben. Lassen Sie sich von Renate Schwäricke langjähriger Erfahrung leiten und gewinnen Sie neue Einblicke in den besonderen Reiz des Goachats.

Treffpunkt: Hans-Sachs-Weg/Ecke Dreilweiherweg, Schrobenehausen

Termin: Samstag, 11.10.25, 14–16 Uhr

Gebühr: 5,00 €

N-004

Anmeldung: Hier


Literatur-Wanderung im herbstlichen Goachat

Margaretha Sandner

Entdecken Sie die mystische Seite des herbstlichen Goachats bei einer literarischen Wanderung in den Paarauen. An ausgewählten, besonderen Orten machen wir Halt und lassen uns von Texten inspirieren, die die geheimnisvolle Atmosphäre dieser Landschaft widerspiegeln. Natur und Lyrik erzeugen dabei ein besonderes poetisches Erleben. Genießen Sie die herbstliche Natur und lassen Sie Worten, die zum Nachdenken und Träumen einladen.

Treffpunkt: Hans Sachs Weg/Ecke Dreilweiherweg

Termin: Sonntag, 09.11.25, 10–11.30 Uhr

Gebühr: 5,00 €

N-005

Anmeldung: Hier


Fakten zum Klima-Wandel

K-025

NEU!

Dr. Karlheinz Stephan

Die Klima-Leugner werden immer weniger. Aber es gibt sie noch, auch in der politischen Partei-Landschaft, die die Existenz des vom Menschen verursachten Klimawandels in Abrede stellen. Der Vortrag ist thematisch zweigeteilt. Im 1. Teil werden die wissenschaftlich gesicherten Grundlagen des anthropogenen Klimawandels erläutert. Im 2. Teil werden die Klimaschutz-Beschlüsse und Programme der Stadt Schrobenehausen vorgestellt. Bei entsprechendem Interesse sind Folgevorträge für das Frühjahres-Semester denkbar, in denen der Blick über den lokalen Tellerrand hinausgeht und die Klimaschutz-Ziele in Bayern, Deutschland und Europa vorgestellt werden. Dabei können dann auch die wichtigsten Szenarien dargestellt werden, die die wissenschaftliche Community den Politikern als gesicherte Erkenntnisse an die Hand gibt.

Termin: Mittwoch, 25.02.26, 19–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier



„Faszination Wald“ – Mit allen Sinnen draußen sein

N-007

NEU!

Thomas Maucher

Raus aus dem Alltag, rein in die Natur: In diesem Kurs tauchen wir mit wachen Sinnen in die Welt des Waldes ein. Zwischen Bäumen, Moos und Vogelstimmen halten wir Ausschau nach Tieren, sehen und fühlen Pflanzen und vor allem uns selbst. Wir schärfen unsere Wahrnehmung, lassen uns berühren von der Stille und dem Leben um uns herum. Dabei geht es nicht um Wissen, sondern ums Spüren: den Duft des Waldes, das Rauschen der Blätter, das eigene Atmen.

Der Wald wird zum Raum der Begegnung – mit der Natur, mit anderen und mit dem, was in uns lebendig ist.

Termin: Samstag, 11.10.25, 14–16 Uhr

Ort: Wanderheim Aresing, Sonnenhamer Str. 53, 86561 Aresing

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier



Energieberatung mit der Verbraucherzentrale

Hinweis zur Teilnahme an den folgenden Online-Kursen über edupip: Zur Teilnahme werden die Browser Firefox oder Chrome empfohlen. Andere Browser und veraltete Versionen unterstützen die Software nur eingeschränkt. Bei Teilnahme über ein älteres iPad oder iPhone werden Sie zu einem Live-Stream umgeleitet, um den Vortrag per Video und Ton mitverfolgen zu können. Zu beachten ist, dass hier keine aktive Teilnahme möglich ist. Die Referenten sind alle Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayer e.V. **Alle Vorträge sind kostenlos! Die Vorträge richten sich an interessierte Mieter, Mieterinnen, Eigentümer und Eigentümerinnen. Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf unserer Homepage.**



Sanierung und Heizung – Förderlandschaft im Überblick

N-060

Referent: Thomas Bugert

Termin: Dienstag, 02.09.25, 19–20 Uhr



Anmeldung: Hier



Was bedeutet die kommunale Wärmeplanung für mich?

N-061

Referent: Matthias Rösch

Termin: Dienstag, 09.09.25, 12.30–13.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Die Wärmepumpe – Vorteile und Einsatzzwecke

N-062

Referentin: Eva Langhein

Termin: Donnerstag, 11.09.25, 19–20 Uhr



Anmeldung: Hier



E-Mobilität – Elektrisiert in die Zukunft?

N-063

Referent: Daniel Eisel

Termin: Dienstag, 16.09.25, 19–20.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Mit Sonne Rechnen – Das eigene Dach nutzen

N-064

Referent: Matthias Rösch

Termin: Donnerstag, 18.09.25, 19–20.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Der individuelle Sanierungsfahrplan (iSFP) im Überblick

N-065

Referent: Martin Korndörfer

Termin: Montag, 22.09.25, 12.30–13.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Gasheizung am Scheideweg: Mögliche Szenarien der zukünftigen Gasnutzung auch im Zusammenhang mit der kommunalen Wärmeplanung!

Referent: Matthias Rösch

Termin: Dienstag, 23.09.25, 12.30–13.30 Uhr

N-066**Anmeldung:** Hier

Dynamische Stromtarife – wann lohnt sie sich?

Referent: Daniel Eisel

Termin: Dienstag, 30.09.25, 19–20 Uhr

N-067**Anmeldung:** Hier

Energie sparen im Alltag – Tipps und Tricks

Referent: Rainer Moll

Termin: Donnerstag, 02.10.25, 19–20 Uhr

N-068**Anmeldung:** Hier

Anbieterwechsel – Gewusst wie!

Referentin: Christine Schaller

Termin: Montag, 06.10.25, 12.30–13.30 Uhr

N-069**Anmeldung:** Hier

Energieausweis für Wohngebäude

Referentin: Christine Schaller

Termin: Dienstag, 07.10.25, 19–20 Uhr

N-070**Anmeldung:** Hier

Wie schütze ich mein Haus gegen Extremwetterereignisse wie Hitze, Regen und Flut

Referentin: Dipl.-Ing. (FH) Architektin Gisela Kienzle

Termin: Donnerstag, 09.10.25, 19–20.30 Uhr

N-071**Anmeldung:** Hier

Wärmepumpe – Aufstellung in beengten Verhältnissen/ Etagenheizung

Referentin: Eva Langhein

Termin: Donnerstag, 16.10.25, 19–20.30 Uhr

N-072**Anmeldung:** Hier

Neue Heizung? Aktuelle Gesetze, Förderungen und technische Möglichkeiten

Referent: Thomas Bugert

Termin: Dienstag, 21.10.25, 10–11 Uhr

N-073**Anmeldung:** Hier

Aus Alt mach Neu: Wie richtig sanieren?

Referent: Matthias Rösch

Termin: Donnerstag, 23.10.25, 19–20.30 Uhr

N-074**Anmeldung:** Hier

Sanierung in der kleinen WEG!

Referentin: Dipl.-Ing. (FH) Architektin Gisela Kienzle

Termin: Donnerstag, 30.10.25, 19–20 Uhr

N-075**Anmeldung:** Hier

Alles Einstellungssache – die gute Heizung!

Referent: Rainer Moll

Termin: Montag, 03.11.25, 12.30–13.30 Uhr

N-076**Anmeldung:** Hier

Photovoltaik – Strom selbst erzeugen!

Referent: Thomas Bugert

Termin: Dienstag, 04.11.25, 12.30–13.30 Uhr

N-078**Anmeldung:** Hier

Wärmepumpe im Altbau – So klappt es!

Referent: Alexander Waltner

Termin: Dienstag, 11.11.25, 19–20 Uhr

N-079**Anmeldung:** Hier

Heizen mit der Klimaanlage!

Referentin: Eva Langhein

Termin: Donnerstag, 13.11.25, 19–20 Uhr

N-080**Anmeldung:** Hier



Heizungserneuerung: Wie packt man's richtig an?

N-081

Referentin: Dipl.-Ing. (FH) Architektin Gisela Kienzle

Termin: Donnerstag, 20.11.25, 19–20.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Ihre Heizkostenabrechnung verstehen und prüfen!

N-082

Referentin: Dipl.-Ing. (FH) Architektin Gisela Kienzle

Termin: Freitag, 21.11.25, 12.30–13.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Heizen mit Holz – So geht's richtig!

N-083

Referent: Niels Alter

Termin: Dienstag, 25.11.25, 19–20 Uhr



Anmeldung: Hier



Heizungserneuerung: Wie packt man's richtig an?

N-084

Referent: Thomas Bugert

Termin: Mittwoch, 26.11.25, 19–20 Uhr



Anmeldung: Hier



Solarstrom selbst erzeugen mit PV-Kleinstanlagen

N-085

Referent: Rainer Moll

Termin: Montag, 01.12.25, 19–20 Uhr



Anmeldung: Hier



Schimmel vermeiden und beseitigen: Wie heize und lüfte ich richtig?

N-086

Referent: Alexander Waltner

Termin: Dienstag, 02.12.25, 19–20.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Wofür benötige ich einen Energieberater?

N-087

Referentin: Gisela Kienzle

Termin: Donnerstag, 04.12.25, 19–20 Uhr



Anmeldung: Hier



Neue Heizung? Aktuelle Gesetze, Förderungen und technische Möglichkeiten

N-088

Referent: Thomas Bugert

Termin: Dienstag, 09.12.25, 10–11 Uhr



Anmeldung: Hier



Heizungserneuerung in der kleinen WEG!

N-089

Referentin: Eva Langhein

Termin: Donnerstag, 11.12.25, 19–20.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Die Wärmepumpe – Praxistipps zu Planung, Hydraulik und Effizienzsteigerung

N-090

Referent: Rainer Moll

Termin: Donnerstag, 18.12.25, 19–20 Uhr



Anmeldung: Hier



Der individuelle Sanierungsfahrplan (iSFP) im Überblick

N-091

Referent: Martin Korndörfer

Termin: Dienstag, 13.01.26, 12.30–13.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Aus Alt mach Neu: Wie richtig sanieren?

N-092

Referent: Matthias Rösch

Termin: Donnerstag, 15.01.26, 19–20.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Energie sparen im Alltag – Tipps und Tricks

N-093

Referent: Rainer Moll

Termin: Montag, 19.01.26, 12.30–13.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Dynamische Stromtarife – wann lohnen sie sich?

N-094

Referent: Daniel Eisel

Termin: Dienstag, 20.01.26, 19–20 Uhr



Anmeldung: Hier



Bauen mit Holz: Nachhaltiger Rohstoff mit vielen Möglichkeiten

N-095

Referentin: Dipl.-Ing. (FH) Architektin Gisela Kienzle

Termin: Donnerstag, 22.01.26, 19–20.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Heizungserneuerung: Wie packt man's richtig an?

N-096

Referentin: Dipl.-Ing. (FH) Architektin Gisela Kienzle

Termin: Freitag, 23.01.26, 12.30–14 Uhr



Anmeldung: Hier



Fördermöglichkeiten in der kleinen WEG

N-098

Referentin: Eva Langhein

Termin: Donnerstag, 29.01.26, 19–20 Uhr



Anmeldung: Hier



Solarstrom selbst erzeugen mit PV-Kleinstanlagen

N-099

Referent: Rainer Moll

Termin: Montag, 02.02.26, 12.30–13.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Was bedeutet die kommunale Wärmeplanung für mich?

N-100

Referent: Matthias Rösch

Termin: Dienstag, 03.02.26, 12.30–13.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Energieausweis für Wohngebäude

N-101

Referentin: Christine Schaller

Termin: Mittwoch, 04.02.26, 19–20 Uhr



Anmeldung: Hier



Photovoltaik im Mehrfamilienhaus – die „Gemeinschaftliche Gebäudeversorgung“!

N-102

Referentin: Eva Langhein

Termin: Donnerstag, 05.02.26, 19–20 Uhr



Anmeldung: Hier



Wärmedämmung & Fenster – Kleine Maßnahmen, große Wirkung!

N-103

Referentin: Eva Knab

Termin: Montag, 09.02.26, 10–11 Uhr



Anmeldung: Hier



E-Mobilität – Elektrisiert in die Zukunft?

N-104

Referent: Daniel Eisel

Termin: Dienstag, 10.02.26, 19–20.30 Uhr



Anmeldung: Hier



Lüftungsanlagen im Neubau und Bestand

N-105

Referent: Rainer Moll

Termin: Montag, 16.02.26, 19–20 Uhr



Anmeldung: Hier



Ihre Heizkostenabrechnung verstehen und prüfen!

N-106

Referentin: Dipl.-Ing. (FH) Architektin Gisela Kienzle

Termin: Samstag, 28.02.26, 19–20 Uhr



Anmeldung: Hier

ECHTER

KÜCHEN UND ELEKTRO

ALLES AUS EINER HAND

UNSERE LEISTUNGEN FÜR SIE

- ✓ Elektrotechnik/Smart Home
- ✓ Küchen
- ✓ Photovoltaik
- ✓ Beleuchtung
- ✓ Elektrogeräte

MEHR INFORMATIONEN

KONTAKTIEREN SIE UNS
www.echter-kuechen-elektro.de

WIR SUCHEM VERSTÄRKUNG

Mit Wärmepumpe und PV zur Unabhängigkeit – ein Erfahrungsbericht aus erster Hand

N-115

NEU!

Ferdinand Mießl

Der Energieberater, Holzbauingenieur und Zimmerermeister zeigt, wie die energetische Sanierung seines eigenen Hauses (Baujahr 1957) mit Wärmepumpe, Photovoltaik, Speicher und Lüftungssystem gelungen ist. Der Fokus liegt auf praktischen Erfahrungen, technischen Lösungen und realistischen Kosten. Ein kompakter und verständlicher Einblick für alle, die vor einer Modernisierung stehen und sich unabhängiger von fossilen Energien machen möchten.

Termin: Donnerstag, 20.11.25, 18.30–20 Uhr**Ort:** vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock**Gebühr:** kostenlos**Anmeldung:** Hier

Energieeffizient und charmant: Altbau modernisieren mit Weitblick N-116

Ferdinand Mießl

Energieberater, Holzbauingenieur und Zimmerermeister Ferdinand Mießl zeigt Ihnen in diesem Kurs Schritt für Schritt, wie Sie Ihr Bestandsgebäude mit 100% erneuerbaren Energien versorgen können – ganz konkret mit Photovoltaikanlagen und Wärmepumpen. Lernen Sie, welche Technologien am besten zu Ihrem Gebäude passen, wie Sie Energiekosten senken und die Umwelt schonen. Außerdem erhalten Sie wertvolle Informationen zu den aktuellen Fördermöglichkeiten, die Ihnen bei der Modernisierung finanziell unter die Arme greifen. Vortrag mit anschließender Fragerunde.

Termin: Donnerstag, 26.02.26, 18.30–20 Uhr**Ort:** vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock**Gebühr:** kostenlos**Anmeldung:** Hier

Energie Beratung mit dem Landratsamt Neuburg Schrobenhausen

Die Beratung findet in den Räumen der vhs, Zimmer 101, 1. Stock oder Raum 201, 2. Stock statt und ist kostenlos. Anmeldung ist erforderlich.

Energieberatung Landratsamt Neuburg-Schrobenhausen

N-150A

Michaela Zombek**Termin:** Mittwoch, 10.09.25, 16–19 Uhr (N-150A)**Anmeldung:** Hier

➤ Weitere Termine:

Termin: Mittwoch, 08.10.25, 16–19 Uhr (N-150B)**Anmeldung:** Hier**Termin:** Mittwoch, 26.11.25, 16–19 Uhr (N-150C), Christian Ahle**Anmeldung:** Hier**Termin:** Mittwoch, 10.12.25, 16–19 Uhr (N-150D)**Anmeldung:** Hier

„Clever Energie sparen“ – Vortragsreihe des Vereins „Energie effizient einsetzen“



Die Kosten für Öl, Gas und Strom steigen unaufhaltsam – nicht erst seit den weltweiten und regionalen Krisen. Durch den schonenden Umgang und den effizienten Einsatz dieser, und vor allem erneuerbarer Ressourcen ist es uns dennoch möglich, den wachsenden Energiekosten entgegenzuwirken. Der Verein Energie Effizient Einsetzen (EEE) bietet schon seit über 17 Jahren kostenlose Energieberatungen für die Bürgerinnen und Bürger des Landkreises Neuburg-Schrobenhausen an. Seit 2021 bietet der Verein mit seiner Online-Vortragsreihe zusätzlich die Möglichkeit, sich über die Themen Förderungen, Heizung, Photovoltaik, sowie Dach, Fenster und Türen zu informieren – egal ob beim Neubau oder der Sanierung – die Handwerkerinnen und Handwerker des Vereins stehen Ihnen für alle Fragen zur Verfügung. **Alle Vorträge finden zusammen mit regionalen Energieberaterinnen und Energieberatern statt. Die Vorträge finden online über ZOOM statt und sind kostenlos!**

Interessierte können sich bis zwei Tage vor dem jeweiligen Vortrag direkt beim Verein kostenlos per E-Mail unter info@e-e-e.eu anmelden unter Angabe von gewünschtem Termin und Namen. Voraussetzungen für die Teilnahme sind eine funktionierende E-Mailadresse sowie Internetzugang über ein Smartphone oder PC. Nach Eingang der Anmeldungen erhalten Sie einen Link für den Zugang zu den Vorträgen. Die Teilnahme ist nur unter vorheriger Anmeldung möglich. Wer die Vorträge verpasst, kann sich die Aufzeichnungen zu einem späteren Zeitpunkt auf www.e-e-e.eu ansehen. **Nach Eingang der Anmeldung erhalten die Teilnehmenden einen Link für den Zugang zu dem jeweiligen Vortrag.**



Mit HEMS Solarstrom intelligent und wirtschaftlich nutzen!

N-160

Referent: Tobias Stuhlenmiller

Termin: Dienstag, 11.11.25, 18.30–20 Uhr

Anmeldung: Hier


Photovoltaikanlagen zur Selbstversorgung, gekoppelt mit Stromspeicher – Inkl. sinnvollen Weiterbetrieb nach 20 Jahren: Jetzt informieren!

N-161

Referent: Michael Segeth

Termin: Dienstag, 18.11.25, 18.30–20 Uhr

Anmeldung: Hier


Gesundes Wohnen schafft Lebensqualität – von der Gebäudehülle bis zur Raumgestaltung

N-162

Referent: Manfred Pettmesser

Termin: Dienstag, 25.11.25, 18.30–20 Uhr

Anmeldung: Hier


Dachmodernisierung: Investition in die Zukunft Ihres Hauses!

N-163

Referent: Christian Stemmer

Termin: Dienstag, 02.12.25, 18.30–20 Uhr

Anmeldung: Hier


Neubau – Effizienzhaus – Förderung – Nachhaltigkeitsiegel

N-164

Referent: Petra Goschenhofer

Termin: Dienstag, 09.12.25, 18.30–20 Uhr

Anmeldung: Hier

Freilichtmuseum und Umweltbildungsstätte Haus im Moos

In Kleinhohenried befindet sich das HAUS im MOOS. Ein Heimat- und Freilichtmuseum nimmt Sie mit auf die Spuren von Torfstechern, Korbmachern und Landwirten im Donaumoos und bietet eine Zeitreise in die Geschichte der Donaumooskultivierung. Die Umweltstation bietet neben wechselnden Ausstellungen auch ein ganz vielfältiges Aktionsprogramm für Schulen sowie ein buntes Jahresprogramm für die ganze Familie. Das weitläufige Gelände lädt u einem Spaziergang ein. Die Wisente bieten auf ihrer Weide einen beeindruckenden Anblick. Der Veranstaltungsort ist bei allen Kursen: HAUS im MOOS, Kleinhohenried 108, 86668 Karlshuld. **Die Anmeldung erfolgt direkt über das Haus im Moos unter der Telefonnummer: 08454/95205 oder E-Mail: info@haus-im-moos.de.**



Pilze unserer Heimat

N-017

Manuel Wallesch

Gemeinsam mit dem Pilzsachverständiger Deutsche Gesellschaft für Mykologie Gemeinsam mit dem Pilz-Sachverständigen geht es in den heimischen Wald auf Suche nach Pilzen, die hier zuhause sind. Dabei werden sowohl essbare als auch giftige Pilze in Augenschein genommen und ihre Erkennungsmerkmale und Eigenschaften besprochen. Lassen Sie sich überraschen von der großen Artenvielfalt der Pilze unserer heimischen Wälder.

Termin: Samstag, 04.10.25, 13–16 Uhr

Ort: Haus im Moos

Gebühr: 18,00 €

Anmeldung: Hier


Faszination Räuchern – mit Harzen und heimischen Kräutern

N-018

Sigrid Holzer, Gesundheitspädagogin und Ernährungsberaterin

Die Tradition des Räucherns ist so alt wie die Menschheit. In den alten Kulturen gehörte das Räuchern zum Alltag, zu Ritualen und Bräuchen. Heute wird es wieder neu entdeckt, auf traditionelle Art und passend für die moderne Zeit. In diesem Seminar lernen die Teilnehmer alte Bräuche sowie die Praxis des Räucherns mit den unterschiedlichen Wirkungen verschiedener Kräuter und Harze kennen. Lassen Sie sich von der Faszination des Räucherns anstecken und entdecken Sie neue Duftwelten!

Termin: Dienstag, 28.10.25, 18–20.30 Uhr

Ort: Haus im Moos

Gebühr: 8,00 €

Anmeldung: Hier


Das besondere Geschenk:

Ein Gutschein für vhs-Kurse! Unsere Geschäftsstelle berät Sie gerne!

„Wenn die Moosgeister erwachen“ – Saurige Nachtwanderung im Donaumoos

N-019

Jutta Köstler, Umweltp dagogin

Bist du mutig genug, dich den Moosgeistern zu stellen? Die Dunkelheit senkt sich, der Nebel hüllt Felder und Wiesen in geheimnisvolle Schleier und das Donaumoos verwandelt sich in einen gar mystischen Ort. In Begleitung eines Erwachsenen begibst du dich auf diese schaurig-schöne Nachtwanderung, bei der du den Geheimnissen der Nacht und den Geschichten der Moosgeister n herkommst.

Sp re die Spannung, wenn die Schatten länger werden und das Moos in gespenstisches Licht taucht. Mach dich bereit für das Unheimliche – die Moosgeister warten schon auf dich!

Termin: Dienstag, 18.11.25, 18–19.30 Uhr**Anmeldung:** Hier**Ort:** Haus im Moos**Gebühr:** 5,00  

Adventswerkstatt – Für: Eltern mit Kindern ab 5 Jahren

N-020

Sabine Metter, Umweltp dagogin

Zu diesem weihnachtlichen Basteln für die ganze Familie sind alle eingeladen, die Freude an gemeinsamem kreativem Gestalten haben. Auf unserem Gelände finden wir viele Naturmaterialien, aus denen sich individueller Adventsschmuck oder kleine persönliche Weihnachtsgeschenke fertigen lassen. Auch selbst mitgebrachte Materialien können mitverarbeitet werden.

Termin: Samstag, 13.12.25, 9.30–12 Uhr**Anmeldung:** Hier**Ort:** Haus im Moos**Gebühr:** 7,00   Erwachsene, 3,50   Kinder

Rund um das Thema Garten, Wald und Wiese

Wildpflanzenwanderung im Herbst – Essbare Wildpflanzen im Herbst entdecken

N-520

Cornelia Förster, Marlies Beer

Wir sammeln was die aktuelle Jahreszeit uns bietet. Gemeinsam entdecken wir die essbaren Wildpflanzen, die in Wald und Flur zu finden sind. Wir freuen uns bereits auf unsere Entdeckungstour mit Euch. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt. Kinder ab 6 Jahren sind in Begleitung herzlich willkommen und zahlen den halben Preis.

Termin: Samstag, 11.10.25, 9.30–12 Uhr**Ort:** K hbacher Weiher, 86556 Kühbach**Gebühr:** 18,00  **Anmeldung:** Hier

Halbarmachung von Wildpflanzen – Vortrag, Tipps & Tricks

N-521

Cornelia Förster, Marlies Beer

Du möchtest auch in den Wintermonaten von Deinen Wildpflanzen-Sch tzen profitieren? Wir zeigen Dir ein paar Möglichkeiten zur Halbarmachung. So lässt sich auch im Winter von der „wilden“ Power profitieren und in die essbare Wildpflanzen-Küche integrieren. Mit dabei eine kleiner Praxisteil. Materialgeld in Höhe von 2   wird am Abend abgerechnet.

Termin: Donnerstag, 02.10.25, 19–21 Uhr**Anmeldung:** Hier**Ort:** vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock**Gebühr:** 13,00  

Unsere naturnahen Kurse mit Landschaftsgärtner Thomas Janscheck

„Der heilende Garten“ – Der Garten im Wandel der Zeit

N-532

NEU!

Die Gestaltung von Gärten ist eine der ältesten Formen menschlicher Kultur. Ein Garten ist ein heilsamer Ort, der Nahrung und Geborgenheit bietet. Auch das Paradies wird als Garten beschrieben. Auch heute haben wir Sehnsucht nach dem Gartenparadies, das uns Erholung bieten vor der Hektik des Alltags. Der Vortrag gibt einen kulturhistorischen Überblick über die Geschichte der Gartengestaltung. Darüber hinaus erwarten sie wertvolle Anregungen, sich einen eigenen beschaulichen Garten anzulegen und zu gestalten.

Termin: Montag, 12.01.26, 18–20 Uhr**Ort:** vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock**Gebühr:** 18,00  **Anmeldung:** Hier

BAUSTELLE ZUKUNFT

Herausforderungen gibt es genug: Urbanisierung, Infrastruktur, Wasser, Umwelt. Wenn Sie mit uns die Baustelle der Zukunft gestalten wollen, dann entdecken Sie jetzt Ihre Karrierechancen unter **karriere.bauer.de**!

Passion for Progress



Group

BAUER Aktiengesellschaft

BAUER-Straße 1 ■ 86529 Schrobenuhausen ■ www.bauer.de

Kreuzbirnbaum und Hollerstauden – Heitere Pflanzengeschichten, Lieder und Sprüche um Garten und Natur

N-533

NEU!

Kunterbunt und nicht selten tiefgründig ist die Lied- und Spruchwelt um Natur und Garten. In diesem Vortrag erwartet Sie ein Potpourri an heiteren Geschichten, Anekdoten, Spruchweisheiten und Zungenbrecher rund um Pflanzen umrahmt mit passenden Liedern. Dabei gilt es natürlich selbst lebfrisch mitzusingen, begleitet vom Klang und Rhythmus der Zither.

Termin: Montag, 09.02.26, 18–20 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 18,00 €

Anmeldung: Hier



Bräuche, Legenden und Geschichten rund um Bäume

N-534

NEU!

„Weißt Du nicht, dass die Bäume das Leben eines Landes sind“ (Babylonische Weisheit)

Von Anfang an scheinen Mensch und Baum eng miteinander verwoben zu sein. Geradezu als ein Ursymbol taucht er in allen Religionen auf. Es ist noch gar nicht so lange her, dass der Baum auch in unserer Region ein geachteter Begleiter des Menschen war. Ob Dorf- und Gerichtslinden, Marienbäume oder Hausbäume – in vielen Bräuchen, Legenden und Geschichten begegnen wir diesen alten Lebewesen, die oftmals eng mit der Ortsgeschichte verbunden sind. In dem Vortrag erwartet Sie ein buntes Potpourri an spannenden und heiteren Baumgeschichten und Baumbräuchen aus Bayern.

Termin: Montag, 10.11.25, 18–20 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 18,00 €

Anmeldung: Hier



Pilze unserer Heimat

Anita Buhmaier

Der Kurs gibt einen Einblick in die faszinierende Welt der heimischen Pilze. Bei unserer rund dreistündigen Wanderung erfahren Sie Wissenswertes über die aktuell wachsenden Speise- und Giftpilze sowie ihre wichtige Rolle im Ökosystem. Tipps zum Sammeln, zum Haltbarmachen und zur Zubereitung runden die Wanderung ab.

Termin: Sonntag, 28.09.25, 14–17 Uhr

Ort: Treffpunkt Parkplatz Waldkindergarten Wurzelzwerge/
SSV-Heim, Edelshausener Str. 33, Schrobhausen

Gebühr: 19,00 €

N-552



Anmeldung: Hier



Pilzkunde intensiv – Grundkurs mit Exkursionen (Doppelkurs A)

N-555

René Richter

Ob Sie ganz neu einsteigen, über 150 Arten kennen oder Ihre Kenntnisse auffrischen möchten – dieser Intensivkurs bietet eine Woche lang fundiertes Pilzwissen in Theorie und Praxis. Gemeinsam bestimmen Sie Pilze direkt am Fundort und erweitern Ihr Verständnis für ökologische Zusammenhänge. Neueste Erkenntnisse zur regionalen Pilzflora, praxisnahe Einführung in die Mykologie und vertiefende Einheiten zu Röhrlingen und Lamellenpilzen machen diesen Kurs besonders wertvoll – auch als Vorbereitung auf die Pilzberater- bzw. Pilzsachverständigenprüfung. Der Kurs ist als Bildungsurlaub anerkannt. Teilnehmer erhalten ein Zertifikat sowie digitale Arbeitsmaterialien zu empfohlenen Lehrfilmen. Weitere Infos: www.pilzschule-sachsen.de. Leitung: René Richter, geprüfter Pilzberater & Pilzsachverständiger, Pilzcoach.

Termin: Montag 27.10. bis Donnerstag, 30.10.25, 9-17 Uhr sowie
Freitag, 31.10.25 von 9 bis 14 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 398,00 €



Anmeldung: Hier



Besuchen Sie unsere Homepage unter www.vhs-sob.de

und registrieren Sie sich als Stammhörerin oder Stammhörer. Damit wird jede künftige Anmeldung ein Kinderspiel.



Motorsägen-Lehrgang Modul A

N-560

Gerhard Stegmeir

In diesem Kurs vermittelt Forstwirt Gerhard Stegmeir Motorsägen-Grundkenntnisse in Theorie und Praxis: Aufbau und Funktion der Motorsäge, Betriebsstoffe, Pflege und Wartung, Handhabung, persönliche Schutzausrüstung, Vorschriften. Die Teilnehmenden erlernen die Baumfällung bis BHD 20 cm, das Sägen am liegenden Holz, einschließlich Holz in Spannung (Schnitttechniken, Beurteilung von Spannungen im Holz, einschließlich sicherer Schnitttechniken). Der Kurs findet an zwei Terminen statt. Er besteht aus einem Theorieabend sowie einem Praxisteil im Wald. Am Ende des Kurses erhalten die Teilnehmenden eine Bescheinigung.

Termin: Mittwoch, 05.11.25, 19–21.30 Uhr und Samstag, 08.11.25, 8.30–14.00 Uhr, 2x

Ort: Hof des Kursleiters, Arnbachstr. 33, 86529 Edelshausen

Gebühr: 160,00 €

**Anmeldung:** Hier

Fahrrad- und Wander-Routen planen und durchführen mit Komoot

N-200

Sabine Dauber

Komoot ist ein Routenplaner und eine Navigations-App, die auch kleine Nebenstrecken und Wanderwege kennt und sich daher bestens für die Planung und Durchführung von Rad- und Wandertouren eignet. Es können eigene Touren geplant oder Tourenvorschläge verwendet werden. Im Kurs werden die kostenlosen Funktionen erklärt und auf erweiterte Versionen und Funktionen von Komoot eingegangen. Voraussetzung: sichere Kenntnisse im Umgang mit dem eigenen Mobiltelefon.

Termin: Dienstag, 07.10.25, 18.30–20.30 Uhr, 1 x

Ort: vhs-Haus, Raum 103, EG

Gebühr: 25,00 €

**Anmeldung:** Hier

SCHLÖGEL & WAGNER

Rechtsanwälte

RA Andreas Schlögel

Wohnungseigentums- und Immobilienrecht

Miet- und Pachtrecht

Strafrecht

RA Gerhard Wagner

privates Baurecht

Erbrecht

Familienrecht



Politische Bildung – Vortragsreihe – HYBRID

Wir setzen die erfolgreiche Vortragsreihe mit Ingmar Niemann mit fünf weiteren interessanten Vorträgen fort. Mit seinem tiefen Fachwissen wird er uns selbst die kompliziertesten politischen Zusammenhänge verständlich erklären. Gewinnen Sie Einblicke in das aktuelle Geschehen und die Gründe, warum wir so viele Krisenherde haben und warum diverse Politiker aktuell so agieren. **Für jeden politisch interessierten ist diese Vortragsreihe ein Muss! Sie finden im 3. Stock, blauer Saal statt und werden gleichzeitig online übertragen.** Die Logindaten werden bei Anmeldung via Mail verschickt. Kurzsitzschlossene sind wie immer willkommen.



Die Sondervermögen der Bundesrepublik und ihre unausweichlichen Konsequenzen

K-010

Inzwischen hat es sich herumgesprochen, 'Sondervermögen' sind keine Gut haben, ganz im Gegenteil. Inzwischen gibt es 29 dieser 'Sonderschulden', deren Dauer und Höhe unterschiedlich ausgeprägt sind. Die Verfassungsänderung des Art. 109 Grundgesetz zu Beginn des Jahres 2025 stellt der derzeitigen und zukünftigen Regierungen unbegrenzte Mittel für Rüstungs- und Verteidigungsausgaben zur Verfügung.

Hat es so etwas schon jemals zuvor gegeben? Und wenn ja, welche Auswirkungen hatte dies für die nationale und in der Folge auch für die internationale Finanzwelt? Welche Konsequenzen ergeben sich, wenn die Geldmenge dauerhaft stärker steigt als die Produktivität bzw. das Bruttoinlandsprodukt?

...mehr Infos auf unserer Homepage.

Termin: Donnerstag, 25.09.25, 19–20.30 Uhr

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier



Der globale Handel und seine geostrategischen Restriktionen – Hat der Freihandel noch eine Chance?

K-011

Der freie Welthandel gilt als Motor für Wachstum, Wohlstand und internationaler Zusammenarbeit. Doch seit der globalen Erstarkung der Volksrepublik China und dem Amtsantritt Donald Trumps als US-Präsident im Januar 2025, ist diese Entwicklung zunehmend unter Druck geraten. Hohe Zölle und viele andere Handelshemmnisse haben den interkontinentalen Warenaustausch massiv unter Druck gesetzt, Handelskriege nicht ausgeschlossen! Immer öfter hört man den Ruf nach Abschottung und „do it yourself!“ De-Globalisierung und Reduktion der Handelsumsätze sind die Folgen ungelöster Wettbewerbsfragen.

Hat der Freihandel unter den aktuellen Rahmenbedingungen noch Zukunft?

...mehr Infos auf unserer Homepage.

Termin: Mittwoch, 22.10.25, 19–20.30 Uhr

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier



Der Mittlere Osten nach den Kriegen – ist ein nachhaltiger Frieden möglich?

K-012

Seit dem Angriff der Hamas am 07. Oktober 2023 und der grausamen Ermordung vieler unschuldiger Menschen in Israel, herrscht Krieg im Mittleren Osten. Israel schaltete nach und nach die Verantwortlichen für die Eskalation aus, samt ihrer Verbündeten und deren Unterstützer. Mit der Hilfe der USA konnten auch die Uran-Anreicherungsanlagen im Iran zerstört werden. Doch ist das alles ausreichend für einen dauerhaften Frieden?

Inzwischen stellt sich heraus, dass die militärischen Erfolge nur von begrenzter Dauer sein werden. Die Probleme in der Region sind gewaltig und müssen auf diplomatischem Wege errungen und gesichert werden. Doch ist das realistisch? Wie kann eine Neuordnung der Region nach fast zwei Jahren Krieg aussehen?

...mehr Infos auf unserer Homepage.

Termin: Donnerstag, 20.11.25, 19–20.30 Uhr

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier



Trump gegen den „Rest der Welt“: Die Außen- und Außenwirtschaftspolitik der USA

K-013

Seit Trumps 2. Amtsantritt als US-Präsident scheint die Außenpolitik der USA reine globale Wirtschaftspolitik geworden zu sein. Wo früher Diplomatie im Mittelpunkt staatlicher Beziehungen stand, wird heute ein „Deal“ nach dem anderen abgeschlossen. Vielen drängt sich dabei das Bild eines globalen Bazars auf, deren Geschäfte die USA durch bilaterale Vereinbarungen weitgehend zu ihren Gunsten gestalten wollen.

Wie weit haben sich inzwischen die globalen Strukturen im Sinne von Trump verändert? Ist Außenpolitik ohne Handelsaspekte heute noch denkbar?

...mehr Infos auf unserer Homepage.

Termin: Donnerstag, 04.12.25, 19–20.30 Uhr

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier





Zwischen Silicon Valley und Shenzen – Wo ist Deutschlands Platz im globalen Softwarewettbewerb?

K-014

Die Softwareindustrie gehört zu den zentralen Treibern der globalen Wirtschaft und Innovation. US-Unternehmen dominieren – zusammen mit chinesischen und indischen – große Teile des Marktes, sei es durch Plattformen, Cloud-Dienste, Künstliche Intelligenz oder Unternehmenssoftware. Doch wo steht Deutschland und Europa im internationalen Vergleich? Welche Rolle spielen deutsche Unternehmen wie SAP, Celonis oder DATEV?

...mehr Infos auf unserer Homepage.

Termin: Donnerstag, 12.02.26, 19–20.30 Uhr

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier



Länderkunde

Münchner JAKOBSWEG von Karlsfeld nach Lindau

K-160

Maria und Heinz Weinmann

In einer mitreißenden Multivisionsschau erleben wir die erste Etappe des Jakobsweges nach Santiago, den Münchner Jakobsweg. Der Münchner Jakobsweg wurde nach historischen Reiseberichten rekonstruiert. Er führt die Isar entlang nach Schäftlarn, über Starnberg, durch die Maisinger Schlucht zum Kloster Andechs. Auf schmalen Steigen windet sich der Pfad durch die Ammerschlucht. Höhepunkt des Pfaffenwinkels mit seinen Rokokokirchen ist die Wieskirche, UNESCO-Weltkulturerbe. Das Moor Wiesfilz hat viel von seiner Ursprünglichkeit bewahrt. Zur kleinen Wallfahrtskapelle auf den Auerberg steigt man durch die wildromantische Feuersteinschlucht. ...mehr Infos auf unserer Homepage.

Termin: Donnerstag, 26.02.26, 19–21.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 16,00 €

Anmeldung: Hier



Städtepartnerschaft: Bridgnorth stellt sich vor

K-026

Dr. Karlheinz Stephan, Hartmut Siegl

Erfahren Sie mehr über unsere Partnerstadt Bridgnorth. Die Referenten bringen in einem bebilderten Vortrag die seit 30 Jahren bestehende Städtepartnerschaft näher. Wer aufmerksam zuhört, hat gute Chancen, im virtuellen Ratespiel die passende Antwort zu geben. Abgerundet wird dieser Vortrag mit einer typisch englischen Verkostung.

Termin: Freitag, 17.10.25, 19.30–21 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: kostenlos



Foto: David D./Pixabay

Anmeldung: Hier



VIelfältig · UNKOMPLIZIERT · CARITATIV · ACHTSAM



Öffnungszeiten Schrobenuhausen:

Mo 9:00–12:00 Uhr

Mi 9:00–12:00 Uhr

Offene Hilfen Neuburg-Schrobenuhausen gGmbH

info@offenehilfen-nd.de · www.offenehilfen-nd.de

Tel. (08431) 64002-0

Regensburger Straße 7
86529 Schrobenuhausen

Leopoldineninsel C35
86633 Neuburg a. d. Donau

**Offene
Hilfen**
Neuburg-
Schrobenuhausen



vhs unterwegs

...in und um Schrobenehausen

COUNT DOWN LANDESGARTENSCHAU 2031 in Schrobenehausen

Wenn man 6 Jahre oder nur 72 Monate bzw. rund 2.200 Tage weiterdenkt, dann ist das bislang in der Geschichte der Stadt Schrobenehausen wohl größte Event bereits wieder Geschichte – und hat hoffentlich eine außergewöhnliche Langzeitwirkung zu verzeichnen! Um dieses Ziel zu erreichen, genügt es nicht, dass nur die LAGA GmbH unter der heimischen Geschäftsführung von Thomas Zaum und der Federführung von Dipl.-Ing. Landschaftsarchitekt Martin Richter-Liebold samt vielen engagierten und erfahrenen Mitarbeitern in München mit Feuereifer an der Vorbereitung und Planung sowie Umsetzung der vielen Ideen arbeitet. Vielmehr ist jede einzelne Stadtbewohnerin und jeder Stadtbewohner aufgerufen, das Vorhaben zu unterstützen: Durch Einbringung von Ideen, aber auch aktiver Mithilfe etwa durch die Verschönerung von Häusern und Gärten. Die Mülltonnen müssen aus dem Stadtbild ebenso verschwinden wie marode Häuser saniert werden sollten – dies gilt insbesondere auch für die Stadt mit Bezug z.B. auf den Gefängnisturm mit Anbau in der Ulrich-Peisser-Gasse, das leerstehende Reichelanwesen und etliche Türme der Stadtmauer. Die Zeit rast dahin und deshalb gilt es jetzt, zuzupacken! Dies hat sich auch die VHS Schrobenehausen auf die Fahnen geschrieben – und mit dem im April 2025 eröffneten Kunst- und Lehrhof in der Bräuhiasengasse schon mal einen ersten Mosaikstein für eine besondere Altstadt gelegt. In den nächsten Monaten und Jahren wollen wir den Count Down für die Eröffnung der LAGA 31 weiter aktiv begleiten: Mit Vorträgen und sonstigen Veranstaltungen im Zusammenwirken mit den Verantwortlichen der Stadt und der LAGA 31!

Den Auftakt macht ein Vortrag über einen der schönsten Gärten der Welt, der sich unweit von Meran in Südtirol befindet und jährlich von rund einer halben Million Besuchern bewundert wird: Die Gärten von Schloss Trauttmanssdorf! Auf rund zwölf Hektar Bergland findet jeder Gartenliebhaber unglaublich abwechslungsreiche Natur- und Kulturlandschaften aus aller Welt, botanische Raritäten, Themengärten sowie lokale Vegetationsbilder des Landes Südtirols als Schwerpunkte der Gartengestaltung. Zudem begegnet man der unsterblichen Kaiserin Sissi mehrfach beim ausgiebigen, mit vielen Raffinessen verbundenen, Spaziergang durch die gestaltete Landschaft mit Waldgärten, Sonnengärten, Wasser- und Terrassengärten sowie vielen anderen Attraktionen – die durchaus auch als Beispiele für Schrobenehausen dienen können. Und mittendrin steht das große Schloss mit einem Museum!

Schauen Sie einfach vorbei – der Unkostenbeitrag, der alleine der weiteren Verschönerung des VHS Kunst- und Lehrhofs zugutekommt, ist sicher gut angelegt. Denn die Teilnehmer können vielleicht auch für ihre Gartengestaltung das Ein oder Andere erfahren!

Wir freuen uns auf möglichst viele Teilnehmer, die ihrerseits die Vorfreude auf das Großereignis LAGA 31 weitertragen können!

Ihre

Prof. Dr. Klaus Englert
1. Vorsitzender der VHS

Claudia Gottfried
Stellv. Vorsitzende

Jana Gerstmaier
Geschäftsleiterin

Die Gärten von Schloss Trauttmanssdorf bei Meran – Auftakt der VHS zum Count Down der Landesgartenschau 2031 in Schrobenehausen K-150

NEU!

Prof. Dr. jur. Klaus Englert

Die LAGA 31 steht vor der Tür! Auch wenn 2031 noch relativ weit in der Zukunft zu liegen scheint, so vergeht diese Zeitspanne schneller, als man denkt! Deshalb hat die VHS zur Unterstützung der Verantwortlichen aus Stadt und LAGA GmbH mit dem Herbstsemester 2025 eine neue Reihe mit dem Slogan „Count Down LAGA 31“ gestartet – nachdem bereits seit April 2025 der VHS Kunst- und Lehrhof für die Öffentlichkeit zur Verfügung steht und Teil der LAGA 31 sein wird! Den Beginn macht ein Vortrag des 1. Vorsitzenden der VHS zu wunderschönen Gärten rund um das Schloss Trauttmanssdorf in Südtirol. Die Teilnehmer werden dabei mitgenommen auf eine Rundwanderung, die das Herz eines jeden Gartenfreundes höherschlagen lässt: Unzählige Blumen, Sträucher, Kakteen und Bäume säumen ebenso die vielen Wege des riesigen Geländes wie Tiere, spannende Aussichtspunkte oder raffinierte Kunstwerke. Zudem trifft man immer wieder auf Kaiserin Sissi, die dort im Schloss öfter zu Gast war. Lassen Sie sich einfach verzaubern!



Termin: Mittwoch, 26.11.25, 19.30–21 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 5,00 € / für Paare 8 € / Eintritt frei bis 20 Jahre

Anmeldung: Hier



Typisch Schrobenehausen – Wir entdecken die schönsten Ecken der Stadt

K-038

Daniela Spreng

Die schönsten Ecken Schrobenehausens bei Nacht entdecken: In diesem Sinne wollen wir eintauchen in unsere liebenswerte Stadt mit ihren historischen Gemäuern und bezaubernden Winkeln. Begleitet uns auf diesem Spaziergang im Herzen unserer Altstadt und erfährt interessante Geschichten aus Schrobenehausens Vergangenheit und Gegenwart.

Termin: Donnerstag, 02.10.25, 18.30–20.30 Uhr

Ort: Treffpunkt am Rathaus

Gebühr: 7,50 €

Anmeldung: Hier



Schrobenhausener Stadtversuchung

K-039

Daniela Spreng

Begleiten Sie mich auf eine abendliche, genussvolle Entdeckungstour durch Schrobenhausen – diesmal mit einem Bollerwagen voller Köstlichkeiten! Gemeinsam erkunden wir nicht nur die Geschichte unserer wunderschönen Stadt, sondern nehmen uns die Freiheit, an besonders idyllischen Plätzen zu verweilen und zu genießen. Im Bollerwagen haben wir alles dabei, was das Herz begehrt: herzhaftes Brotzeiten, kühle Getränke und sogar ein paar süße Überraschungen. Während wir anhalten und uns stärken, erfahren Sie spannende Geschichten über alte Handwerks- und Brauereitraditionen. Alkoholfreie Getränke sind selbstverständlich ebenfalls im Angebot, sodass für jeden Geschmack etwas dabei ist. Die Tour bietet Ihnen die Möglichkeit, die Stadt auf eine lockere und genussvolle Weise zu erleben, bei der der Gaumen mitflaniert und die Seele baumeln kann.

Termin: Freitag, 24.10.25, 18.30–21.30 Uhr

Ort: Treffpunkt am Rathaus

Gebühr: 26,00 €

Anmeldung: Hier



Führungen mit der Magd Bärbel durch Augsburg

Barbara Kreuzer arbeitet seit vielen Jahren als Gästeführerin für die Regio Augsburg Tourismus GmbH und hat sich auf die „Magd Bärbel“ Führungen spezialisiert. Ihre Stadtführungen sind eine wunderbare Möglichkeit, Augsburg kennenzulernen, mit Gästen einen schönen Tag zu verbringen...

Fuggerei Augsburg – Stadtführung auf den Spuren der Fugger

K-100

Im Jahr 2021 feierte die weltberühmte Fuggerei ihr 500-jähriges Bestehen. Auf einem spannenden Spaziergang vom Rathaus bis zur Fuggerei begleitet Sie Gästeführerin Barbara Kreuzer und zeigt Ihnen dabei besondere Orte der Stadt.

Zuerst geht es zur Maximilianstraße, wo Sie den prächtigen Damenhof besuchen – einen wunderschönen Renaissance-Innenhof. Im Fuggerstadtpalast, in dem einst Kaiser, Könige und sogar Martin Luther zu Gast waren, erfahren Sie mehr über die Reichstage der damaligen Zeit. Durch die engen Gassen der Altstadt führt der Weg weiter zur berühmten Fuggerei. Unterwegs hören Sie interessante Geschichten über Jakob Fugger und seine Geschäfte. Die Führung endet in der Fuggerei. Danach haben Sie die Möglichkeit, diese auf eigene Faust weiter zu erkunden. Der Eintritt in die Fuggerei beträgt 8 Euro und ist vor Ort zu bezahlen.

Termin: Samstag, 15.11.25, 14–16 Uhr

Treffpunkt: Augsburg, Haupteingang Rathaus

Gebühr: 23,00 €

Anmeldung: Hier



Lichterglanz und Adventsmärkte

K-101

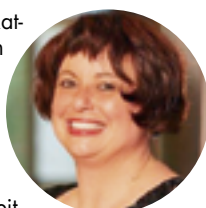
Viele Gäste aus aller Welt lieben den Augsburger Weihnachtsmarkt am Rathausplatz mit dem berühmten „Engelespiel“! Bei dieser Führung zeigt Ihnen die Augsburger Gästeführerin Barbara Kreuzer jedoch auch die versteckten Adventsmärkte in den Gassen der Augsburger Altstadt. Anschließend erleben Sie den Lichterglanz in der Prunkstraße von Augsburg, der „Maximilianstraße“. Mit adventlichen Gedanken untermalt, endet die Führung am Rathausplatz, damit Sie dort um 18.00 Uhr das berühmte Engelespiel anschauen können. Lassen Sie sich mit Geschichten rund um die Adventszeit einstimmen auf ein frohes Weihnachtsfest.

Termin: Freitag, 19.12.25, 16–17.30 Uhr

Ort: Augsburg, Treffpunkt Rathaus Haupteingang

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: Hier



Da trottet übern Rathausplatz Bert Brecht mit seinem Lampion... K-103

NEU!

Folgen Sie der Augsburger Gästeführerin Barbara Kreuzer auf den Spuren von Bert Brecht durch die Altstadt, besuchen Sie gemeinsam sein Geburtshaus

und erfahren Sie, welche Lieblingsplätze Brecht in Augsburg hatte und wie diese Einzug in seine Werke nahmen. Wo wurde er getauft und wie lebte er mit seiner Familie in Augsburg? Natürlich dürfen Zitate aus seinen Werken nicht fehlen. Eintritt in das Bert Brecht Haus (2,50 EUR) muss vor Ort entrichtet werden.

Termin: Donnerstag, 05.02.26, 11–13 Uhr

Treffpunkt: Augsburg, Haupteingang Rathaus.

Gebühr: 23,00 €

Anmeldung: Hier





München im Mittelalter entdecken

K-111

NEU!

Barbara Feige, Stadtführerin, Tanja Dobrick

Obwohl München offiziell am 14. Juni 1158 gegründet wurde und das Mittelalter nur bis etwa 1500 dauerte, gibt es in der Altstadt noch viele spannende Spuren aus dieser Zeit zu entdecken. Wo verlief der erste Mauerring? Gibt es noch Reste der zweiten Stadtmauer? Und was steckt hinter der Aufteilung in Marien- und Petersseite? Auf dieser Tour finden wir gemeinsam Antworten auf diese Fragen und tauchen ein in Münchens mittelalterliche Geschichte. Dauer der Führung ca. 2 Stunden.

Termin: Sonntag, 12.10.25, 11–13 Uhr

Ort: München, Treffpunkt Isartor

Gebühr: 19,00 €

Anmeldung: Hier



Auf den Spuren der Münchner Biergeschichte

K-112

NEU!

Barbara Feige, Stadtführerin, Harald Stingl

Bei dieser Führung erfahren Sie, warum die Geschichte Münchens untrennbar mit der seiner Biere verknüpft ist, denn bereits seit dem Mittelalter ist die Stadt die Heimat traditionsreicher Brauereien. Doch nun streben auch ambitionierte Neugründungen wie der Giesinger Bräu nach einem Platz im Bier-Olymp: dem Ausschank auf der Wiesn. Wir sehen Traditionsgaststätten, in denen das Münchner Bier ausgeschenkt wird und welche bis heute das Gesicht der Stadt prägen und zahlreiche andere Orte, an denen einst Brauereien und Klöster die Ursprünge der Münchner Bierkultur schufen. Selbstverständlich werden wir auch Stopps zur Verinnerlichung des Führungsthemas einlegen. Vom Reinheitsgebot bis zu spannenden Anekdoten über die reiche Geschichte des bayrischen Bieres, egal ob Sie ein echter Bierliebhaber sind, oder einfach nur mehr über die Kultur Münchens erfahren möchten, unsere Biertour bietet für jeden etwas. Die Tour dauert ca. zwei Stunden, Start- und Endpunkt nach Absprache. (inkl. 0,5l Bier und Wagyu-Fleischpflanzerl-Semmel)

Termin: Freitag, 05.12.25, 16–18 Uhr

Ort: München, Start nach Absprache

Gebühr: 39,00 €

Anmeldung: Hier



Unsere besonderen Fahrten und Betriebsbesichtigungen mit Wolfgang Murr

Wanderung durch das herbstliche Donaumoos mit Führung durch das Umweltbildungszentrum „Haus im Moos“

K-900

NEU!

Das Altbayerische Donaumoos ist eines der größten Moorgebiete in Süddeutschland und prägt die Landschaft zwischen den beiden Städten Neuburg und Schrobhausen. Bei dieser Wanderung, die am Haus im Moos, beginnt gewinnen Sie Einblicke in die Geschichte und Ökologie dieser einzigartigen Landschaft. Sie erfahren unter welchen Anstrengungen und Entbehrungen die ersten Siedler das Moos urbar machten. Nach einem Besuch des Hauses im Moos, verbunden mit einer Führung durch das Haus u. das Gelände, wandern Sie gemeinsam mit der Gruppe durch das Moos und seine Landschaft zum Schloss Niederarnbach. Zurück geht es über den Neuen Mooskanal zum Ausgangspunkt Haus im Moos. Auf unserer Route werden auch aktuell strittige Fragen der Wiedervernässung des Moores angesprochen. Wer will, kann die Wanderung in der Gaststätte „Rosinger Hof“ auf dem Gelände des Hauses im Moos ausklingen lassen. Reine Gehzeit ca. 3, 5 Stunden, Wegstrecke: ca. 14 km.

Termin: Sonntag, 26.10.25, 10.30–16 Uhr

Ort: Haus im Moos, Kleinhohenried 108, 86668 Karlshuld

Gebühr: 11,00 €

Anmeldung: Hier



Herbstwanderung Neureuth-Gindelalm, von Tegernsee zum Schliersee

K-901

NEU!

Die letzten Sonnenstrahlen bei dieser leichten Herbstwanderung im herbstlich gefärbten Bergwald oberhalb des Tegernsees genießen. Vom Bahnhof Tegernsee wandern wir durch den Wald auf den Berggasthof Neureuth und nach einer Brotzeit in der Berghütte mit Blick auf den Tegernsee geht es relativ ebenerdig weiter zur Gindelalm mit herrlichem Blick auf die Alpen. Von dort wandern wir auf breiten Schotterweg nach Schliersee und erreichen nach einer kurzen Wanderung entlang des Schliersee den Bahnhof Schliersee, von dem wir die Heimreise antreten. Die Wanderung dauert ca. 4-5 Stunden. Die An- und Abreise findet mit dem preisgünstigen und umweltfreundlichen Bayern Ticket statt. In der Gebühr ist nicht der Preis für das Bayern Ticket begriffen. Bitte im Vorfeld per Mail die vhs Schrobhausen unter wolfgang.murr@vhs-sob.de informieren, ob Sie ein Bayerticket benötigen oder mit dem Deutschland Ticket reisen.

Treffpunkt: 6.15 Uhr Bahnhofsvorplatz Schrobhausen.

Termin: Sonntag, 28.09.25, 6.15–19.30 Uhr

Ort: Treffpunkt Bahnhof Schrobhausen

Gebühr: 11,00 € Kinder frei

Anmeldung: Hier



Foto: Stefan Schweithofer/Pixabay



Adventliches Regensburg – Weihnachtsausflug zu den Regensburger Christkindel Märkten mit Stadtführung Regensburg

K-902

NEU!

Ein Adventssonntag im romantischen Regensburger Weihnachtsmarkt im Schloss Thurn und Taxis. Glühwein trinken und Plätzchen essen und sich auf das Weihnachtsfest im Hof von Schloss Thurn und Taxis einstimmen lassen. Zuvor besteht die Möglichkeit die anderen Weihnachtsmärkte der Stadt Regensburg kennenzulernen und an einer Stadtführung durch die mittelalterliche Regensburger Altstadt teilzunehmen. Die Anreise erfolgt mit der Bahn per ökologischen und günstigen Bayern Ticket. In der Kursgebühr sind die Kosten für die Stadtführung und der Eintritt zu dem Weihnachtsmarkt inbegriffen, nicht aber die Fahrt mit dem Bayern Ticket nach Regensburg. Bitte im Vorfeld per Mail die vhs Schrobenhausen unter wolfgang.murr@vhs-sob.de informieren, ob Sie ein Bayernticket benötigen oder mit dem Deutschland Ticket reisen.



Foto: L. Niederwimmer/Pixabay

Treffpunkt: Bahnhof Schrobenhausen: 9.15 Uhr Bahnhofsvorplatz.

Termin: Sonntag, 07.12.25, 9.15–18.30 Uhr

Ort: Treffpunkt Bahnhof Schrobenhausen

Gebühr: 19,00 €

Anmeldung: Hier



Mythos Titanic – Die Schiffskatastrophe in Ausstellungstücken und Fotos im Museum „Lockschuppen Rosenheim“

K-903

NEU!

Der Untergang der Titanic war eines der größten Schiffsunglücke der Seefahrtsgeschichte und kostete mehr als 1500 Menschenleben. Der Untergang des als unsinkbar geltenden Schiffs auf seiner Jungfernfahrt erschütterte die Welt seiner Zeit und nährte Zweifel an der damals weit verbreiteten Technikgläubigkeit, das der Mensch die Natur beherrschen könne. In der Ausstellung im Museum „Lockschuppen Rosenheim“ sind neben zahlreichen Fotos Originalgegenstände von Bord der Titanic zu sehen. Sie haben die Möglichkeit mit Audioguide die Dramatik jener Stunde nachzuerleben. Die Anreise nach Rosenheim zum Museum erfolgt mit dem preisgünstigen und umweltbewussten Bayern Ticket. In der Kursgebühr ist der Eintritt für das Museum und der Audioguide inbegriffen, nicht aber die Kosten für das Bayern Ticket. Bitte im Vorfeld der Reise mitteilen, ob Sie ein Bayernticket benötigen oder mit Deutschland Ticket reisen! Senden sie diesbezüglich eine Mail an Wolfgang Murr wolfgang.murr@vhs-sob.de.

Treffpunkt: 8.15 Uhr am Bahnhofsvorplatz Schrobenhausen.

Termin: Sonntag, 30.11.25, 8.15–19.30 Uhr

Ort: Treffpunkt Bahnhof Schrobenhausen

Gebühr: 35,00 €

Anmeldung: Hier



Jüdisches Leben erleben – Eine besondere Entdeckungstour in München

K-904

NEU!

Besuch jüdisches Museum im Kulturzentrum

Hebräische Kultur und jüdische Religion lassen sich nach der Katastrophe des Holocausts auch wieder in München finden. Die Ohel-Jakob-Synagoge ist Bestandteil des jüdischen Kulturzentrums in München. Ziel dieser Fahrt ist es jüdisches Leben u. Religion etwas näher kennenzulernen. Die vhs-Gruppe nimmt an einer allgemeinen Führung teil. Im Anschluss an die rund einstündige Führung besteht die Möglichkeit im koscheren Restaurant „Einstein“ die Köstlichkeiten der jüdischen Küche kennenzulernen oder das Jüdische Museum im Kulturzentrum zu besuchen. Treffpunkt (bei Selbstanreise): 13.40 Uhr vor dem Eingang der Synagoge, St.-Jakobs-Platz 18, 80331 München. Um Pünktlichkeit wird gebeten, da vor Führungsbeginn um 14 Uhr eine Einlasskontrolle stattfindet.

Anmeldeschluss: 17.11.25.

Wer mit der vhs per Bahn anreist, meldet sich bitte rechtzeitig im Vorfeld der Reise bei der vhs Schrobenhausen unter wolfgang.murr@vhs-sob.de, ob ein Bayern Ticket benötigt wird oder ob Sie über ein Deutschland Ticket verfügen. Bitte beachten Sie, dass in der Kursgebühr nicht die Fahrkosten für das Bayern Ticket enthalten sind!

Bitte mitbringen: Gültigen Personalausweis und die Herren eine Kopfbedeckung

Termin: Sonntag, 23.11.25, 11.15–17.30 Uhr

Treffpunkt: 11.15 Uhr Bahnhofsvorplatz Schrobenhausen

Gebühr: 10,00 €

Anmeldung: Hier



Betriebsbesichtigung – Firma Poellath Schrobenhausen

K-906

NEU!

Die Firma Poellath GmbH&Co. KG zählt zu den Traditionsunternehmen in Schrobenhausen mit einer langen Firmengeschichte. Begonnen als Münz- und- Prägeanstalt ist das Unternehmen mit Metallschildern, Gravuren und Emblemen in einer Vielzahl von Geschäftsfeldern, zu denen beispielsweise auch Markenembleme für Automobilhersteller oder Uniformabzeichen gehören, tätig. In einer ca. einstündigen Führung gewinnen Teilnehmer der Betriebsbesichtigung Einblick in die Produktionsverfahren, Produktpalette und Geschichte des Familienunternehmens. Die Führung richtet sich an Teilnehmer aus den Landkreisen Neuburg-Schrobenhausen u. Aichach.

Bitte mitbringen: Gültigen Personalausweis

Termin: Donnerstag, 27.11.25, 16.30–17.30 Uhr

Ort: Eingang Firma Poellath, Bahnhofstr. 19, SOB

Gebühr: kostenlos

Anmeldung: Hier





Betriebsbesichtigung – Südstärke Schrobhausen – ein vielseitiges Unternehmen

K-907

NEU!

Kartoffelstärke ist in einer Vielzahl von Produkten enthalten, mit denen jeder täglich in Berührung kommt: Kartoffelknödel, Gnocchi, Stapelchips, Fertigpizza, Ketchup, vegane Gummibärchen, und in der Küche beim Binden von Soßen und Suppen. Darüber hinaus kommt Kartoffelstärke auch in der Industrie z.B. bei der Herstellung von Papier, Klebstoffen und Textilien zur Anwendung. Die Herstellung von Kartoffelstärke gehört zur Produktpalette der Südstärke GmbH in Schrobhausen. Doch wie wird Stärke gewonnen und welche anderen Produkte werden im Schrobhausener Werk gewonnen? Diese Fragen sollen in einer zweistündigen Betriebsführung durch das Werk im Vordergrund stehen. Neben anschaulichen Einblicken in den Fertigungsprozess erfahren Sie auch etwas zur langen Firmengeschichte des Unternehmens. Die Besichtigung ist kostenlos, die Firma Südstärke bittet um eine Spende von 5 Euro pro Teilnehmer für soziale Projekte des Rotary-Vereins Aichach.



Foto: suedstaerke.de

Anmeldung: Hier

**Termin:** Freitag, 17.10.25, 14–16 Uhr**Ort:** Südstärke, Königslachener Weg 2a, SOB**Gebühr:** kostenlos

Betriebsbesichtigung – Firma Gigler – Was aus unserem Abfall wird!

K-908

NEU!

Haben Sie sich schon einmal gefragt, was aus alten Autos, Dosen, Althölzern, Bauschutt, E-Schrott, Batterien, Plastiktüten und Papier wird? Sie werden wiederverwertet, werden Sie antworten. Aber wie geht das? Wie trennt man diese großen Mengen von Wertstoffen und Abfällen? Zu was werden sie weiterverarbeitet? Diese und andere Fragen versucht die vhs-Betriebsbesichtigung bei dem Unternehmen Gigler in Schrobhausen zu klären. Gigler ist ein modernes Unternehmen der Abfallwirtschaft, das sich auf das Wiederverwerten von Ressourcen im Abfall spezialisiert hat. Dies wird seit über 50 Jahren nicht nur betrieben, sondern auch gelebt. Gewinnen Sie interessante Einblicke in den Verwertungsprozess bei unserer Führung bei der Fa. Gigler in Schrobhausen!



Foto: gigler.de

Anmeldung: Hier

**Termin:** Donnerstag, 15.01.26, 14–16 Uhr**Ort:** Firma Gigler, Verwaltungsgebäude, Gollingkreuter Weg 13, SOB**Gebühr:** kostenlos

Blick hinter die Kulissen des Krankenhauses Schrobhausen

K-909

NEU!

Haben Sie sich schon einmal gefragt, was hinter den Türen einer modernen Klinik wirklich passiert? Warum trägt man im OP grün statt weiß? Und seit wann gibt es eigentlich das Krankenhaus? Sie erhalten eine kurzweilige Führung durch die Stationen, hören Geschichten aus dem Klinikalltag und erfahren Historisches zu unserer Entstehungsgeschichte. Bei einem gemeinsamen Kaffee beantworten wir im Anschluss noch Fragen rund um unser Kreiskrankenhaus.

Termin: Dienstag, 18.11.25, 15–16.30 Uhr**Ort:** Pforte am Haupteingang Kreiskrankenhaus, Högenauer Weg 5**Gebühr:** kostenlos

Anmeldung: Hier



Paarauen einmal anders – Wanderung entlang der Paar

K-910

NEU!

Georg Riedinger

Die Paarauen einmal anders kennenlernen. Auf zum Teil weglosen Pfaden wandern wir entlang der Paar von Aichach nach Schrobhausen. und lernen die Flusslandschaft kennen. Die Hinfahrt nach Aichach erfolgt mit der Paartal Bahn (Ticket nicht in der Kursgebühr inbegriffen). Die Wanderung beginnt am Bahnhof Aichach. Nach einer Pause im griechischen Terrassen-Lokal am Radersdorfer Weiher setzen wir unsere Erkundung fort. Gesamtstrecke: ca. 20 km. Treffpunkt Teilnehmer Schrobhausen: 9.15 Uhr Bahnhofsvorplatz Schrobhausen, Teilnehmer Aichach: Bahnhofsvorplatz Aichach um 9.40 Uhr. Bei schlechter Witterung findet die Wanderung am Ersatztermin 12.10.25 statt.

Termin: Sonntag, 05.10.25, 9.15–18 Uhr**Ort:** Treffpunkt Bahnhof Schrobhausen**Gebühr:** 5,00 € Kinder frei

Anmeldung: Hier



Unser Service für Sie:

Drei Tage vor Kursbeginn erhalten Sie von uns eine Erinnerungs-Mail zu Ihrem gebuchten Kurs. Hier erhalten Sie nochmals alle Details. Bitte geben Sie bei der Buchung Ihre Mailadresse an, damit Sie diesen Service genießen können.

Zudem erleichtern Sie uns damit ungemein unsere tägliche Arbeit, insbesondere wenn es z.B. unvermutete Änderungen oder Krankheitsfälle gibt.

Reisen mit der vhs

Bayreuth, Halle und die Thüringer Landesausstellung „500 Jahre Bauernkrieg“

K-120

Diese dreitägige vhs-Reise (in Kooperation mit der vhs Augsburg Land) führt im komfortablen 4****-Reisebus von Augsburg über Bayreuth nach Halle (Saale). In Bayreuth steht ein Stadtrundgang auf den Spuren Richard Wagners mit Besuch des Hauses Wahnfried und des Wagner-Museums auf dem Programm. Auf dem Weg nach Halle wird das imposante Kyffhäuserdenkmal besichtigt. Der zweite Tag ist der Händelstadt Halle gewidmet – mit Stadtführung, Besuch des Händelhauses sowie der Franckeschen Stiftungen. Abgerundet wird der Tag mit einem Abendessen auf einem Weingut. Am Rückreisetag steht ein Besuch des Panoramamuseums in Bad Frankenhausen und der Thüringer Landesausstellung „500 Jahre Bauernkrieg“ auf dem Programm, bevor es zurück nach Augsburg geht. Bei Interesse lassen Sie sich gerne den Reiseflyer zusenden. Dieser ist auch auf unserer Homepage.

Termin: Freitag, 24.10.25 bis 26.10.25, 5–22 Uhr

Gebühr: 550,00 € /p.P. im Doppelzimmer inkl. Frühstück und Abendessen sowie alle Stadtbesichtigungen und Eintritte

Anmeldung: Hier



Oase Steinerskirchen – Bewegung, Achtsamkeit und innere Balance – ein Feldenkrais-Wochenende

G-202

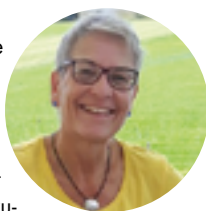
NEU!

Petra Sossau

Ein Wochenende nur für Dich – Zeit zum Innehalten, Entspannen und neue Kraft schöpfen. In der idyllischen Oase Steinerskirchen erkunden wir mittels



sanfter Feldenkrais-Lektionen achtsame Bewegung, entdecken neue Handlungsspielräume und kommen wieder mehr in Kontakt mit uns selbst. Das Seminar lädt ein, hinderliche Muster bewusst wahrzunehmen und förderliche, unterstützende Alternativen zu entwickeln. So entsteht mehr Leichtigkeit – körperlich



und geistig – sowie ein klareres Körpergefühl, mehr Präsenz und innere Ruhe.

Termin: Freitag, 31.10.25 ab 16 Uhr bis Sonntag, 02.11.25 bis ca. 14 Uhr

Ort: Oase Steinerskirchen, Steinerskirchen 1, 86558 Hohenwart

Gebühr: 235,00 € / Frühbucher 195€ bis 30.09.25 zzgl. Unterkunft mit Vollpension i.d. Oase Steinerskirchen

Anmeldung: Hier



Militärgeschichte

Was waren HIAG und PARAXOL im Hagenauer Forst?

K-001

Wolfgang Haas

Im Vortrag erfahren wir die Geschichte der Chemiefabrik HIAG und PARAXOL im Hagenauer Forst bei Schrobenuhausen, den Vorgängern des heutigen Rüstungskonzerns MBDA. Im Mittelpunkt stehen die technischen Entwicklungen und Hintergründe dieser geheimen Anlagen während der Zeit des Nationalsozialismus. Es werden unter anderem folgende Fragen behandelt: Was steckt hinter den Gerüchten rund um den Standort? Welche Produkte wurden dort hergestellt und welche chemischen Verfahren kamen zum Einsatz? Wie viele Zwangsarbeiter waren beschäftigt und warum blieb das Werk im Zweiten Weltkrieg weitgehend unversehrt? Außerdem wird der Umgang mit den Nachwirkungen und Hinterlassenschaften nach Kriegsende thematisiert. Ein 170-seitiges Buch zum Thema ist zum Selbstkostenpreis erhältlich.

Termin: Donnerstag, 16.10.25, 19–20.30 Uhr, vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 12,00 €

Anmeldung: Hier



Staatsgeheimnis!
Geheimhaltungsanordnungen beachten

Unsere Reihe Militärgeschichte mit Oliver Stoll, Sprecher der Reservisten Arbeitsgemeinschaft Militärgeschichte. „Geschichte ist spannender als ein Krimi. Sie muss den Zuhörer erreichen. Zeitreisen sind möglich!“, davon ist Oliver Stoll überzeugt! Kurzentschlossene sind immer willkommen.



Militär und Technik – Revolution unter Wasser

K-003

NEU!

Die Geschichte der Unterseeboote war eine langwierige Sache. Jede Menge Erfinder und Techniker versuchten sich daran. Aber es sollte Jahrhunderte dauern bis aus einem Spielzeug eine Waffe wurde. Begleiten wir das Unterseeboot auf seinem Weg durch die Geschichte. Ein Weg, der aus einer Idee die Waffe formte, die es heute ist.

Termin: Donnerstag, 02.10.25, 19–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier





Militär und Technik – Das Maschinengewehr

K-004

NEU!

Wenn wir uns auf Zeitreise begeben und die Kriegführung des Napoleon ansehen und mit der Jetztzeit vergleichen. Ein Wahnsinn! Wie hat sich doch das Militär verändert. Die Technik und die Taktik. Einst die Schlachtenlinie und der Vorderlader, dann das tödliche MG-Feuer. Auch diese Waffe hatte ihre Entstehungsgeschichte. Und diese sehen wir uns heute an.

Termin: Donnerstag, 20.11.25, 19–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier



Militär und Technik: Huckepackflugzeuge

K-005

NEU!

Was für eine sagenhafte Entwicklung doch das Flugzeug nahm. Kaum das sich der Mensch in die Lüfte erhob. Nun sind Flugzeuge allgemein eher ein vielbeachtetes Wissensgut. Deswegen werden wir am heutigen Abend einen Bereich beleuchten, der kaum im Bewusstsein der Menschen geblieben ist. Die Aphroditen, Misteln, der Goblin bis hin zum Spaceshuttle. Gehen wir wieder auf Entdeckungsreise in die Vergangenheit.

Termin: Donnerstag, 04.12.25, 19–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 5,00 €



Anmeldung: Hier



GEHEIMPROJEKT PEENEMÜNDE – Weltenräume und Vergeltungswaffe

K-006

NEU!

Erst Science-Fiction, dann Hobby einiger Freaks, später eine der letzten Hoffnungen des dritten Reiches, letztlich die erste Landung auf dem Mond. So kurios war die Geschichte der Raketen. Von den Anfängen bis in die Jetztzeit. Ein guter Grund sie zu erzählen. Gehen wir wieder auf eine interessante Reise in die Technikgeschichte, oder doch in die Militärgeschichte? Wie fast immer war auch hier der Fortschritt ein Spielball der Mächtigen ihrer Zeit. Heute, ein spannender Abend im Hause der Volkshochschule.

Termin: Donnerstag, 15.01.26, 19–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier



Psychologie und Pädagogik

Veranstaltungen im Bereich Psychologie auf der Grundlage von Therapiemethoden ersetzen keine Psychotherapie und bieten keine Therapiemöglichkeit.

Endlich Ordnung zu Hause! – Weniger Ballast, mehr Struktur und Klarheit

P-001

Markéta Lübben

Fällt es Dir schwer, Dich von Dingen zu trennen? Belastet Dich das Chaos und Berge von angesammelten Dingen und unerledigten Aufgaben? Hier lernst Du, wie Du eine Ordnung und Leichtigkeit zuhause schaffst und den Kopf frei bekommst. Praktische Tipps zu Ordnungssystemen, Aufräumroutinen, Ausmisten und wohin damit. So kannst Du gleich loslegen. Denn Ordnung macht glücklich und ist erlernbar! www.ordnungsfaden.de

Wusstest Du, dass sich in Deutschland jeder Ordnungskoach nennen kann – ganz egal, ob mit oder ohne Ausbildung? Aber bei Markéta Lübben bekommst du mehr als nur einen Titel: Sie ist zertifizierter Ordnungskoach und unterstützt seit vielen Jahren Menschen dabei, sich vom Ballast zu befreien und eine Grundordnung zu schaffen.

Termin: Dienstag, 03.02.26, 17.30–20 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 29,00 €

Anmeldung: Hier



Was bin ich und wenn ja: wie viele? Bonusmama, Stiefmutter oder einfach ich? – Erste-Hilfe-Kurs für Stiefmütter

P-100

NEU!

Sylvia van Schwartzberg

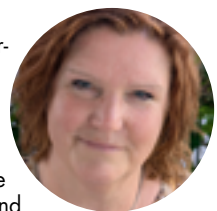
Stiefmutter zu sein, ist eine besondere Herausforderung – oft mit vielen Erwartungen, wenig klaren Rollen und komplizierten Familienstrukturen. In diesem praxisnahen Seminar reflektieren wir unsere Rolle in der Stieffamilie, sprechen darüber, wie Kommunikation in der Familie und der Umgang mit Bonuskindern gelingen kann und warum Selbstfürsorge gerade in Stieffamilien besonders wichtig ist. Der Tag bietet Raum für Austausch, neue Perspektiven und praktische Impulse für den Alltag – ehrlich, stärkend und wertschätzend. Mehr zu Sylvia van Schwartzberg unter Dozenteninformationen auf unserer Homepage.

Termin: Samstag, 25.10.25, 10–17 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 49,00 €

Anmeldung: Hier



FrauenHerzBegegnungen – ein Raum für Herzverbindung, Weiblichkeit und innere Stärke

G-472

Jutta Dier

In diesem geschützten Rahmen begegnen wir uns von Herz zu Herz – mit Gesprächen, Seelenreisen, Joining-Übungen und weiteren Impulsen zur Stärkung der weiblichen Kraft. Ziel ist es, alte Prägungen loszulassen, wieder mehr auf das eigene Herz zu hören und das eigene Potenzial zu entfalten. Dieser Kurs lädt dazu ein, Dich selbst neu zu entdecken, Dich mit anderen Frauen zu verbinden und gemeinsam neue Wege zu gehen. Jutta Dier ist Prozesstrainerin für Persönlichkeitsentwicklung und für innere Meisterschaft. Ihre Arbeit ist geprägt von ihrem eigenen Weg der Herzheilung und der Transformation alter Prägungen und Überzeugungen.

Termin: Dienstag: 28.10. und 2.12.25 sowie 20.01.26, jeweils 18:30–21:30 Uhr, 3 x

Ort: Seminarhaus „Ort der Begegnung“, Am Schlosskeller 1, Sandzell

Gebühr: 98,00 €


Anmeldung: Hier


Die Kraft des Schweigens – Wie Sie mit weniger Worten mehr erreichen!

P-005

NEU!
Mathias Dahms

In unserer hektischen Welt, in der Worte oft im Überfluss fließen, wird die Kunst des Schweigens immer wertvoller. Ob im Berufsleben oder im privaten Umfeld – wer gezielt Stille einsetzt, kann Gespräche wirkungsvoller lenken, Vertrauen aufbauen und Konflikte entschärfen. Doch wie gelingt es, durch bewusste Pausen und präzise gewählte Worte überzeugender aufzutreten? Dieses praxisnahe Seminar zeigt Ihnen, wie Sie mit weniger Worten mehr Wirkung erzielen. Sie lernen, wie strategisches Schweigen Ihre Kommunikationsfähigkeit stärkt, Ihre Präsenz erhöht und Ihnen hilft, in schwierigen Gesprächssituationen souverän zu bleiben. Mehr Informationen im web.

Termin: Mittwoch, 12.11.25, 18.30–21.30 Uhr

Ort: Online – bei Ihnen zuhause

Gebühr: 59,00 €

Anmeldung: Hier


Mit Thomas Adler Kraft und Souveränität gewinnen

Ruhe im Kopf, Kraft im Leben – dein Weg zu mehr Erfolg

P-028

Haben Sie das Gefühl, andere kommen leichter voran, während bei Ihnen ständig etwas dazwischenkommt? In diesem Workshop zeigt Ihnen Speaker und Coach Thomas Adler, wie Sie mit Achtsamkeit und einfachen Techniken innere Klarheit gewinnen, Blockaden lösen und neue Energie freisetzen können. Atemübungen, Bewusstseinsarbeit und Energiefeld-Techniken helfen Ihnen, gelassener und zielgerichteter durchs Leben zu gehen – sei es bei Stress, Selbstzweifeln oder wichtigen Entscheidungen. Für alle, die mehr Leichtigkeit, Fokus und persönlichen Erfolg im Alltag erleben möchten.

Termin: Samstag, 11.10.25, 10–13 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 45,00 €


Anmeldung: Hier


Wenn der Akku leer ist – Wege aus der Erschöpfung

P-030

NEU!

Ständig erschöpft, innerlich leer oder einfach nur gestresst? Burn-out kommt oft schleichend – doch wer die Warnsignale kennt, kann rechtzeitig gegensteuern. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie Überlastung erkennen, Ihre Energie besser einteilen und mentale Stärke aufbauen. Mit alltagstauglichen Methoden stärken Sie Ihre Resilienz und finden zu mehr Ruhe, Klarheit und Lebensfreude zurück. Für alle, die sich schützen möchten, bevor es zu viel wird.

Termin: Samstag, 25.10.25, 10–13 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 45,00 €

Anmeldung: Hier


➤ Weitere Termine:

Termin: Samstag, 24.01.26, 10–13 Uhr (P-031)

Anmeldung: Hier


SCAN MICH!

FREUDE SCHENKEN MIT UNSEREM

SCHROBENHAUSENER EINKAUFSGUTSCHEIN

Ein Gutschein für mehr als 70 verschiedene Geschäfte in Schrobenuhausen.


STADTMARKETING
SCHROBENHAUSEN



Die Bühne gehört dir! – Souverän sprechen, begeistern, wirken P-032

NEU!

Was macht einen guten Speaker aus? Wie gelingt es, auf der Bühne präsent zu sein, frei zu sprechen, sich wohlfühlen – und das Publikum wirklich zu erreichen? In diesem intensiven Kurs zeigt Ihnen Thomas Adler, international anerkannter Redner (Gewinner des 20. Internat. Speaker Slam) praxisnah, wie Sie Ihre Stimme, Ihre Körpersprache und Ihre Persönlichkeit wirkungsvoll einsetzen. Sie lernen, Lampenfieber in positive Energie zu verwandeln, eine klare Botschaft zu formulieren und Ihre Zuhörer zu fesseln – sei es im kleinen Rahmen, auf der großen Bühne oder im beruflichen Kontext. Mit gezielten Übungen, individuellem Feedback und professionellen Tipps werden Sie Schritt für Schritt sicherer im Auftreten – und finden Ihren ganz persönlichen Stil. Ob für Präsentationen, Vorträge oder freie Reden: Dieser Kurs bringt Sie zum Sprechen – und Ihr Publikum zum Staunen.

Termin: Samstag, 07.02.26, 10–13 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 45,00 €

Anmeldung: Hier



Starke Stimme und Präsenz – überzeugend auftreten – mit der Schauspielerin Eleonore Daniel

K-511

NEU!

Eleonore Daniel

Hier lernen Sie, Ihre Stimme und Präsenz für eine Präsentation oder einen Vortrag zu stärken. Ich zeige Ihnen, wie Texte erschlossen werden und Sie Ihre Körpersprache und Stimme so aktivieren, dass Sie beim Vortrag überzeugen. Dabei bekommen Sie auch Tipps, wie Sie Ihre Stimme schonen und dennoch gut hörbar und verständlich sind. Dann steht einem gekonnten Auftritt nichts mehr im Wege! Für Menschen mit und ohne Vorkenntnisse, die Sicherheit und Freude beim Vortragen bekommen möchten. Besonders auch geeignet für Menschen in Sprechberufen. 1 Stunde Mittagspause.

Termin: Sonntag, 12.10.25, 10–17 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 69,00 €

Anmeldung: Hier



Harmonie und Selbstbestimmung mit Anja Schaller

Meditation für alle – 5 Vormittage, 5 Wege zur inneren Ruhe

P-033

NEU!

Viele von uns kennen das Gefühl, dass uns innere Blockaden daran hindern, wirklich zur Ruhe zu kommen und in die Stille zu finden. Ob es Unruhe, das Gedankenkarussell oder Zweifel sind – manchmal scheint der Zugang zu tiefer Entspannung und Klarheit wie blockiert. In diesem Kurs wollen wir der Meditation mehr Raum geben um sie für uns leichter zugänglich zu machen. Gemeinsam werden wir Wege entdecken, die eigenen Grenzen zu überwinden und uns auf die Reise begeben, die vielen positiven Effekte der Meditation zu entfalten. Egal, ob Sie neu in der Meditation sind oder schon Erfahrung haben – hier finden Sie Einblicke in verschiedene Meditationsmöglichkeiten, um auf diesem Weg zur inneren Ruhe zu kommen. ...mehr Infos auf unserer Homepage

Termin: Montag, 12.01.26 bis 09.02.26, 9–10.30 Uhr, 5 x

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 60,00 €

Anmeldung: Hier



Anmeldung: Hier



➤ Weitere Termine – jedoch am Abend:

Termin: 13.11., 11.12.25, 8.1., 5.2. sowie 19.2.26, je 19–20.30 Uhr (P-034)

... wenn die Seele wieder tanzt – positive Bewegungen zum Genießen

P-035

NEU!

Haben Sie manchmal das Bedürfnis nach einem Kurzurlaub für die Seele? Dann lassen Sie sich in eine wohlthuende Form des Stress-Lösens entführen. Entspannen Sie Ihren Körper und Ihren Geist mit einfachen, doch wirkungsvollen positiven Bewegungen. Erleben Sie, wie der Stress von Ihnen abfließt und sich ein Gefühl von Leichtigkeit und Lebendigkeit ganz natürlich einstellt. In diesem Kurs lernen Sie, wie positive Bewegungen ein Gegenspieler von Stress sind und diese tief auf unseren Organismus einwirken, wie sie unser emotionales Zentrum im Bauch erreichen und Stress und Anspannungen auflösen.

Termin: Dienstag, 09.12.25, 19–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: Hier



Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

➤ Weitere Termine:

Termin: Dienstag, 13.01.26, 19–20.30 Uhr (P-036)

Termin: Dienstag, 27.01.26, 19–20.30 Uhr (P-037)

Klar sehen – Deine Sehkraft auf natürliche Weise stärken

P-039

NEU!

Möchten Sie Ihre Sehkraft auf natürliche Weise verbessern? In diesem praxisorientierten Kurs lernen Sie alltagstaugliche Übungen und Achtsamkeitstechniken kennen, mit denen Sie Ihre Augen stärken können. Eine ausgewogene Mischung aus Theorie und Praxis vermittelt Ihnen Methoden zur

Augenentspannung, gezielte Übungen, Ernährungstipps und mentale Fokussierung. Sie wählen die für Sie passenden Ansätze und integrieren diese in Ihrem eigenen Tempo in den Alltag. Zusätzlich Arbeitsmaterial in Höhe von 20 € (wird am 1. Kurstag eingesammelt). Während der Kurslaufzeit werden Sie täglich über eine Telegram-Gruppe begleitet. Mehr Infos im Web.

Termin: Dienstag, 21.10.25 bis 25.11.25, 19–20.30 Uhr, 6 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 180,00 €

Anmeldung: Hier



Tabuthema Trauer und Tod

Tabus brechen, Wissen teilen, Trost finden – Angebote rund um Sterben, Tod und Trauer

Trauercafé

P-007

Ursula Rogal

Menschen in Trauer- und Verlustsituationen sind herzlich eingeladen.

Jeden 1. Sonntag im Monat werden wir in ganz ungezwungener Runde bei Kaffee und Kuchen zusammensitzen – für manche eine Gelegenheit andere Trauernde kennen zu lernen. Der Trauer Platz geben – ihr ein Gesicht geben – uns treffen – miteinander reden oder einfach nur zuhören und „dasein“ können. Es ist keine Anmeldung erforderlich, das Angebot ist kostenlos – einfach kommen. Über Ihr Kommen freut sich Ursula Rogal, geschulte Trauerbegleiterin.

Termin: Sonntag, 05.10.25 bis 01.02.26, 14–16 Uhr, 5 x

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: kostenlos

Anmeldung: Hier



Tabuthema Tod – begleitet uns ein Leben lang

P-008

NEU!

Anita Limmer

Dieser außergewöhnliche Workshop lädt sie herzlich dazu ein, sich mit dem „Tabuthema Tod“ einmal ausführlich auseinanderzusetzen. Seien Sie mutig und gehen Sie gezielt diese Konfrontation mit sich selbst ein. In diesem Workshop haben Sie die einmalige Gelegenheit, all Ihre Fragen und Unsicherheiten, was dieses Thema mit sich bringt, aufzudecken und Ihre Unsicherheiten darüber ein für alle Mal loszulassen. Der Tod begleitet uns ein Leben lang und immer wieder ertappen wir uns dabei, wie sich ein mulmiges, unbeschreibliches Gefühl in uns ausbreitet, sobald wir die Nachricht über den Tod eines Menschen in unserem Bekannten- oder Freundeskreis erfahren. Trauen Sie sich, diesen Workshop zu besuchen. Sie werden mit einem ganz anderen, neuen Gefühl und Wissen zu diesem Thema nach Hause gehen, das verspreche ich Ihnen.

Termin: Freitag, 28.11.25, 18–21 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 22,00 €

Anmeldung: Hier



Umsorgen und Begleiten am Lebensende

P-011

Hospizverein Neuburg-Schrobhausen, Helga Grunwald

Erste Hilfe ist ein bekannter und selbstverständlicher Teil der Hilfekultur unserer Gesellschaft. (Fast) jeder kennt ihre Grundprinzipien und hat schon einmal einen Kurs absolviert. In der Bevölkerung gibt es mittlerweile ein Basis-Wissen für die Lebensrettung im Notfall. Ein entsprechendes Basis-Wissen und Bewusstsein für die Begleitung am Lebensende, im Sterben und in der Trauer gibt es noch nicht. Wir werden älter. Die meisten Menschen möchten zuhause sterben – und nicht im Krankenhaus. Es braucht daher eine Verbreiterung des Allgemeinwissens für „Letzte Hilfe“ in der Bevölkerung. Letzte Hilfe Kurse vermitteln Basis-Wissen und Basis-Kompetenzen aus Hospiz- und Palliativarbeit für eine gute Sorge am Lebensende. Niemand soll nach dem Tod eines geliebten Menschen sagen müssen: Wenn ich nur das oder jenes gewusst hätte, hätte ich vieles anders gemacht ... Der Letzte Hilfe Kurs umfasst ca. 2 x 2 Stunden und ist offen für alle Bürgerinnen und Bürger. Der Kurs besteht aus 4 Modulen: Sterben ist ein Teil des Lebens / Vorsorgen und Entscheiden / Körperliche, psychische, soziale und existenzielle Nöte lindern / Abschied nehmen Letzte Hilfe Kurse sind ein Beitrag für eine sorgende Gesellschaft. Neben der Vermittlung von Faktenwissen über Sterben, Tod, Trauer und die Umsorge am Lebensende wird ein offener Austausch über diese Themen ermöglicht und angeregt.

Termin: Mittwoch, 09.10.25 und 16.10.25, je 18.30 bis 20.30 Uhr, 2 x

Ort: Caritashaus in Schrobhausen, Bartengasse 6

Gebühr: kostenlos – Spenden werden gerne entgegengenommen

Anmeldung: Hier



Erinnerung an mein geliebtes Haustier

P-012

Anita Arndt, Hospizverein Neuburg-Schrobhausen

Wir möchten gerne Raum zum Austausch über den Verlust von Ihrem geliebten Haustier geben. Oft begleiten sie uns eine lange Zeit in unserem Leben – sind immer für uns da – ohne Wenn und Aber. Sie sind ein Familienmitglied und wenn sie gestorben sind, vermissen wir unsere Haustiere. An diesem Abend können wir uns gemeinsam an unsere verstorbenen Haustiere erinnern. Hier darf erzählt und zugehört werden. Unser Abend findet einmalig statt.

Termin: Montag, 27.10.25, 18.30–21 Uhr

Ort: Eistüte Grasheim, Augsburg Str. 12, 86668 Karlishuld

Gebühr: kostenlos

Anmeldung: Hier



Pädagogik

„Train your Brain“ mit Helmut Lange – alle Kurse finden Online über edudip statt. Bitte betreten Sie den ZOOM-Raum 5 bis 10 Minuten vor Kursbeginn.



„Superhirn – Namen und Gesichter merken“

P-019

Viele Menschen können sich zwar sehr gut an Gesichter erinnern, aber der dazugehörige Name ist in den meisten Fällen nicht mehr präsent. Damit Ihnen in Zukunft auch der dazugehörige Name einfällt, gibt es einfache und wirksame Methoden sich Gesichter und Namen einzuprägen. Mit dieser Methode schaffte es auch der Gedächtnissportler Boris Konrad ins Guinness-Buch der Rekorde: 201 Gesichter und die dazugehörigen Namen in nur 15 Minuten. Der Gedächtnistrainer und Buchautor Helmut Lange zeigt Ihnen anhand von Beispielen wie Sie von dieser Methode profitieren können.



Anmeldung: Hier



Termin: Donnerstag, 02.10.25, 19–21.30 Uhr

Gebühr: 26,00 €



„Superhirn – Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner“

P-020

Sie lernen verblüffende Kopfrechentricks mit deren Hilfe Sie schneller im Kopf rechnen können als mit einem Taschenrechner. Mit ein bisschen Übung können Sie vielleicht auch schneller rechnen als Sie sprechen können. Die aus Indien stammenden Rechenmethoden (vedische Mathematik) sind in unserem Kulturkreis noch relativ unbekannt, machen total viel Spaß und erhöhen das generelle Interesse an Mathematik um ein Vielfaches. Der Buchautor und Andragoge Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Kopfrechentricks.

Anmeldung: Hier



Termin: Donnerstag, 09.10.25, 19–21.30 Uhr

Gebühr: 26,00 €



„Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt“

P-021

Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabeln lernen können? Und dabei noch Spaß haben? Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zigfache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Der Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge Helmut Lange hat zum Thema „Vokabel lernen“ mehrere Bücher geschrieben und zeigt Ihnen anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen – schon während des Webinars. Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Vokabel Lern-Tricks.

Anmeldung: Hier



Termin: Dienstag, 21.10.25, 19–21.30 Uhr

Gebühr: 26,00 €



„5 Wege zu einem perfekten Gedächtnis“ – Tages-Workshop

P-022

Unser Denken und Lernen sind zu einem großen Teil durch die Schulzeit geprägt. Wenn Sie als Lernender an Fort- und Weiterbildung teilnehmen, greifen Sie meist auf althergebrachtes Lernverhalten zurück und wundern sich, dass kaum etwas hängen bleibt. Dabei kann Lernen so einfach sein, wenn Sie nur ein paar Merktechniken anwenden. Wenn Sie also in Zukunft Zahlen, Daten, Fakten, Vokabeln, Namen und Gesichter schnell und sicher behalten möchten, dann lassen Sie sich von einem kreativen und einflussreichen Gedächtnistrainer inspirieren. Denn Ihr Gehirn kann viel mehr als Sie denken. Sie bekommen faszinierende Gedächtnistechniken von dem professionellen Andragogen Helmut Lange vermittelt. Schon während des Seminars kann Ihre Merkfähigkeit um 300% gesteigert werden. Danach werden Sie nicht mehr lernen, weil Sie müssen, sondern Sie werden lernen, weil Sie wollen! Just for fun! Der Onlinekurs spricht jeden an – ob Schüler, Studenten, Berufstätige oder Senioren – probieren Sie es gerne aus!

Anmeldung: Hier



Termin: Samstag, 25.10.25, 9–16.30 Uhr

Gebühr: 65,00 €



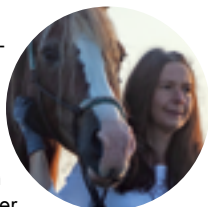
Was uns Pferde lehren ...

Heldenreise mit Pferden

G-205

Angela Brückl

Die Heldenreise ist ein universelles Gesetz des Lebens. In jeder guten Geschichte sind die Schritte der Heldenreise zu finden. In dieser Reise geht es um Beziehungen, ob privat oder geschäftlich, wichtig ist das es fließt. Wer die Heldenreise verstanden hat, weiß, dass alles seinen Sinn hat und somit kann man die nächsten Schritte gehen. In diesem Workshop bekommst Du die Erfahrung, was oft zum Gelernten abgeht. Pferde tragen einen großen Teil dazu bei, dass Du deine Erkenntnisse umsetzen kannst, was wir vorher



erarbeitet haben. Die Heldenreise in Verbindung mit Pferden bringt uns zu vielen Erkenntnissen, die unser Leben verständlicher machen. Es sind die Pferde, die aus einem Konzept einen offenen Prozess machen, wo jeder seinen Schatz findet. Du wirst die 11 Schritte der Heldenreise mit Pferd kennenlernen und dir wird klar werden, warum Du an einem gewissen Punkt in deinem Leben stehst. Mehr über meine Arbeit findest Du unter www.dreamofspirit.de. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Dieser Kurs beinhaltet kein Reiten. Für Verpflegung ist gesorgt.

Termin: Sonntag, 12.10.25, 9.30–17 Uhr

Ort: Hof der Kursleiterin, Weichselbaum 2, 85302 Gerolsbach

Gebühr: 99,00 €

► **Weitere Termine:**

Termin: Samstag, 11.10.25, 9.30–17 Uhr (G-206)

Anmeldung: Hier



Anmeldung: Hier

Was uns die Füße zeigen

Zehnanalyse – der Blick in die Seele

Silvia Veitinger

Falls du dich auch schon mal gefragt hast, warum manche Zehen schief oder verbogen sind oder sich gar verstecken? In diesem Vortrag erkläre ich, was es bedeutet, aus den Zehen zu lesen. Die Sprache der Zehen ist eine fast verloren gegangene Kunst.

Ich sehe an den Zehen was für Talente, Stärken oder Charaktereigenschaften der Mensch besitzt. Welche Blockaden hinter einem Hallux, Hühnerauge oder verdicktem Nagel stecken. Für Fragen stehe ich danach auch gerne zu Verfügung. Frau Veitinger ist Krankenschwester, Fußpflegerin und Zehnanalytikerin.

Termin: Mittwoch, 14.01.26, 18–19.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 15,00 €



Anmeldung: Hier



G-010

Hilfe für Erwachsene mit ADHS

Ruth Holleder

Dieser Kurs richtet sich an Betroffene, die ihre Symptome besser verstehen und bewältigen möchten.

In diesem Kurs werden praktische Strategien vermittelt, um Aufmerksamkeit, Organisation und Impulsivität im Alltag zu verbessern. Gemeinsam erarbeiten die Teilnehmenden individuelle Lösungsansätze, um mehr Lebensqualität und Selbstvertrauen zu gewinnen. Ein wertvoller Schritt auf dem Weg zu einem selbstbestimmten Leben mit ADHS.

Termin: Mittwoch, 14.01.26 bis 18.02.26, 18–19.30 Uhr, 6 x

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 150,00 €



Anmeldung: Hier



P-050

NEU!

Zeit für Loslassen – dein Coachingabend

Britta Kammerer, Sabrina Dreblow

An diesem Abend hast Du die Möglichkeit an verschiedenen Stationen mehr über Dich herauszufinden, Lösungen zu entwickeln und neue Impulse mit nach Hause zu nehmen. Im Fokus wollen wir uns gegen Ende des Jahres konkret mit dem Thema „Loslassen“ beschäftigen. Dabei unterstützen Dich zwei ausgebildete systemische Coaches sowie Deine Fähigkeit Dich selbst zu reflektieren und weiterzuentwickeln.

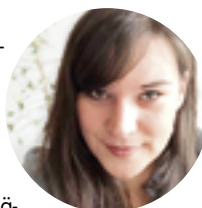
Ganz unter dem Motto „nichts muss – alles kann“, entscheidest Du ganz individuell, wie tief Du in die jeweiligen Einheiten eintauchen möchtest und was Du von Dir preisgibst.

Wenn Du Dich auf den Abend vorbereiten möchtest, darfst Du Dir Gedanken zu folgender Fragestellung machen und diese gerne mitbringen: Wie war mein Jahr bisher, wenn ich jetzt in den Rückspiegel schaue?

Termin: Donnerstag, 13.11.25, 18–21.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 49,00 €



Anmeldung: Hier



P-060

NEU!

Damit Sie und wir Planungssicherheit haben, ob unsere Kurse zustande kommen, sind frühzeitige Anmeldungen sehr wichtig. Wenn Sie sich unsicher sind, helfen wir Ihnen gerne weiter. Rufen Sie uns an unter 08252/89400 oder mailen Sie uns Ihre Fragen und Anliegen.



Heile die Frau in Dir – Workshop – Komm in Deine weibliche Kraft und Stärke!

P-071

NEU!

Carola Moser

In die eigene Macht und Kraft der Weiblichkeit zu gehen, bedarf Mut. Oft unterdrücken Frauen ihr großes Potential und leben ihre wahre Größe nicht. In diesem Workshop verbinden wir uns mit den femininen und den maskulinen Aspekten in uns. Das weibliche Element, jener Teil, der mit der Kreativität, Zärtlichkeit, Sanftheit, Musik, Kunst... zu tun hat, und der männliche Teil, der mit dem Handeln, der Tatkraft, Logik, Schutz ... in Verbindung gebracht wird. Beides ist nötig, um im Gleichgewicht zu sein. Um wieder in Kontakt mit unserer Urkraft zu kommen und sie zu spüren und zu leben, können wir uns durch Vergebungsarbeit und Wahrnehmungsübungen von alten traumatischen Schmerzen aus der Vergangenheit lösen. Dadurch können wir uns wieder vollständig im Schoßraum verankern und diese bedeutsame Verbindung wiederherstellen. Ich freue mich darauf, mit Ihnen diese untergegangene weibliche Kraft wieder ins Leben zu erwecken. Und uns „rundum“ wohl in uns zu fühlen.

Termin: Samstag, 15.11.25, 10–13 Uhr**Ort:** vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock**Gebühr:** 44,00 €**Anmeldung:** Hier

Juristischer Rat und Finanzen von A-Z

Im Bedarfsfall rechtlich sicher vertreten, als gesetzlicher Betreuer im Ehrenamt

R-170

Grundlagen Kenntnisse, als rechtlicher Betreuer oder Bevollmächtigter.**Caritasverband, Daniela Appel, Christian Kutz**

Die rechtliche Betreuung als Ehrenamt auszuüben oder eine Vorsorgevollmacht umzusetzen, ist für Menschen geeignet, die gerne einer Aufgabe nachgehen wollen, welche organisatorisches Geschick erfordert, selbstbestimmt und flexibel ist. Weitere Infos, siehe web. Abschlussabend: 03.12.25

Termin: Mittwoch, 01.10.25 bis 26.11.25, 18.30–20.30 Uhr, 8 x**Ort:** Caritashaus in Schrobhausen, Bartengasse 6**Gebühr:** kostenlos**Anmeldung:** Hier

Kryptowährungen – Bitcoins und seine Alternativen

R-190

NEU!

Hartmut Nehme

Einige Visionäre sehen in Kryptowährungen (digitalem Geld) bereits die nächste Generation unserer heutigen Zahlungsmittel, welche unabhängig von politischen Interessen einzelner Staaten sowie von marktbeherrschenden Großbanken existieren. Für die anderen bleiben Kryptowährungen weiterhin Spielgeld von Technik Freaks oder Zahlungsmittel für verbotene Waren im Internet. Wertzuwächse von mehreren Hundert Prozent in wenigen Monaten haben Bitcoins und seine Alternativen auch einem breiteren Publikum bekannt gemacht. Wir zeigen Ihnen, wie Kryptowährungen funktionieren und an welchen Stellen sie bereits heute Einzug in unseren Alltag gefunden haben. Folgende Punkte werden im Workshop besprochen: Einführung in Kryptowährungen / Was versteht man unter Mining? / Notwendige technische Ausrüstung / Vor- und Nachteile von Kryptowährungen gegenüber etablierten Währungen / Gefahren bei Kryptowährungen / Das Phänomen Bitcoin / Alternativen zu Bitcoins / Kryptowährungen als Zahlungsmittel im Alltag / Kryptowährungen zur Spekulation und Geldanlage.

Termin: Montag, 23.02.26, 18.30–21 Uhr**Ort:** Online-Kurs über Zoom**Gebühr:** 16,00 €**Anmeldung:** Hier



Aidelsburger

Meisterbetrieb G. Neumair GmbH

- ◆ Specksteinöfen
- ◆ Kaminöfen
- ◆ Herde
- ◆ Pelletöfen
- ◆ Kachelöfen



Innovationszentrum

Münchener Straße 12 ◆ 86529 Schrobhausen direkt neben der B300

Tel. 0 82 52 - 8 24 88 ◆ Fax 0 82 52 - 8 82 88 95 große Ausstellung

E-Mail: specksteinofen@t-online.de

www.aidelsburger-specksteinofen.de

JETZT NEU:

Wir sind PETROMAX - Gold-Fachhändler!
Bei uns ist das komplette
PETROMAX-Sortiment erhältlich!




Steuererklärung



Einkommensteuererklärung verständlich gemacht in einer entspannten und unterhaltsamen Online-Video-Konferenz

R-090

Volker Riechert

Sie möchten Ihren Steuerbescheid endlich verstehen und/oder Ihre Einkommensteuererklärung selbst fertigen? Kein Problem! In diesem Kurs werden Sie auf alle Herausforderungen vorbereitet, denen Sie sich stellen wollen. Es wird Ihnen – sowohl theoretisch als auch praxisnah – anhand der Formulare vermittelt, was bei der Fertigung einer Einkommensteuererklärung wichtig und notwendig ist. Der Dozent stellt sich Ihren Fragen und Sie erfahren, wie mit Sonderausgaben, außergewöhnlichen Belastungen, Kinderfreibeträgen, Arbeitnehmer-Einkünften, Einkünften aus Kapitalvermögen, aus Vermietung und Verpachtung, selbstständigen Nebeneinkünften, Rentenbezügen und Einkünften aus dem Betrieb einer Photovoltaikanlage zu verfahren ist. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Der Kurs ist sowohl für absolute Anfänger als auch für „steuerlich Fortgeschrittene“ geeignet. Fragen zur Übermittlung Ihrer Steuererklärung per ELSTER können auch am Rande erläutert werden. Inwieweit die Kursgebühren steuerlich absetzbar sind, wird im Kurs besprochen. 2 x 15 Minuten Pause

Termin: Freitag, 17.10.25, 15.30–20.30 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: Online – bei Ihnen zu Hause

Gebühr: 79,00 €



Einkommenssteuer speziell für Ruheständler

R-091

NEU!

Volker Riechert

In diesem Kurs werden Sie mit den Besonderheiten der Einkommensteuererklärung im Alter vertraut gemacht. Wer ist abgabepflichtig? In welche Formulare trage ich meine Renten/Pension ein? Muss ich dies überhaupt? Für welche Einkünfte erhalte ich einen Altersentlastungsbetrag? Wie hoch ist meine zumutbare Belastung bei Krankheitskosten und Pflegekosten? Was ist der Rentenanpassungsbetrag und zu welchen besteuerten Einkünften führt meine Bruttorente? Wie kann ich mit „Mein ELSTER“ innerhalb kürzester Zeit überprüfen, ob meine Alterseinkünfte eine Einkommenssteuerschuld auslösen? Der Dozent geht auf individuelle Fragestellungen mit angemessener Geschwindigkeit und Witz ein und wird Ihnen vermitteln, dass eine Steuererklärung auch Freude bereiten kann, vor allem dann, wenn man sich selbst auskennt. Es wird eine 15-minütige Pause geben.

Termin: Montag, 12.01.26, 14–18 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 79,00 €



Bauen und Wohnen

Vom Traum zum Haus – Ein ganzheitliches Konzept für die Planung und Durchführung im Neubau und Umbau

R-160

Simone Buchner

Der Neubau/Umbau des eigenen Hauses ist oft eine Entscheidung für den Rest des Lebens. Es gibt unglaublich viele Faktoren, die zu berücksichtigen sind, um einen individuellen Neubau/Umbau zu gestalten. Nichts ist wichtiger als eine detaillierte Planung, mit der man am Ende auch noch Kosten spart. Das Hauptanliegen dieses Kurses ist es, Wege und Lösungen für ein professionelles Konzept aufzuzeigen von der Basis persönlicher Wünsche und Bedürfnisse bis hin zu zeitgemäßen bautechnischen Lösungen im Neubau und Umbau.

Themen PLANUNG: Grundstück und Bebauung + Raumkonzept für einen Neubau und Umbau + Gestaltung der Gebäude im Zusammenspiel mit Außenanlagen + Energetische Planungsgrundlagen

Themen DURCHFÜHRUNG: Baukonstruktion z. B. Massivhaus, Holzhaus, Fassadensanierung + Bauteile z. B. Dach, Fenster etc. + Haustechnik z. B. Heizung, Lüftung etc. + Bauablauf + Baukosten + Finanzierung/Fördermöglichkeiten + Planung durch Architekten, Bauträger oder Fachplaner.

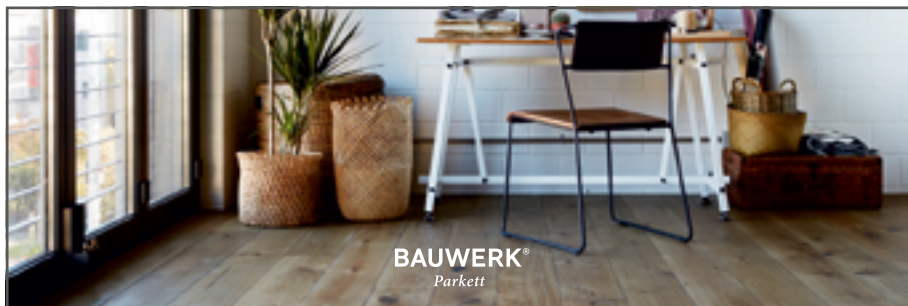
Mittagspause: 12–12.45 Uhr, Kaffeepause: 15–15.15 Uhr

Termin: Samstag, 13.12.25, 9.30–18 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 54,00 € (incl. 5 € Materialkosten für Kursunterlagen)



RUMINY
RAUM & IDEE

Bartengasse 2-4
86529 Schrobenehausen
Tel. 08252-8 38 80
www.ruminy.de

Wir sind laufend auf der Suche nach qualifizierten Dozentinnen und Dozenten

Wenn Sie über besondere Qualifikationen in Ihrem Fachgebiet verfügen – gerne eigenes Wissen und Fähigkeiten an andere weitergeben – Freude im Umgang mit Erwachsenen oder jungen Menschen haben – bereit sind, sich mit zeitgemäßen Unterrichtsformen und -methoden vertraut zu machen – dann melden Sie sich bitte bei uns, 082 52/89400 oder schreiben Sie eine Info an vhs@vhs-sob.de.

Gerne unterstützen wir Sie auch bei Ihrer Weiterbildung und sind Ihnen bei Ihrem Einstieg bei uns behilflich.

Miete und Kündigung – Neues in 2025

R-010

Claudia Müller-Sedlaczek

Sowohl Mieter als auch Vermieter müssen sich aktuell mit den Auswirkungen von Preissteigerungen im Allgemeinen und der großen Nachfrage nach Wohnraum in Zeiten der Wohnungsknappheit auseinandersetzen. In dem neuen Seminar, mit Fachanwältin für Miet- und Wohnungseigentumsrecht Claudia Müller-Sedlaczek aus Schrobenehausen, liegen die Schwerpunkte bei sinnvollen Regelungen im Mietvertrag zur Miete und deren Erhöhungsmöglichkeiten, sowie Tipps im Umgang mit dem Ausspruch und Erhalt von Kündigungen im Mietverhältnis unter besonderer Berücksichtigung der aktuellen Entwicklungen. Behandelt werden unter anderem die Kündigungsmöglichkeiten bei Mietrückständen, die Eigenbedarfskündigung sowie die verschiedenen Arten der Mieterhöhung. Auch die jahrelang kaum wahrgenommene Indexmiete ist aufgrund der hohen Inflationsrate der letzten Jahre in den Blickwinkel der Mietvertragsparteien geraten. Sie wird ebenfalls Gegenstand des Vortrags sein, genauso wie Beispielsfälle zur ordentlichen und fristlosen Kündigung des Mietvertrages.

Termin: Montag, 20.10.25, 18.30–20 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: Hier



Plötzlich Wohnungseigentümer! –

Rechte und Pflichten innerhalb der Eigentümergemeinschaft

R-011

Claudia Müller-Sedlaczek

Das Seminar mit Rechtsanwältin und Fachanwältin für Miet- und Wohnungseigentumsrecht Claudia Müller-Sedlaczek richtet sich gleichermaßen an alle, die bereits länger Mitglied einer Wohnungseigentümergemeinschaft sind, wie an diejenigen, die erst seit Kurzem – z.B. durch einen Wohnungserwerb oder eine Erbschaft – in diese Rolle hineinwachsen müssen. Es geht hierbei unter anderem um folgende Fragen: Wie ist der Ablauf einer Eigentümerversammlung? Welche Aufgaben hat der Hausverwalter? Was muss ich beachten, wenn ich als Eigentümer mit Beschlüssen der WEG nicht einverstanden bin? ...mehr Infos auf unserer Homepage.

Es sind natürlich auch alle, die beruflich im Immobilienbereich tätig sind – z.B. in Maklerbüros, Hausverwaltungen oder beim Bauträger – herzlich eingeladen, sich zum Seminar anzumelden.

Termin: Montag, 17.11.25, 18.30–20 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: Hier



Foto: Saum & Viebahn

**Der Fachmann für
Ihre Wohn(t)räume**



Werner Kraus

Raumausstattermeister

Pöttmeser Straße 63

Schrobenehausen-Steingriff

www.raumausstattung-kraus.info

Telefon 082 52 / 22 06



JOKA®

FACHBERATER



Deutsch als Fremdsprache

Deutschkenntnisse sind der Schlüssel für ein erfolgreiches Leben in Deutschland: Alltag meistern, Schulabschlüsse erreichen, beruflich durchstarten – all das ist nur mit sicherer Sprache möglich. Die vhs Schrobenehausen unterstützt Sie dabei!

Unsere Integrationskurse werden vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) finanziell gefördert. Wir führen folgende Integrationskurse in verschiedenen Niveaustufen durch:

- Alphabetisierungskurse: Für Teilnehmende, die noch keine oder nur geringe Kenntnisse der lateinischen Schrift haben.
- Zweitschriftlernerkurse: Für Personen, die bereits eine andere Schrift beherrschen und Deutsch in lateinischer Schrift lernen möchten.
- Allgemeiner Integrationskurs: Der Standardkurs für Teilnehmende mit grundlegenden Kenntnissen der lateinischen Schrift.
- Orientierungskurs: Vermittelt Wissen über die Rechtsordnung, Kultur und Geschichte Deutschlands.

Wer kann teilnehmen?

Sie haben eine Berechtigung oder Verpflichtung für den Integrationskurs von der Ausländerbehörde, dem BAMF oder dem Jobcenter? Dann sind Sie bei uns richtig! Vor Kursbeginn machen Sie einen Einstufungstest, um das passende Kursniveau zu finden.

Beratung und Anmeldung

Wir beraten Sie gerne:

- Telefon: 082 52/ 89 40-12
- E-Mail: Maria.Hoermann@vhs-sob.de
- Sprechzeiten: Dienstag und Mittwoch, 09:00–12:00 Uhr



Sichern Sie sich Ihren Platz und starten Sie durch – wir freuen uns auf Sie!

Deutsch-Prüfungen an der vhs Schrobenehausen

Bei uns können Sie die folgenden Prüfungen absolvieren, um Ihre Deutschkenntnisse offiziell nachzuweisen:

• Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ, Niveau A2-B1):

Diese Prüfung ist Teil des Integrationskurses und weist Sprachkenntnisse auf dem Niveau A2 oder B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) nach.

Voraussetzung für die Teilnahme:

- Mindestalter 16 Jahre
- Kenntnisse der lateinischen Schrift
- Teilnahmeberechtigung oder Verpflichtung für einen Integrationskurs oder vorherige Teilnahme an mindestens einem Kursabschnitt (auch auf eigene Kosten).

• Einbürgerungstest oder Test „Leben in Deutschland“

Dieser Test ist Voraussetzung für die Einbürgerung und prüft Ihr Wissen zu Rechtsordnung, Kultur und Geschichte Deutschlands.

Kosten: 25 Euro, für Teilnehmer am Orientierungskurs (Integrationskurs) ist der Test „Leben in Deutschland“ kostenfrei.

Beratung und Anmeldung

Wir beraten Sie gerne:

- Telefon: 082 52/ 89 40-12
- E-Mail: Maria.Hoermann@vhs-sob.de
- Sprechzeiten: Dienstag und Mittwoch, 09:00–12:00 Uhr



Zertifikatsübergabe am 25. Juni 2025: Erfolgreicher Abschluss von B1 und Mieterqualifizierung.

Deutsch als Fremdsprache – mit fortgeschrittenen Sprachkenntnissen (B2)

S-910

NEU!

Christine Mose

Um an einem B2-Kurs teilzunehmen, sollten die Lernenden bereits ein solides B1-Niveau erreicht haben. Dies bedeutet, dass sie in der Lage sind, einfache zusammenhängende Texte über vertraute Themen zu verstehen und sich in Alltagssituationen relativ mühelos zu verständigen. Ein B2-Kurs nach dem GER ist ideal für diejenigen, die ihre Sprachkompetenz auf ein fortgeschrittenes Niveau bringen möchten, sei es aus persönlichen, beruflichen oder akademischen Gründen. Achtung: Der Kurs findet am Montag und Mittwoch statt.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien, Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben**Termin:** Montag, 22.09.25 bis 03.12.25, 18–19.30 Uhr, 20 x**Ort:** Gymnasium, Zimmer 357**Gebühr:** 194,00 €**Anmeldung:** Hier

Deutsch als Fremdsprache – mit fortgeschrittenen Sprachkenntnissen (B2)

S-915

NEU!

Dr. Sabine Franke

Um an einem B2-Kurs teilzunehmen, sollten die Lernenden bereits ein solides B1-Niveau erreicht haben. Dies bedeutet, dass sie in der Lage sind, einfache zusammenhängende Texte über vertraute Themen zu verstehen und sich in Alltagssituationen relativ mühelos zu verständigen. Ein B2-Kurs nach dem GER ist ideal für diejenigen, die ihre Sprachkompetenz auf ein fortgeschrittenes Niveau bringen möchten, sei es aus persönlichen, beruflichen oder akademischen Gründen. Der Kurs findet am Mittwoch und Freitag, jeweils vormittags statt. Achtung – Kein Kurs am 24.10.25 (Fest der Kulturen), ausnahmsweise in der Woche am Montag, 20.10.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien, Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben**Termin:** Mittwoch, 15.10.25 bis 19.12.25, 8.30–10 Uhr, 20 x**Ort:** vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock**Gebühr:** 194,00 €**Anmeldung:** Hier

Deutsch als Fremdsprache – mit fortgeschrittenen Sprachkenntnissen (B2)

S-940

Natalya Erling

Um an einem B2-Kurs teilzunehmen, sollten die Lernenden bereits ein solides B1-Niveau erreicht haben. Dies bedeutet, dass sie in der Lage sind, einfache zusammenhängende Texte über vertraute Themen zu verstehen und sich in Alltagssituationen relativ mühelos zu verständigen. Ein B2-Kurs nach dem GER ist ideal für diejenigen, die ihre Sprachkompetenz auf ein fortgeschrittenes Niveau bringen möchten, sei es aus persönlichen, beruflichen oder akademischen Gründen. Kopierkosten sind im Kurs zu bezahlen. Achtung: Der Kurs findet Dienstag und Donnerstag statt!

Bitte mitbringen: Das Lehrbuch wird in der ersten Stunde bekanntgegeben.**Termin:** Dienstag, 07.10.25 bis 18.12.25, 18–19.30 Uhr, 20 x**Ort:** Eikam-Haus Schulungsraum, Lenbachstr. 32**Gebühr:** 194,00 €**Anmeldung:** Hier

Einen ausführlichen XS-Test zur Selbsteinstufung bei Sprachen (außer Deutsch) finden Sie auch im Internet unter www.vhseinstufungstest.de oder Sie nutzen die auf unserer Homepage genannten Websites für Ihre Einstufung. Ebenso finden Sie auf unserer Homepage auch die genauen Erläuterungen zu den Kompetenzniveaus.

Wir kalkulieren unsere Sprachkurse so, dass diese für alle noch erschwinglich bleiben und dass auch unsere Kursleitenden für ihre sehr gute Arbeit gerecht vergütet werden.

Preisgestaltung bei unseren Sprachkursen

Wir wollen Kurse ermöglichen und nicht absagen und dabei unsere Dozenten auch entsprechend honorieren. Unsere Sprachkurse sind für fünf und mehr Teilnehmer kalkuliert. Wenn die Teilnehmerzahl nicht erreicht wird, bieten wir Ihnen die Möglichkeit, in einer Kleingruppe mit gestaffelten Preisen zu lernen. Nutzen Sie dieses Angebot, denn die erhöhte Kursgebühr macht sich durch intensiveren Unterricht bezahlt!

Für eine Doppelstunde (90 Min.) und in Summe für den Kurs (10x) bezahlen sie jeweils:
 ab 5 Personen 97 € (für 90 Minuten also 9,70 €)
 bei 4 Personen 110 € (für 90 Minuten also 11,00 €)
 bei 3 Personen 142 € (für 90 Minuten also 14,20 €)



Hinweis: Ein Zustieg zu den Sprachkursen ist meistens möglich. Rufen Sie uns einfach an, wir beraten Sie gerne und helfen weiter.



Englisch

Englisch (A1)

E-001

NEU!

Israa Zedan

Dieser Kurs vermittelt erste Grundlagen der englischen Sprache. Sie lernen einfache Wörter, Redewendungen und Grammatik für Alltag und Reisen. Ziel ist es, kurze Gespräche zu verstehen und einfache Sätze selbst zu bilden. Keine Vorkenntnisse nötig.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Great! A1 Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-501480-0 und Schreibmaterial

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 03.12.25, 9–10.30 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 97,00 €



Englisch (A2)

E-002

NEU!

Israa Zedan

Dieser Kurs richtet sich an Lernende mit Grundkenntnissen (Niveau A1). Sie erweitern Ihren Wortschatz, festigen die Grammatik und üben, sich in vertrauten Situationen besser auszudrücken – z. B. beim Reisen, Einkaufen oder über Alltagsthemen. Ziel ist es, sich auf einfache Weise zu verständigen und kurze Gespräche führen zu können.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Great! A2 Klett-Verlag, ISBN

978-3-12-501482-4 und Schreibmaterial

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 04.12.25, 18–19.30 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 97,00 €



Englisch ab Lektion 5 – geringe Vorkenntnisse oder Wiedereinsteiger (A1)

E-005

Annika Michelle Echter

Dieser Kurs ist die Fortsetzung aus dem Frühjahrssemester 2025 unter neuer Kursleitung und gedacht für Anfänger mit Grundkenntnissen oder alle, die seit der Schulzeit das Meiste vergessen haben.

Dabei sollen Freude am Lernen und Spaß nicht zu kurz kommen. Wir lernen ohne Druck und Stress, das Tempo passen wir flexibel dem Lernfortschritt an.

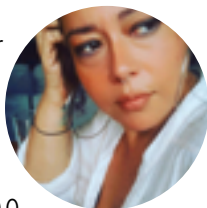
Bitte mitbringen: Lehrbuch: Great! A1 Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-501480-0 und Schreibmaterial

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 04.12.25, 18–19.30 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: Gymnasium, Zimmer 352

Gebühr: 97,00 €



Let's Talk and have Fun – The New Chat Club (A1) Für alle mit Grundkenntnissen in Englisch

E-025

Annika Michelle Echter

Willkommen zu unserem Englischkurs „Let's Talk!“. Dieser Kurs wurde speziell entwickelt, um Deine Englischkenntnisse auf unterhaltsame und kreative Weise zu verbessern. Egal, ob Du Deine Sprachfähigkeiten auffrischen oder einfach nur flüssiger sprechen möchtest – hier bist Du genau richtig!

Was erwartet Dich? In spannenden Diskussionsrunden und kreativen Gesprächsübungen verbeserst Du Deine Sprechfertigkeit. Wir reden über interessante Themen wie Kultur, aktuelle Ereignisse, Reisen und vieles mehr. Lerne Englisch in einer lebendigen und motivierenden Atmosphäre. Let's go and have fun! Starte Deine Reise zu fließendem Englischsprechen. Now!

Termin: Dienstag, 23.09.25 bis 02.12.25, 18–19.30 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: Gymnasium, Zimmer 352

Gebühr: 97,00 €



Let's Talk and have Fun – The New Chat Club Für alle mit fortgeschrittenen Grundkenntnissen in Englisch

E-024

Annika Michelle Echter

Möchtest Du Deine Englischkenntnisse in einer lockeren und kreativen Umgebung verbessern? Dann bist Du in unserem Kurs „Let's Talk!“ genau richtig!

Das erwartet Dich: In spannenden Diskussionsrunden und kreativen Gesprächsübungen arbeiten wir daran, Deine Sprechfertigkeit zu stärken. Gemeinsam sprechen wir über interessante Themen wie Kultur, aktuelle Ereignisse, Reisen und vieles mehr. Egal, ob Du Deine Kenntnisse auffrischen oder einfach sicherer und flüssiger Englisch sprechen möchtest – dieser Kurs bietet Dir die ideale Gelegenheit!

Termin: Montag, 22.09.25 bis 01.12.25, 18–19.30 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: Gymnasium, Zimmer 352

Gebühr: 97,00 €





Book Club – Join Our Book Club: Read, Share, Connect!

E-026

Annika Michelle Echter

Do you love books and great conversations? Our Book Club is the perfect place to explore exciting stories, share your thoughts, and meet fellow book lovers!

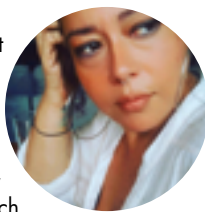
What's in Store: A New Book Every Month: From bestselling fiction to inspiring non-fiction, there's always something great to read.

Fun Discussions: Share your ideas, hear different opinions, and enjoy great talks. A Friendly Community: Meet people who love reading as much as you do.

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 04.12.25, 16.30–18 Uhr, 10 x

Ort: Gymnasium, Zimmer 352

Gebühr: 97,00 €



Anmeldung: Hier



Englisch Mittelstufe – grundlegende Vorkenntnisse (A2)

E-035

Ulrike Hlavatsch, M.A.

Wir verfeinern die Grammatikkompetenz in einem moderaten Tempo. Das freie Sprechen nimmt dabei einen immer größer werdenden Raum ein. Darüber hinaus beschäftigen wir uns auch mit Literatur, die dem Sprachniveau angepasst ist. Quereinsteiger bitte vorab unter HermineGranger007@gmail.com mit der Dozentin Kontakt aufnehmen.

Bitte mitbringen: Lehr- und Arbeitsbuch: Fairway new A2, Band 2 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-501612-5) ab Lektion 12 und Schreibmaterial ggf. Vokabelheft

Termin: Montag, 29.09.25 bis 08.12.25, 19.30–21 Uhr, 10 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 97,00 €



Anmeldung: Hier



Englisch ab Lektion 9 – grundlegende Vorkenntnisse (A2)

E-090

Annika Michelle Echter

Ein Kurs für Teilnehmende mit grundlegenden Vorkenntnissen, die weiterlernen möchten und für alle, die Ihre eingestaubten Kenntnisse wieder auffrischen wollen. Welcome to this course!

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Fairway new A2, Lehr- und Arbeitsbuch Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-501612-5 und Schreibmaterial

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 03.12.25, 17–18.30 Uhr, 10 x

Ort: Gymnasium, Zimmer 352

Gebühr: 97,00 €

Anmeldung: Hier



Englisch – Let's talk – fortgeschrittene Vorkenntnisse (B1)

E-220

Annika Michelle Echter

We reached level B1 and want to deepen our knowledge by conversations, discussions and exchange of opinions regarding various topics. We decide the topics ourselves and get input by numerous sources such as short films, podcasts or newspaper articles. We won't use a textbook but the course instructor will moderate and correct regarding grammar, vocabulary and pronunciation where necessary. Are you up for it? Kein Kurs am 24.10.25!

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Termin: Freitag, 10.10.25 bis 09.01.26, 18–19.30 Uhr, 10 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 97,00 €

Anmeldung: Hier



Englisch Refresher ab Lektion 4b – selbstständige Vorkenntnisse (B1)

E-450

Scott Dougherty

Dieser Kurs richtet sich an fortgeschrittene Anfänger bis zur mittleren Sprachstufe und konzentriert sich darauf, die Sprachgewandtheit und das Selbstvertrauen in einer freundlichen Atmosphäre zu verbessern.

Geführt von einem muttersprachlichen Dozenten, sind die wöchentlichen Kurstreffen so gestaltet, dass sie Gespräche zu verschiedenen Themen fördern und Ihnen helfen, Ihre Kommunikationsfähigkeiten zu verbessern. Wir werden einige knifflige Grammatikregeln auffrischen und gemeinsam viele neue Wörter entdecken, aber der Schwerpunkt des Kurses liegt darin, dass Sie sich im Umgang mit der englischen Sprache wohler fühlen.

Es gibt kein Lehrbuch, stattdessen nutzen wir Online-Ressourcen, Artikel und kulturelle Bezugspunkte als Ausgangspunkt für unsere Diskussionen. Die Kosten für Kopien in Höhe von 5,00 € werden im Kurs eingesammelt.

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 03.12.25, 18–19.30 Uhr, 10 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 97,00 €

Anmeldung: Hier



Wir sorgen für Ihr Recht – seit über 50 Jahren!

Beim Bauen, im Immobilien- und Medizinbereich,
in Ehe- und Strafsachen
sowie bei Internationalem Bezug



**NETZWERK
BAUANWÄLTE**
Baurechtskompetenz.
Bundesweit.



prof englert + partner
RECHTSANWÄLTE



BKM
Bau Kompetenz München e.U.

Prof. Dr. Klaus Englert, Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht,
Mediator*

Dr. Helmut A. Eikam

Dr. Florian Englert, FA für Bau- und Architektenrecht
und FA für Strafrecht*

Dipl.-Jur. (univ.) Christine Englert, FA für Bau- und Architektenrecht
und FA Familienrecht*

Dr. Stephanie Englert-Dougherty, LL.M. (Phil.), FA für Bau- und
Architektenrecht und FA für Internationales Wirtschaftsrecht;
Attorney-at-Law (NewYork/USA)*

Kilian Seitle, LL.M. (Baurecht/Uni Marburg);

Sascha Petzold, FA für Strafrecht (Off Counsel)

Hans-Jörg Weber, FA für Medizinrecht und
FA für Strafrecht (Off Counsel)

Kanzlei: Lenbachstr. 40, 86529 Schrobenhausen.
Zweigbüro: Nymphenburger Straße 20, 80335 München
Telefon: 0 82 52 – 4 07 22-20 (Zentrale).

Mail: info@englert.legal www.englert.legal

prof englert + partner Rechtsanwälte PartGmbH
PR 81 AG Ingolstadt * Partner

In Kooperation mit **Albrecht Steuerberatungs-GmbH**
Rinderhoferbreite 11, 86529 Schrobenhausen



English Morning Conversation (B2/C1)

E-475

Scott Dougherty

In diesem Kurs können Sie zusammen mit unserem muttersprachlichen Dozenten Scott Dougherty Ihre Sprachgewandtheit und Ihr Hörverstehen verbessern. Die Themen werden gemeinsam ausgewählt. Wir arbeiten mit Unterlagen des Kursleiters. Die Kosten für Kopien in Höhe von 5,00 € werden im Kurs eingesammelt.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial**Termin:** Donnerstag, 25.09.25 bis 04.12.25, 9–10.30 Uhr, 10 x**Ort:** vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock**Gebühr:** 97,00 €**Anmeldung:** Hier

Französisch

Französisch ab Lektion 5b – mit grundlegendem Wissen (A2) Präsenz/Hybrid

S-190

Ludwig-Paul Forchhammer

On parle français? Ben oui, et on s'amuse! Sie wollen Französisch lernen? In diesem Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen liegt der Schwerpunkt auf Französisch für den Urlaub und den Alltag.

Eine Teilnahme ist in Präsenz oder Hybrid möglich. Im Präsenzunterricht sind die Kopierkosten in Höhe von 2,50 € nicht in der Kursgebühr enthalten. Kein Kurs am 24.10.25!

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A2 Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-529422-6**Termin:** Freitag, 26.09.25 bis 19.12.25, 15.30–17 Uhr, 10 x**Ort:** vhs-Haus, Zimmer 003, EG**Gebühr:** 97,00 €**Anmeldung:** Hier

Bonjour Alltag & Urlaub – Dein smarter Start ins Französisch (A1.1)

S-201

Wolfgang Murr

Sprich über deine Interessen, frage nach dem Weg und finde dich überall zurecht! Mit praxisnahen Übungen lernst du die wichtigsten Wörter und Redewendungen der Stufe A1.1 kennen. Ob für den Alltag oder die nächste Reise – hier trainierst du alles, was du für typische Gesprächssituationen brauchst. Starte entspannt und entdecke die französische Sprache! Der Kurs schließt an die Lektionen des letzten Semesters an. Quereinstieg für Neulinge jederzeit möglich!

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A1 Klett-Verlag, ISBN 3-12-529412-7 und Schreibmaterial**Termin:** Donnerstag, 25.09.25 bis 04.12.25, 19.45–20.45 Uhr, 10 x**Ort:** Gymnasium, Zimmer 355**Gebühr:** 97,00 €**Anmeldung:** Hier

Italienisch

Italienisch für Anfänger – ohne Vorkenntnisse

S-405

NEU!

Giulia Mastrodomenico

In diesem Kurs lernen Sie, einander zu begrüßen und vorzustellen, zu fragen, wie es dem anderen geht, einfache Unterhaltungen zu führen (z. B. über Herkunft, Familie, Beruf) und Fragen zu stellen (z. B. in Geschäften, im Hotel). Mit spielerischen Übungen und einfachen, kurzen Dialogen üben Sie, im Café oder Restaurant zu bestellen und über Ihre Vorlieben zu sprechen. Nebenbei erfahren Sie auch Interessantes über Land, Leute und den italienischen Alltag.

Bitte mitbringen: Lehrbuch wird noch bekannt gegeben!**Termin:** Donnerstag, 25.09.25 bis 04.12.25, 18–19.30 Uhr, 10 x**Ort:** Online – bei Ihnen zu Hause**Gebühr:** 97,00 €**Anmeldung:** Hier

Italienisch – Einstieg mit geringen Vorkenntnissen (A1)

S-298

Ulrike Hlavatsch, M.A.

Der Kurs richtet sich an Anfänger mit Vorkenntnissen und führt zum ersten Sprechen (Begrüßung, Kontaktaufnahme, über Interessen und Vorlieben sprechen, nach dem Weg fragen, sich unterwegs orientieren). Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.1 vertraut. Quereinsteiger bitte mit der Dozentin unter HermineGranger007@gmail.com Kontakt aufnehmen

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Passo dopo passo Plus A1 ab Lektion 5 ISBN: 978-3-19-249599-1 und Schreibmaterial**Termin:** Mittwoch, 08.10.25 bis 17.12.25, 18.30–20 Uhr, 10 x**Ort:** Online – bei Ihnen zu Hause**Gebühr:** 97,00 €**Anmeldung:** Hier



Italienisch ab Lektion 4 – mit geringen Vorkenntnissen (A1)

S-300

Ludwig-Paul Forchhammer

Sie verfügen über geringe Kenntnisse im Italienischen und möchten weiterlernen? Auf dem Niveau A1.1 lernen Sie alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze zu verstehen und zu verwenden. Abwechslungsreiche Gesprächssituationen motivieren Sie zum freien Sprechen. Interessante Informationen über Land und Leute runden den Kurs ab. Tauchen Sie in die italienische Sprache und Kultur ein und verbessern Sie Ihre sprachlichen Fähigkeiten.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Azzurro A1–A2 Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525521-0 und Schreibmaterial

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 03.12.25, 19.45–21.15 Uhr, 10 x

Ort: Online – bei Ihnen zu Hause

Gebühr: 97,00 €

Anmeldung: Hier


Italienisch A2

S-319

Ulrike Hlavatsch, M.A.

Die Grundlagen sind gelegt! Nun können wir uns immer besser ausdrücken und die Unterhaltung mit Italienern fällt uns immer leichter. Zusätzlich zum neuen Stoff, werden bei Bedarf auch schon behandelte Themen wiederholt. Nehmen Sie bitte als Neueinsteiger/in vorher Kontakt mit der Dozentin auf: HermineGranger007@gmail.com.

Bitte mitbringen: Lehrbuch wird am ersten Kurstag bekannt gegeben!

Termin: Mittwoch, 01.10.25 bis 10.12.25, 8.15–9 Uhr, 10 x

Ort: Online – bei Ihnen zu Hause

Gebühr: 48,50 €

Anmeldung: Hier


Italienisch in der Mittagspause ab Lektion 4 – grundlegende Vorkenntnisse (A2)

S-321

Ulrike Hlavatsch, M.A.

Wir verfeinern die Grammatikkompetenz in einem moderaten Tempo. Das freie Sprechen nimmt dabei einen immer größer werdenden Raum ein. Quereinsteiger willkommen, bitte vorab unter HermineGranger007@gmail.com mit der Dozentin Kontakt aufnehmen.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Nuovo Espresso 2 ab Lektion 5 ISBN: 978-3-19-205439-6 (zweisprachige Ausgabe) und Schreibmaterial

Termin: Mittwoch, 01.10.25 bis 10.12.25, 12.15–13 Uhr, 10 x

Ort: Online – bei Ihnen zu Hause

Gebühr: 48,50 €

Anmeldung: Hier


feiern.tagen.veranstalten.

www.kolpingfamilie.de


Kolpinghaus Schrobhausen ~ Gerolsbacher Straße 11
Tel. 08252-2805



Italienisch am Vormittag – fortgeschrittene Kenntnisse (B1)

S-436

Marcella Kicura

Ciao a tutti! Ci ritroviamo di nuovo insieme, per ripassare, leggere e raccontarci tante belle avventure passate! Vi aspetto! Im Kurs werden zusätzlich zahlreiche Arbeitsblätter verteilt.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Bella Italia ISBN 978-3-96891-0680, neue 3. Auflage 2023

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 04.12.25, 8.45–10.15 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 97,00 €



Italiano – Corso di Conversazione avanzato (B2)

S-450

Marcella Kicura

Capire e pensare in italiano: incontri di conversazione a tema sull'attualità, la cultura, l'arte e la storia italiana, senza trascurare l'approfondimento grammaticale della lingua. Per partecipanti con una base linguistica molto buona. Der Fortsetzungskurs aus dem letzten Semester! Im Kurs werden Arbeitsblätter verteilt und eine italienische Lektüre im Original gelesen und analysiert. Die Lektüre wird direkt von der Kursleiterin bezogen.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 04.12.25, 18.30–20 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: Gymnasium, Zimmer 354

Gebühr: 97,00 €



Italienische Konversation am Nachmittag – fortgeschrittene Kenntnisse (B1)

S-445

Antonella Serra

Ciao a tutti, questo corso è indirizzato a tutti coloro i quali intendono aggiornare e/o approfondire le conoscenze (orali e scritte) già acquisite della lingua italiana. Con un pizzico di ironia e tanto buonumore tratteremo insieme temi di attualità e impareremo a conoscere le diverse sfaccettature della cultura italiana (cibo, letteratura, arte e molto altro). Non mancate! Dieser Kurs findet in etwa 14-tägig statt.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Termin: Mittwoch 17.09., 01.10., 15.10., 29.10., 12.11. 26.11. 10.12., 17.12.25, jeweils 16.15–17.45 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 78,00 €



Spanisch

Spanisch lernen mal anders – Wir kochen ein peruanisches Menü

S-616

Elsa Ploss

Kennen Sie die peruanische Küche? Unsere Dozentin Elsa Ploss, gebürtige Peruanerin, verspricht: „Die Peruaner haben die beste Küche der Welt. Längst gilt sie als Geheimtipp unter Gourmets!“ Lassen Sie sich überraschen! „Essen, Trinken und amüsieren!“ lautet das Motto dieses neuen Kochseminars, dass überwiegend in spanischer Sprache stattfindet. Kosten für Naturalien werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Mittwoch, 14.01.26, 18–21 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Lehrküche (Zimmer 204), 2. Stock

Gebühr: 25,00 €



Spanisch lernen mal anders – Wir kochen südamerikanische Piqueos (Tapas)

S-617

NEU!

Elsa Ploss

Entdecken Sie die Vielfalt der spanischen und lateinamerikanischen Küche! Einfach, frisch, exotisch, hausgemacht und immer eine Überraschung. Gönnen Sie sich ein kleines Appetithäppchen oder überraschen Sie Ihre Gäste bei der nächsten Feier! Kosten für Naturalien werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Mittwoch, 21.01.26, 18–21 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Lehrküche (Zimmer 204), 2. Stock

Gebühr: 25,00 €



Unsere Preisgestaltung bei den Sprachkursen

Ab 5 Teilnehmern: 97,– Euro

bei 4 Teilnehmern: 110,– Euro

bei 3 Teilnehmern: 142,– Euro

Spanisch ab Lektion 1 – Einstieg ohne Vorkenntnisse (A1)

S-572

NEU!

Marleny Sanchez Cespedes

Lernen Sie Spanisch mit unserer peruanischen Kursleiterin Marleny Sanchez Cespedes. Sie möchten im Urlaub die Einheimischen verstehen? Oder mit dem Hotelpersonal sprechen? Vielleicht möchten Sie Alltagssituationen bewältigen und mehr über die Kultur des spanischen Sprachraums erfahren? Dann sind Sie in diesem neuen Anfängerkurs genau richtig!

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Perspektivisch Ya! A1 (Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20488-7)

Termin: Dienstag, 23.09.25 bis 02.12.25, 19.30–21 Uhr, 10 x

Ort: Gymnasium, Zimmer 353

Gebühr: 97,00 €



Anmeldung: Hier



Spanisch ab Lektion 3 – Einstieg ohne Vorkenntnisse (A1)

S-570

Elsa Ploss

Lernen Sie Spanisch mit unserer peruanischen Kursleiterin Elsa Ploss-Sanchez. Sie möchten im Urlaub die Einheimischen verstehen? Oder mit dem Hotelpersonal sprechen? Vielleicht möchten Sie Alltagssituationen bewältigen und mehr über die Kultur des spanischen Sprachraums erfahren? Dann sind Sie in diesem Anfängerkurs genau richtig!

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Perspectivas Ya! A1 Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20488-7

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 03.12.25, 19.30–21 Uhr, 10 x

Ort: Gymnasium, Zimmer 354

Gebühr: 97,00 €

Anmeldung: Hier



Spanisch ab Lektion 6 –

Einstieg mit sehr geringen oder ohne Vorkenntnisse

S-571

Marleny Sanchez Cespedes

Lernen Sie Spanisch mit unserer peruanischen Kursleiterin Marleny Sanchez Cespedes. Sie möchten im Urlaub die Einheimischen verstehen? Oder mit dem Hotelpersonal sprechen? Vielleicht möchten Sie Alltagssituationen bewältigen und mehr über die Kultur des spanischen Sprachraums erfahren? Dann sind Sie in diesem Anfängerkurs genau richtig!

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Perspektivisch Ya! A1 (Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20488-7)

Termin: Dienstag, 23.09.25 bis 02.12.25, 18–19.30 Uhr, 10 x

Ort: Gymnasium, Zimmer 353

Gebühr: 97,00 €

Anmeldung: Hier





LANDKREIS
Neuburg-Schrobenhausen

Kontakt:
KoKi - Koordinationsstelle frühe Kindheit
Alexandra Egerer
08431/ 57 191
koki@neuburg-schrobenhausen.de
www.neuburg-schrobenhausen.de/koki





Aufmerksamkeit zu verschenken?

Ehrenamtlich engagieren

- Sie haben Freude am Umgang mit Babys/Kleinkindern ?
- Sie suchen ein flexibles Engagement?
- Sie sind zuverlässig und aufgeschlossen?









Spanisch ab Lektion 11 – Einstieg mit geringen Vorkenntnissen (A1)

S-569

Marleny Sanchez Cespedes

Lernen Sie Spanisch mit unserer peruanischen Kursleiterin Marleny Sanchez Cespedes. Sie möchten im Urlaub die Einheimischen verstehen? Oder mit dem Hotelpersonal sprechen? Vielleicht möchten Sie Alltagssituationen bewältigen und mehr über die Kultur des spanischen Sprachraums erfahren?

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Perspektivisch Ya! A1 (Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20488-7)

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 04.12.25, 18–19.30 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: Gymnasium, Zimmer 353

Gebühr: 97,00 €



Spanisch ab Lektion 14 – mit geringen Vorkenntnissen (A1)

S-575

Marleny Sanchez Cespedes

Quereinsteiger herzlich willkommen – Sie haben schon leichte Vorkenntnisse und möchten in einer kleinen Gruppe Spanisch lernen? In guter Atmosphäre werden Wortschatz und grammatische Strukturen für Alltagssituationen erlernt.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Perspectivas Ya! A2 Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20489-4

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 04.12.25, 19.30–21 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: Gymnasium, Zimmer 353

Gebühr: 97,00 €



Spanisch ab Lektion 5 – mit grundlegenden Kenntnissen (A2)

S-615

Elsa Ploss

Sie können einfache Sätze und Ausdrücke verstehen und sich verständigen? Zusammenhänge in alltäglichen Situationen sind Ihnen geläufig? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Die Dozentin ist Muttersprachlerin und unterstützt Sie gerne beim weiteren Erlernen dieser temperamentvollen Sprache. Quereinsteiger mit guten grundlegenden Kenntnissen sind in unserer freundlichen Runde herzlich willkommen. ¡Bienvenidos!

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A2 Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20489-4

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 03.12.25, 18–19.30 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: Gymnasium, Zimmer 354

Gebühr: 97,00 €



Spanisch am Nachmittag ab Lektion 2 – mit grundlegendem Wissen (A2)

S-620

Ludwig-Paul Forchhammer

In unserer Sprachkursreihe können Sie die Vorteile des „Online-Lernens“ kennenlernen und ganz bequem von zu Hause aus an diesem fortgeschrittenen Spanischkurs teilnehmen. Sie lernen, einfache Alltagsgespräche zu führen und Personen, Dinge und Orte zu beschreiben. Sie verstehen kurze Mitteilungen und üben das Schreiben einfacher Briefe oder E-Mails. Lassen Sie sich überraschen und probieren Sie einfach mal was Neues aus! Warum nicht online? Wir sind eine kleine Gruppe und freuen uns über Quereinsteiger.

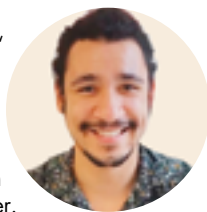
Bitte mitbringen: Lehrwerk: Perspectivas ¡Ya! A2, Kurs- und Arbeitsbuch ISBN 978-3-464-20489-4

Termin: Dienstag, 23.09.25 bis 02.12.25, 16–17 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: Online-Kurs über Zoom

Gebühr: 97,00 €



¡Hablemos! Spanisch-Chatclub für Anfänger mit Grundkenntnissen

S-581

Annika Michelle Echter

Unser Spanisch-Chatclub für Anfänger bietet Ihnen die ideale Gelegenheit, in entspannter Atmosphäre Grundkenntnisse zu üben, Ihren Wortschatz zu erweitern und mehr Sicherheit beim Sprechen zu gewinnen!

Termin: Dienstag, 23.09.25 bis 02.12.25, 16.30–18 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: Gymnasium, Zimmer 352

Gebühr: 97,00 €



¡Hablemos! Spanisch-Chatclub für Anfänger mit fortgeschrittenen Kenntnissen

S-582

Annika Michelle Echter

Möchten Sie Ihr Spanisch perfektionieren und sicherer im Sprechen werden? Unser Spanisch-Chatclub für Anfänger mit fortgeschrittenen Kenntnissen bietet Ihnen die perfekte Gelegenheit, in lockerer Atmosphäre Ihre Sprachkenntnisse zu vertiefen und spannende Gespräche zu führen! Kein Kurs am 24.10.25!

Termin: Freitag, 26.09.25 bis 19.12.25, 16.30–18 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 97,00 €



¡Hablemos! Spanisch-Chatclub für Teilnehmer mit fortgeschrittenen Kenntnissen (B1/B2)

S-583

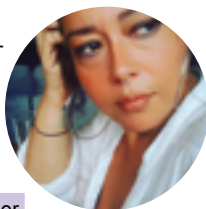
Annika Michelle Echter

Möchten Sie Ihr Spanisch weiter verbessern und sicherer sprechen? In unserem Spanisch-Chatclub für fortgeschrittene Anfänger (B1/B2) haben Sie die Möglichkeit, Ihre Sprachkenntnisse in einer entspannten Atmosphäre zu vertiefen und interessante Gespräche zu führen. Kommen Sie vorbei und sprechen Sie mit anderen auf Ihrem Niveau!

Termin: Montag, 22.09.25 bis 01.12.25,
16–17.30 Uhr, 10 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 97,00 €



Anmeldung: Hier



Kroatisch/Bosnisch/Serbisch

Kroatisch/Bosnisch/Serbisch für Einsteiger (A1)

S-600

NEU!

Faruk Hot

Sie wollen sich einmal so richtig erholen und haben dafür Kroatien ausgewählt? In erreichbarer Entfernung finden Sie dort eine äußerst gastfreundliche Ferienregion. In diesem Einsteigerkurs erhalten Sie notwendiges sprachliches Grundwissen, um sich in den verschiedensten Alltagssituationen verständigen zu können – und zwar nicht nur in Kroatien sondern in ganz Ex-Jugoslawien. Herzlich willkommen – „Dobro dosli!“ Materialkosten in Höhe von 3 € sind in der Kursgebühr nicht enthalten.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: PONS Reise-Sprachführer Kroatisch (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-518145-8)

Termin: Dienstag, 30.09.25 bis 03.02.26, 19–20.30 Uhr, 15 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 145,50 €

Anmeldung: Hier



Portugiesisch

Portugiesisch ab Lektion 1 (A1) Online

S-650

Ludwig-Paul Forchhammer

Olá, tudo bem? Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen, die systematisch die portugiesische Sprache erlernen möchten. Hier erwerben Sie Grundkenntnisse, die für den Alltag geeignet sind und gewinnen interessante Einblicke in die lusophone Welt. Entdecken Sie das europäische und brasilianische Portugiesisch in einer entspannten Atmosphäre mit Gesprächen, Übungen und Spielen. Até breve!

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Olá Portugal! neu A1-A2 Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-528934-5

Termin: Freitag, 26.09.25 bis 12.12.25, 19.45–21.15 Uhr, 10 x

Ort: Online – bei Ihnen zu Hause

Gebühr: 97,00 €

Anmeldung: Hier



Türkisch

Türkisch entdecken – Schritt für Schritt ab Lektion 1 (A1)

S-705

Emine Urun

In unserer Sprachkursreihe können Sie einfach in die türkische Sprache hineinschnuppern. An zehn Abenden wird Sie Emine Urun mit dem Klang und den wichtigsten Redewendungen der türkischen Sprache vertraut machen, und die Lust auf mehr wecken. Lassen Sie sich überraschen und probieren Sie einfach mal was Neues aus! Warum diesmal nicht Türkisch? Natürlich wird es in unserer Runde nicht an der türkischen Küche fehlen. Am Ende jedes Kursabends wird unsere gemütliche Runde mit leckeren türkischen Speisen bereichert. Kein Kurs am 24.10.25.

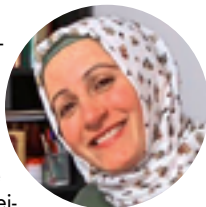
Bitte mitbringen: Lehrbuch: Günaydin. Einführung in die moderne türkische Sprache, Tl. 1: Taschenbuch – Illustriert, 1. Mai 2002 – ISBN 978-3895002755

Termin: Freitag, 26.09.25 bis 19.12.25, 19.30–21 Uhr, 10 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 101, 1. Stock

Gebühr: 97,00 €

Anmeldung: Hier



sobody
SCHÖNE WÄSCHE

Lenbachstraße 54
86529 Schrobhausen
Telefon 082 52/91 52 52
info@sobody.de



Türkisch: weiter geht's – mit Vorkenntnissen durchstarten (A1.2) S-706

Emine Urun

Merhaba! Wenn Sie mehr als die wichtigsten Grundregeln der türkischen Grammatik kennenlernen möchten, laden wir Sie herzlich in unseren Fortsetzungskurs ein. Sie haben schon grundlegende Vorkenntnisse und möchten etwas tiefer in die türkische Sprache eintauchen, dann sind Sie hier genau richtig. Außerdem nehmen Sie Alltagstaugliches und Redewendungen mit nach Hause – oder mit in den nächsten Türkei-Urlaub. Kein Kurs am 24.10.25.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Günaydin. Einführung in die moderne türkische Sprache, Tl.1: Taschenbuch – illustriert, 1. Mai 2002 – ISBN 978-3895002755

Termin: Freitag, 26.09.25 bis 19.12.25, 18–19.30 Uhr, 10 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 101, 1. Stock

Gebühr: 97,00 €

Anmeldung: Hier



Chinesisch



Chinesisch (A1.1) ohne Vorkenntnisse (Zoom) S-001

Hongli Yang

Interessieren Sie sich für das bevölkerungsreichste Land der Welt? Waren Sie schon immer neugierig auf die chinesische Sprache und Kultur? Lernen Sie in diesem Online-Kurs ganz bequem und sicher von zu Hause aus und trotzdem im Austausch mit anderen. Der Kurs vermittelt nicht nur grundlegende Kenntnisse der chinesischen Sprache sowie den Aufbau der Schriftzeichen, sondern auch landeskundlichen und kulturellen Hintergründen. Kommen Sie mit, eine kleine Reise nach China zu machen!

Bitte mitbringen: Lernmaterial stellt Ihnen die Dozentin zur Verfügung

Termin: Mittwoch, 15.10.25 bis 07.01.26, 17–18.30 Uhr, 10 x

Ort: Online-Kurs über Zoom

Gebühr: 97,00 €



Anmeldung: Hier



Koreanisch



Koreanisch leicht gemacht – Einstieg ohne Vorkenntnisse (A1) S-500

Yangmi Soe

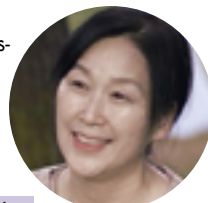
Interessieren Sie sich für die koreanische Kultur? Hilfreiche Tipps zu Alltagssituationen, die einem bei einer Reise begegnen werden, erlernen Sie in diesem Kurs. Beispielsweise wie Sie nach dem Weg fragen, einheimische Waren kaufen, sich vorstellen und Menschen kennen lernen können.

Bitte mitbringen: Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt

Termin: Dienstag, 23.09.25 bis 02.12.25, 17–18.30 Uhr, 10 x

Ort: Online – bei Ihnen zu Hause

Gebühr: 135,00 €



Anmeldung: Hier



Arabisch



Arabisch für Anfänger (A1) – online über Zoom S-510

Mirna Yacoub

Lernen Sie eine der meistgesprochenen Sprachen der Welt! Wenn Sie schon immer davon geträumt haben, die arabische Sprache zu lernen, um tiefer in die faszinierende arabische Kultur einzutauchen, dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer, die noch keine Vorkenntnisse in der arabischen Sprache haben, und bietet Ihnen Grundkenntnisse in der arabischen Sprache. Außerdem erlernen Sie die arabische Schrift. Entdecken Sie neue Perspektiven und eröffnen Sie sich eine Vielzahl von Reisemöglichkeiten in arabische Länder. Ich freue mich darauf, Sie in meinem Arabischkurs willkommen zu heißen und Sie auf Ihrer Reise in die arabische Sprache und Kultur zu begleiten! Dieser Kurs findet in Kooperation mit der vhs Aichach-Friedberg statt.

Bitte mitbringen: Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Termin: Montag, 29.09.25 bis 08.12.25, 17.30–19 Uhr, 10 x

Ort: Online-Kurs über Zoom

Gebühr: 97,00 €

Anmeldung: Hier



Wir suchen ständig qualifizierte Kursleitende für Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch und Portugiesisch und weitere Sprachen.

Bitte setzen Sie sich mit uns (Tel. 082 52/89 40-0) in Verbindung!



Beruf

Zukunft gestalten – beruflich weiterkommen mit der vhs Schrobenehausen. Berufliche Weiterbildung ist heute wichtiger denn je: Laut einer Studie des Bundesinstituts für Berufsbildung (BIBB) investieren über 70 % der Unternehmen in die Weiterbildung ihrer Mitarbeiter, um wettbewerbsfähig zu bleiben. Arbeit ist nicht nur ein zentraler Bestandteil unserer Identität, sondern auch Schlüssel zu gesellschaftlicher Teilhabe und persönlichem Wachstum. Die vhs Schrobenehausen bietet Ihnen ein vielfältiges Angebot an beruflichen Fortbildungen, individuell zugeschnitten auf Ihre Bedürfnisse. Denn qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind der Motor für den Erfolg eines jeden Unternehmens – gerade in einer Welt, die sich rasant verändert. Unsere Kurse können flexibel gestaltet und direkt in Ihrem Unternehmen oder in unseren Räumlichkeiten durchgeführt werden. Kontaktieren Sie uns unverbindlich unter vhs@vhs-sob.de – gemeinsam finden wir die ideale Weiterbildungslösung für Sie!



Das „kleine“ Marketing für Selbstständige und Existenzgründer

B-100

NEU!

Nadine Diamilla

Dieser praxisorientierte Kurs bietet dir kompaktes Marketingwissen für dein Business. Hier lernst du die wichtigsten Strategien und Tools kennen, um dich erfolgreich am Markt zu positionieren. Inhalte: – Grundlagen des Marketings und Definition deiner eigenen Marke. Identifikation deiner Zielgruppe und Entwicklung deines Alleinstellungsmerkmals (USP). Aufbau einer digitalen Präsenz (Website, Google Unternehmensprofil). Effektiver Einsatz von Social Media für dein Business. Marketing-Integration in deinen Alltag – auch mit geringem Zeitbudget. Professioneller Umgang mit Online-Bewertungen. Außerdem erfährst du, wie du häufige Marketing-Ängste überwindest. Der Kurs vermittelt dir einfache, umsetzbare Strategien, die du direkt in die Praxis umsetzen kannst. Ideal für Existenzgründer, die eine solide Marketingbasis legen wollen, sowie für Selbstständige, die ihre Marketingaktivitäten strukturieren und optimieren möchten. Auch wenn du Berührungängste mit dem Thema Marketing hast, bist du hier richtig! **Dieser Kurs findet in Kooperation mit der vhs Aichach-Friedberg statt.**

Termin: Mittwoch, 12.11.25, 18–21.15 Uhr

Ort: Online-Kurs über Zoom

Gebühr: 35,00 €

Anmeldung: Hier



Zeitmanagement – wie wir unsere Zeit auf uns abgestimmt einteilen

B-105

NEU!

Heike Sippel

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Zeit effektiv und individuell passend strukturieren können. Anhand praxisnaher Methoden und Übungen entdecken Sie Ihre persönlichen Zeitefresser, setzen klare Prioritäten und entwickeln einen realistischen Wochenplan. Ziel ist es, den Alltag entspannter und zielgerichteter zu gestalten, angepasst an Ihre Lebenssituation. **Dieser Kurs findet in Kooperation mit der vhs Aichach-Friedberg statt.**

Termin: Samstag, 18.10.25, 18.30–20 Uhr

Ort: Online-Kurs über Zoom

Gebühr: 21,00 €

Anmeldung: Hier



Ausbildung zur Brandschutzhelferin und Brandschutzhelfer in Theorie und Praxis – Mit Zertifikat!

F-059

Johann Matheis

Das Arbeitsschutzgesetz § 10 sowie die Arbeitsstättenrichtlinie 2.2 schreiben verbindlich vor, dass eine bestimmte Anzahl ausgebildeter Brandschutzhelfer in jedem Betrieb vorhanden sind und benannt werden. Die entsprechende Ausbildung in Theorie und Praxis wird an diesem Tag ausgeführt und mit Zertifikat bestätigt.

Termin: Montag, 02.02.26, 15–17 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 73,00 €

Anmeldung: Hier





ZUBER

RAUMDECOR

• Parkett • Böden • Gardinen

Böden und Gardinen
individuell wie Sie

86561 Aresing • Tel. 08252 2228
www.zuber-raumdecor.de

Tippen wie ein Profi: 10-Finger-Schreibsystem auf der Computer-Tastatur für Kids und Erwachsene

B-200

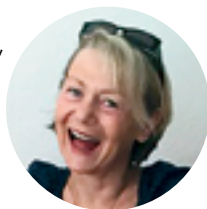
Renate Büchl

Lernen Sie das 10-Finger-Schreiben in nur drei Wochenenden – einfach, effektiv und ohne Buch, mit einem farbenorientierten Lernsystem. Bereits nach zwei Stunden beherrschen Sie die Grundstellung der Tastatur. Bitte bei Anmeldung angeben, ob ein eigener Laptop mitgebracht wird. Kopierkosten werden im Kurs eingesammelt.

Termin: Samstag, 15.11., 22.11. und 29.11.25, Sonntag, 16.11., 23.11. und 30.11.25, jeweils von 12–14 Uhr, 6 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 69,00 €



Anmeldung: Hier



Anmeldung: Hier

➤ Weitere Termine:

Termin: Samstag, 17.01., 24.01. und 31.01.25, Sonntag, 18.01., 25.01. und 01.02.26, jeweils von 12–14 Uhr, 6 x **(B-201)**

Stenografie – schneller geschrieben, als gesprochen

B-202

NEU!

Renate Büchl

Stenografie – was ist das eigentlich? Viele, vorwiegend jüngere Menschen, wissen gar nicht mehr, was das ist – die Kuzschrift. Man beherrscht sozusagen eine Schriftsprache mehr. Und noch dazu eine, mit der blitzschnell Informationen und Notizen festgehalten werden können, z. B. an der Uni, für ein Protokoll. Manchmal höre ich, „das braucht man heute nicht mehr, heutzutage hat jeder ein Laptop“. Das Eine hat mit dem anderen nichts zu tun. Selbst bei hoher Schreibgeschwindigkeit im 10-Fingersystem erreicht man die Schnelligkeit der Stenografie aus meiner Sicht nicht. Sie sind neugierig geworden und wollen erst einmal ein bisschen reinschnuppern? – Dazu haben Sie Gelegenheit in unserem Schnupperkurs, in 4 x 90 Minuten.

Bitte mitbringen: Arbeitsbuch „So lerne ich stenografieren“ Winklers Verlag, ISBN: 3-8045-8312-1. Stenoheft (mit Hilfslinien) und Stenobleistift.

Termin: Samstag, 20.09.25 bis 11.10.25, 12–13.30 Uhr, 4 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 45,00 €

Anmeldung: Hier



PC-Grundlagen – Ihr Einstieg in die digitale Welt

B-371

Rita Maria Kaindl

Ein Anfängerkurs mit Windows für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse, die sich für den Beruf fit machen oder in die Welt des PCs einsteigen wollen.

Themen: Technische Grundbegriffe (Software / Hardware / Datei / Programme) / Maus und Tastatur / Der Windows 10-Desktop: Symbole und Funktionen / Programme öffnen und schließen / Der Windows-Explorer (Ordner und Laufwerke, Dateien sortieren, umbenennen, kopieren, verschieben) / Erste Schritte in Word und dem Internet. Keine Vorkenntnisse erforderlich!

Termin: Freitag, 14.11.25, 18–21 Uhr, Samstag, 15.11.25, 9–15:30 Uhr mit 30 Min. Mittagspause

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 90,00 €

Anmeldung: Hier



Word, Excel und mehr...

PC-Grundlagen: Word & Co. leicht gemacht

B-372

Silvia Kaltenegger

In diesem Kurs machen wir Sie mit den wichtigsten Grundlagen zum Arbeiten mit dem Computer vertraut. Zudem erstellen wir Schritt für Schritt einfache Schriftstücke mit WORD und werden sie anscheinlich gestalten. In diesem Kurs werden Sie viele Aha-Erlebnisse haben. Dieser Kurs ist für Anfänger geeignet. Die Kosten für das Lehrbuch in Höhe von 14,90 Euro sind in der Kursgebühr nicht enthalten und werden im Kurs eingesammelt.

Bitte mitbringen: eigener Laptop, Kursbuch wird über die Kursleitung besorgt!

Termin: Montag, 10.11.25 bis 01.12.25, 17.30–20.30 Uhr, 4 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 128,00 €

Anmeldung: Hier



Mindestbeteiligung!

Unsere Kurse können nur bei einer gewissen Mindestbeteiligung stattfinden.
Melden Sie sich deshalb bitte rechtzeitig an!
Sie helfen damit uns und auch unseren Kursleiterinnen und Kursleitern.

Excel von A bis Z: Ihr Start in die Tabellenwelt – Grundlagenseminar

B-500

Rita Maria Kaindl

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer, die in die Tabellenkalkulation Excel einsteigen möchten. Es werden Zahlen erfasst, Zahlenformate zugewiesen, Zellbezüge erläutert, Tabellen erstellt, Änderungen und Korrekturen durchgeführt, Berechnungen mit Funktionen oder häufigen Formeln (Summe, Anzahl, Min-, Max-, Mittelwert) vorgenommen. Die Tabellen werden optisch aufbereitet (formatiert). Arbeitshilfen wie Autoausfüllen oder Tastenkombinationen machen den Inhalt interessant. Die Kosten für das Lehrbuch in Höhe von 14,90 € sind in der Kursgebühr nicht enthalten.

Termin: Freitag, 21.11.25, 18–21 Uhr und Samstag, 22.11.25, 9–15.30 Uhr
mit 30 Min. Mittagspause

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 90,00 €

Anmeldung: Hier

Online mit Sigrid Müller in die Office-Programme und die digitale Gesundheitswelt einsteigen.

Hierzu wird ein zweiter Bildschirm benötigt (kann auch ein Tablet oder Notebook sein) Zoom sollte bekannt sein – die Installation von ZOOM wird empfohlen.



Erste Schritte in Excel

B-507

NEU!

Kursinhalte: Tabellen erstellen und formatieren, Einfache Formeln, Funktion Summe.

Voraussetzung: Word, Excel oder PowerPoint auf eigenem Rechner

Termin: Montag, 26.01.26, 18–19.30 Uhr

Gebühr: 17,00 €

Anmeldung: Hier

Rechnen mit Excel

B-508

NEU!

Kursinhalte: mit Formeln und der Funktion Summe rechnen, Formeln kopieren, Listen drucken und speichern. Word, Excel oder PowerPoint auf eigenem Rechner.

Termin: Dienstag, 27.01.26, 18–19.30 Uhr

Gebühr: 17,00 €

Anmeldung: Hier

werde technikerⁱⁿ

Weiterbildung zum/zur

Staatlich geprüften Techniker/in

in Vollzeit oder berufsbegleitend

Infoabend jeden ersten
Donnerstag im Monat
Termine siehe Homepage



Informationen unter
ts.ingolstadt.de



**Technikerschule
der Stadt Ingolstadt**





Rechnen mit Excel

Kursinhalt: SUMME, MAX, MIN, MITTELWERT, ANZAHL. Word, Excel oder PowerPoint auf eigenem Rechner.

Termin: Mittwoch, 28.01.26, 18–19.30 Uhr

Gebühr: 17,00 €

B-509

Anmeldung: Hier



NEU!



Einstieg in PowerPoint

Kursinhalte: Ansichten, Speichern, Drucken, Folien mit Text und Grafik erstellen, Animation und Folienübergänge. Word, Excel oder PowerPoint auf eigenem Rechner.

Termin: Donnerstag, 29.01.26, 18–19.30 Uhr

Gebühr: 17,00 €

B-506

Anmeldung: Hier



NEU!



Online-Vortragsreihe – Digitale Gesundheitswelt

Auch der Gesundheitsbereich wird digitaler. Das sehen wir nicht nur an der digitalen elektronischen Patientenakte (ePA), auf die wir mit einer App selbst Zugriff haben, sondern auch das digitale Buchen von Arztterminen wird immer häufiger in den Praxen angeboten. Aber wie funktioniert das und welche Vorteile und Möglichkeiten hat die Digitalisierung im Gesundheitsbereich für uns? Die VHS zeigt es Ihnen: Die Online-Vortragsreihe mit zwei Terminen bringt Ihnen – in verständlicher Sprache – die Möglichkeiten der digitalen Gesundheitswelt näher.

Kursinhalte:

- Verlässliche medizinische Informationen finden
- elektronische Patientenakte (ePA)
- elektronische Gesundheitskarte (eGK)
- digitale Gesundheitsanwendungen auf Rezept (DiGA)
- mobile Gesundheitsgeräte und Apps (Digital Health Devices)
- Arzttermine online finden und buchen, Online-Sprechstunde.

Termin: Donnerstag, 20.11.25 und Freitag, 21.11.25, 11–12.30 Uhr, 2 x

Gebühr: kostenlos

B-505

Anmeldung: Hier



NEU!

Künstliche Intelligenz

Künstliche Intelligenz ist da – und bleibt. Doch wer sie im Beruf nutzt, muss auch wissen, wie. Ab Februar 2025 verlangt die EU, dass Mitarbeitende im Umgang mit KI-Systemen geschult sind. Unser Kurs „KI-Führerschein“ macht Sie fit für die digitale Zukunft: verständlich, alltagsnah und mit Blick auf Chancen, Risiken und gesetzliche Vorgaben. Mit Friedhelm Koch werden Sie den KI-Führerschein erlangen und die richtige Nutzung von KI erlernen, um KI sicher und souverän zu nutzen.

KI-Führerschein (EU AI Act konform)

B-727

Der *KI-Führerschein* befähigt Sie, KI-Systeme rechtssicher einzusetzen – von ChatGPT bis zu automatisierten Entscheidungstools. In nur einem halben Tag lernen Sie die Vorgaben des EU AI Act kennen, identifizieren Risiken und erhalten praktische Tips für Ihren Arbeitsalltag. Inklusive Zertifizierung.

1. Kurzeinführung: Was ist KI? (ca. 30 Min)

Definition & Abgrenzung (KI vs. Automatisierung, generative KI vs. entscheidungsunterstützende KI). Beispiele aus dem Arbeitsalltag (ChatGPT, automatisierte Bewerbungsfiler, Predictive Maintenance).

Warum brauchen wir Regeln? (Bias, Haftung, Datenschutz).

2. EU AI Act – Das Wichtigste in Kürze (ca. 45 Min)

Risikoklassen (Verbotene KI / Hochrisiko-KI / Geringes Risiko / Minimales Risiko). Beispiel: „Ein Chatbot ist geringes Risiko, ein KI-Bewerbungstool ist Hochrisiko.“ Pflichten für Nutzer (Transparenz, Dokumentation, menschliche Aufsicht). Quick-Check: „Darf ich das? Aus der Praxis: Beeinflusst die KI Menschenleben oder Grundrechte?“

3. Praktische Risiken & Ethik (ca. 60 Min)

Bias & Diskriminierung (Fallbeispiel: KI im Recruiting). Transparenz & Erklärbarkeit (Warum muss ich KI-Ergebnisse hinterfragen?). Datenschutz (DSGVO & KI) – „Darf ich Kundendaten in ChatGPT eingeben?“ Interaktive Übung – Fallstudie: „Ein KI-Tool sortiert Bewerbungen aus – was könnte schiefgehen?“

4. Sicherer Einsatz & Best Practices (ca. 45 Min)

Checkliste für den KI-Einsatz (5 Fragen, die man sich stellen muss). Umgang mit Fehlern (Was tun, wenn die KI falsche Ergebnisse liefert?). Menschliche Kontrolle („KI als Assistent, nicht als Entscheider“).

5. Abschlußtest (ca. 30–45 Min)

15 Multiple-Choice-Fragen. 1 Mini-Fallbeispiel (z. B. „Ist ein – im Test ausgesuchter – KI-Einsatz compliant?“)

Für wen ist dieser Kurs gedacht?

Mitarbeiter und Führungskräfte, die KI im Arbeitsalltag nutzen, wie z. B.:

- Nutzung von KI im Recruiting (z. B. automatische CV-Screening-Tools)
- Marketing & Kommunikation: Nutzung von KI-generierten Texten/Bildern (muss als KI-Inhalt gekennzeichnet werden)
- Recht & Compliance: Prüfung von KI-generierten Verträgen/Gutachten (Haftungsrisiko!)
- Datenschutzbeauftragte & Compliance-Verantwortliche, sowie Verantwortliche die KI-Projekte verantworten



NEU!

- Teams, die KI-Systeme auswählen, implementieren oder warten
- Mitarbeiter, die KI-Tools täglich nutzen (z.B. Chatbots, Übersetzer, Predictive Maintenance)
- Betriebsräte (Mitbestimmung bei KI-Einführung)

Termin: Mittwoch, 22.10.25, 9–13 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 199,00 €

Anmeldung: Hier



➤ Weitere Termine:

Termin: Mittwoch, 22.10.25, 14–18 Uhr **(B-727A)**

Termin: Mittwoch, 03.12.25, 9–13 Uhr **(B-727B)**

Termin: Mittwoch, 03.12.25, 14–18 Uhr **(B-727C)**

Termin: Mittwoch, 14.01.26, 9–13 Uhr **(B-727D)**

Termin: Mittwoch, 14.01.26, 14–18 Uhr **(B-727E)**



Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

KI entschlüsselt – Wie Künstliche Intelligenz wirklich funktioniert (und wie Sie sie klug nutzen)

B-725

NEU!

Künstliche Intelligenz revolutioniert unseren Alltag – doch die meisten nutzen sie wie ein mysteriöses Orakel: Eingabe... und hoffen auf das Beste. Schluss damit! In diesem Kurs blicken Sie hinter die Kulissen der KI und verstehen endlich, wie sie denkt, warum sie manchmal grandios scheitert – und wie Sie dieses Wissen für sich nutzen können.

Was Sie erwartet:

- Kein Fachchinesisch! Wir erklären die Technik hinter KI (z.B. ChatGPT, DeepSeek, Gemini) so, dass es jeder versteht – mit lebendigen Beispielen aus Beruf & Alltag.
- Der große Intelligenz-Check: Kann KI wirklich „denken“? Oder simuliert sie nur? Wir vergleichen menschliche und maschinelle Intelligenz – die Antwort wird Sie überraschen!
- Die Wahrheit über KI-Schwächen: Warum produziert KI manchmal Unsinn? Wir enthüllen die typischen Fallstricke – damit Sie sie von vornherein umgehen.
- Praxis-Bonus: Sie testen selbst, wie KI-Texte schreibt, analysiert oder codiert – und erkennen, wo Sie der cleverere Partner sind.

Für wen ist dieser Kurs gedacht?

- Neugierige, die hinter die KI-Fassade blicken wollen
- Berufstätige, die KI nicht blind vertrauen möchten
- Alle, die sich nicht von Hype, sondern von Fakten überzeugen lassen

Info für Teilnehmer: Kein Vorwissen nötig! Sie erhalten ein kompaktes Skript als PDF zum Nachschlagen – und das Wichtigste: KI-Durchblick statt Blackbox.

Termin: Mittwoch, 10.12.25, 18–21 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: Hier



KI-Prompting für Fortgeschrittene: Vom Basis-Befehl zum Profi-Assistenten

B-726

NEU!

Sie fragen – die KI antwortet. Doch warum sind die Ergebnisse oft schwammig, oberflächlich oder einfach falsch? Der Schlüssel liegt im Prompting: Wer KI richtig „befiehlt“, bekommt bessere, schnellere und genauere Antworten. In diesem Praxis-Workshop lernen Sie, wie Sie ChatGPT, DeepSeek, Gemini etc. wie ein Profi steuern – ob für Beruf, Kreativität oder effizienteres Arbeiten. Sie werden überrascht sein, wie viel mehr in der KI steckt!

Das erwartet Sie:

- Die 3 Geheimnisse starker Prompts – reduktiv, transformativ, generativ (kurz erklärt, dann vertieft)
- Praxis-Check: Wir entlarven typische Prompt-Fehler – und wie Sie sie vermeiden
- Ihre KI als Assistent: Schritt-für-Schritt-Anleitungen für Marketing-Texte, kreative Ideen & präzise Analysen
- Advanced-Tricks: Rollen definieren („Schreibe als...“), Formatierungen erzwingen, KI zum Nachdenken bringen (Chain-of-Thought-Prompting)
- Ihr persönlicher Use-Case: Bringen Sie Ihr eigenes Projekt mit – wir versuchen es im gegebenen Zeitrahmen live zu optimieren!

Für wen ist dieser Kurs gedacht?

- Wissensarbeiter (Marketing, Vertrieb, Projektmanagement), die Zeit sparen wollen
- Kreative, die KI als Ideen-Booster nutzen möchten
- Alle, die ChatGPT, DeepSeek, Gemini endlich zielgerichtet einsetzen wollen – statt nur herumzuprobieren

Bonus: Jeder Teilnehmer erhält ein Prompt-Assistenten-CheatSheet mit den besten Formulierungen und ein kompaktes Skript als PDF zu Nachschlagen.

Bitte mitbringen: Eigenes Gerät (MacBook, Notebook, Tablet) für praktische Übungen. Eigener Account in ChatGPT, DeepSeek, oder Gemini. Ansonsten sind keine Vorkenntnisse nötig – aber Lust, direkt loszulegen!

Termin: Mittwoch, 21.01.26, 18–21 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: Hier



Sie haben ein rechtliches Problem?



Prof. Dr. jur.
Bastian Fuchs
LL.M. (CWSL)

*FA für Bau- und
Architektenrecht
FA für intern.
Wirtschaftsrecht
FA für Vergaberecht*



Prof. Dr. jur.
Günther Schalk

*FA für Bau- und
Architektenrecht*



Dirk Klein

*FA für Familienrecht
FA für Sozialrecht*



Dr. jur.
Manfred Mayer

*FA für Bau- und
Architektenrecht*



Annemarie Schuster

Rechtsanwältin



Stefan Eikam

Rechtsanwalt



Claudia Czauderna

*FA für Miet- und
Immobilienrecht*



**Angela
Oblinger-Grauvogl**

*FA für Bau- und
Architektenrecht*



Dr. jur.
**Eva von
Wietersheim**

FA für Strafrecht



Stefan Heinzinger

Rechtsanwalt

Ein rechtliches Problem oder eine juristische Frage schlägt schneller auf, als einem das lieb ist. Beim Autofahren geblitzt? Beim Autokauf über den Tisch gezogen worden? Stress am Arbeitsplatz? Ärger mit dem Nachbarn? Der (Ver-)Mieter macht Probleme? Fragen zu Trennung und Unterhalt? Wer erbt was warum (nicht)? Der Handwerker verlangt zuviel, der Kunde zahlt nicht und Sie streiten sich über Baumängel? Der Alltag ist voll mit Rechtsproblemen. In einer solchen Situation ist es wichtig, einen Fachmann/eine Fachfrau an seiner Seite zu haben, der vertrauensvoll und kompetent hilft. Wir möchten Sie in solchen Situationen mit unseren Anwälten und Fachanwältinnen unterstützen und Ihnen helfen. Melden Sie sich gerne bei uns.

Wir helfen Ihnen gern!

Katharina Groener

Rechtsanwältin



Dominik Braun

FA für Strafrecht



Merle Meineke

Rechtsanwältin



Theresa Friedl

Rechtsanwältin



**Dr. jur.
André Schneeweiß**

*FA für
Verwaltungsrecht
FA für Bau- und
Architektenrecht*



**Prof. Dr. jur.
Josef Langenecker**

*FA für Erbrecht
FA für Arbeitsrecht*



Korbinian Meier

FA für Arbeitsrecht



**Dr. jur.
Andreas Höckmayr**

*FA für Verkehrsrecht
FA für Miet- und
Wohnungseigentums-
recht
FA für Bau- und
Architektenrecht*



Johannes Schmalzl

*FA für Bau- und
Architektenrecht
FA für Informations-
technologie*



**Dr. jur.
Tobias Appel**

FA für Familienrecht

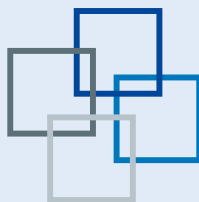


Gerlinde Endres

Rechtsfachwirtin



TOPJUS
RECHTSANWÄLTE



TOPJUS Rechtsanwälte
Kupferschmid & Partner mbB
Lenbachstraße 19-21
86529 Schrobenhausen
Telefon 08252 / 89 46 -0
Email: sob@topjus.de
www.topjus.de



Canva-Workshop: Grundkurs

B-750

NEU!

Robin Weniger

Canva ist ein vielseitiges Design-Tool, das für Präsentationen, Social-Media-Grafiken, Flyer und viele weitere Designs genutzt werden kann. Doch der Einstieg kann herausfordernd sein. Welche Funktionen sind wichtig? Wie lassen sich Designs professionell gestalten? Und welche Möglichkeiten bieten KI-gestützte Features? Dieser Workshop bietet eine strukturierte Einführung in Canva und vermittelt praxisnah die wichtigsten Grundlagen. Schritt für Schritt werden zentrale Funktionen erklärt.

Termin: Donnerstag, 29.01.26, 17.30–20.30 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: Online-Kurs über Zoom

Gebühr: 35,00 €



Canva – Workshop: Social Media & Videoerstellung

B-752

NEU!

Robin Weniger

Visuelle Inhalte sind der Schlüssel zu erfolgreichem Social-Media-Marketing. Doch wie erstellt man ansprechende Designs, fesselnde Videos und gut strukturierte Beiträge mit Canva? In diesem interaktiven Workshop wird praxisnah vermittelt, wie Social-Media-Posts und Reels professionell gestaltet und strategisch geplant werden. Zusätzlich gibt es exklusive Vorlagen.

Termin: Dienstag, 24.02.26, 17.30–20.30 Uhr, Online-Kurs über Zoom

Anmeldung: Hier

Ort: Online-Kurs über Zoom

Gebühr: 35,00 €



KI-Bilder: Kreativ mit Künstlicher Intelligenz

B-753

NEU!

Robin Weniger

Mit Künstlicher Intelligenz lassen sich beeindruckende Bilder von fotorealistischen Porträts bis hin zu abstrakten Kunstwerken erstellen. Doch welche Tools eignen sich dafür, wie formuliert man die richtigen Prompts und was muss beim Copyright beachtet werden? Dieser praxisnahe Workshop stellt verschiedene KI-Tools zur Bildgenerierung vor, zeigt Möglichkeiten und Grenzen auf und vermittelt effektives Prompting. Zudem werden rechtliche Aspekte beim Einsatz von KI-generierten Bildern beleuchtet.

Termin: Dienstag, 28.10.25, 17.30–20.30 Uhr, Online-Kurs über Zoom

Anmeldung: Hier

Ort: Online-Kurs über Zoom

Gebühr: 19,00 €



Social Media für dein Business

B-754

NEU!

Nadine Diamilla

Dieser Kurs bietet dir das nötige Wissen und die praktischen Fähigkeiten, um Social Media erfolgreich für dein Business einzusetzen. Ein besonderer Fokus liegt darauf, wie du künstliche Intelligenz (KI) wie Gemini oder ChatGPT optimal in deine Social-Media-Arbeit integrierst. Du erhältst zudem einen praktischen Einblick in die Nutzung von Canva, einem vielseitigen Tool zur Erstellung ansprechender visueller Inhalte für deine Kanäle. Im Kurs werden folgende Inhalte behandelt: – Grundlagen des Social Media Managements: von der Strategieentwicklung über Content-Erstellung bis hin zu Community-Management und Erfolgskontrolle. ...mehr Infos auf unserer Homepage. Dieser Kurs findet in Kooperation mit der vhs Aichach-Friedberg statt.

Termin: Samstag, 29.11.25, 9–16.15 Uhr, Online-Kurs über Zoom

Anmeldung: Hier

Ort: Online-Kurs über Zoom

Gebühr: 95,00 €



Entdecke, was gut ist!

Lebensmittel,

Nützliches & Schönes

aus fairem Handel

EineWeltLaden Schrobenehausen

Tel. 08252 / 82 690 • Lenbachplatz 4

Fest der Kulturen

Schrobenhausen feiert seine Vielfalt

Wann

Freitag,
24. Oktober 2025
15 bis 20 Uhr

Wo

Rundum das
VHS-Haus



Veranstalter:



Türkisch Islamische
Gemeinde e.V.



In Kooperation mit der Langen Nacht der Vielfalt

Programmpunkte

Fest der Kulturen

Tanz kennt keine Grenzen

Die Bühne lebt! Freuen Sie sich auf schwungvolle Tanzvorführungen – von kraftvollem Hip-Hop über präzisen Line Dance bis zum eleganten Bauchtanz. Und danach? Tanzen Sie mit! Direkt vor der Bühne laden wir zum gemeinsamen Mitmachen ein – für alle Altersgruppen.

Kulinarische Weltreise

In der VHS duftet es nach Heimat. Entdecken Sie landestypische Speisen aus verschiedenen Regionen der Welt, zubereitet von Menschen, die ihre Kultur über den Gaumen teilen. Probieren, entdecken, genießen!

Auf Spurensuche im Grünen

Kinder und Familien aufgepasst: Begeht euch auf die Suche nach kleinen Vogelhäusern auf dem Gelände! Wer sie findet, darf einen Stempel sammeln – ein spannendes Suchspiel mit Überraschungseffekt.

Fotoausstellung mit Stimmen aus der Flucht

Bewegende Porträts geflüchteter Menschen geben Einblick in persönliche Lebenswege. In kurzen Interviews – live oder als Hörstation – erzählen sie ihre Geschichten und begleiten die Ausstellung mit ihrer Stimme.

Weltweit staunen – Kinderprogramm

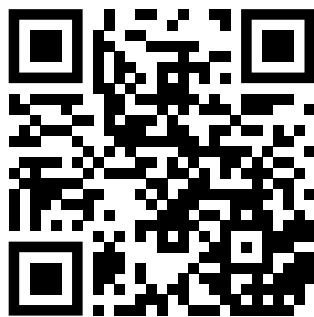
Ein Mitmachparadies für die Jüngsten: Märchen und Lieder aus aller Welt, kreative Bastelangebote und Spiele laden zum Staunen, Singen und Mitmachen ein. Hier ist Platz für Neugier, Freundschaft und Fantasie! Kinderschminken / Malstand / Fußballdart,

....und Vieles mehr!

KULTUR HERBST 2025



zum Programm →



www.schrobenhausen.de

SCHROBENHAUSEN

September bis November

Vorverkauf: www.vhs-sob.de

Sehr geehrte Damen und Herren,

es ist uns eine große Freude, Sie zum Kulturherbst 2025 in Schrobenuhausen willkommen zu heißen. Als 1. Bürgermeister und als Kulturreferent dieser wunderbaren Stadt sind wir stolz darauf, Ihnen ein vielfältiges und spannendes Programm präsentieren zu dürfen, das für jeden Geschmack und jede Altersgruppe etwas zu bieten hat.

Der Kulturherbst ist eine feste Institution, die seit vielen Jahren unsere Stadt bereichert. Eine einzigartige Plattform für Künstler und Kulturschaffende ihre Werke zu präsentieren.

Auch in diesem Jahr erwartet Sie eine faszinierende Mischung aus Musik, Literatur, Theater und Kunst, die die kulturelle Vielfalt unserer Region widerspiegelt.

Unser herzlicher Dank gilt allen Künstlern, Organisatoren, Sponsoren und Helfern, die diesen Kulturherbst möglich machen. Ohne ihre Unterstützung und ihr Engagement wäre ein solches Event nicht realisierbar.

Besonders hervorheben möchten wir das Team des Kulturherbstes, das mit unermüdlichem Einsatz und kreativen Ideen Bewegung in unsere Kulturszene bringt. Ihr Engagement und ihre Leidenschaft sind der Motor, der dieses Festival jedes Jahr aufs Neue zu einem Erfolg macht.

Wir laden Sie herzlich ein, die zahlreichen Veranstaltungen zu besuchen und sich von der kreativen Energie und dem kulturellen Reichtum unserer Stadt inspirieren zu lassen. Lassen Sie uns gemeinsam den Kulturherbst 2025 zu einem unvergesslichen Erlebnis machen.

Mit herzlichen Grüßen



Harald Reisner
1. Bürgermeister



Dieter Kreisle
Stadtrat, Kulturreferent

Kulturherbst schafft Begegnung

Alle Veranstaltungen im Überblick:

Tausendundeine Nacht – Die Märchenschlosslesung
Eröffnung Kulturherbst 2025

So, 28.9., 17.00 Uhr

Ort: Schloss Sandizell, Schloßstraße 4

„This time next year“ – ein Kurt Weill-Abend

Fr, 10.10., 19.00 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

„Oh, des is guat“ – Wienerlied mit den Strottern

So, 19.10., 17.00 Uhr

Ort: Herzog-Filmtheater, Herzoganger 4, Schrobenhausen

„Von Toledo bis Jerusalem“

Eine musikalische Reise durch das Judentum

So, 2.11., 19.00 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Die First Lady des Bavarian Rap: RiA REiSER

Fr, 14.11., 19.00 Uhr (Soloshow)

Ort: JuZe, Greenhouse

Doctor Döblingers geschmackvolles KASPERLTHEATER

„Erlösung ist kein Trallala oder Das Packerl der Pandora“

Di, 18.11., 19.00 Uhr (Erwachsene)

„Kasperl und das Gschpentscht oder Der verschossene Ball“

Mi, 19.11., 10.00 Uhr (Kinder)

Ort: jeweils Pfarrsaal Schrobenhausen, Im Tal 9

Komm, du schöne Freudenkrone

Einführung in die Kantaten von Johann Sebastian Bach

Mo, 17.11., 19.00 Uhr

Ort: Musiksaal des Gymnasiums Schrobenhausen

Chor-Orchester-Konzert:

Johann Sebastian Bach – Kantaten zum Advent

So, 23.11., 19.00 Uhr

Ort: Heilig Geist Kirche Mühlried

Allgemeine Infos zum Kulturherbst 2025

Anmeldungen zu allen Veranstaltungen erfolgen über die vhs Schrobenhausen unter www.vhs-sob.de, via Mail unter vhs@vhs-sob.de, telefonisch unter 082 52/89 400 oder persönlich zu den Öffnungszeiten in der Geschäftsstelle. Die Gebühren werden kurz vor Beginn der Veranstaltung durch die vhs eingezogen. Bei allen Veranstaltungen sind, soweit noch Plätze vorhanden sind, Kurzentschlossene gerne gesehen.

PROGRAMM

Sonntag, 28. September 2025, 17.00 Uhr

Ort: Schloß Sandizell, Schloßstraße 4

Preis: 18,- €; Schüler/Azubis/Studenten 9,- €

Anmeldung: [Hier](#)



Tausendundeine Nacht – Die Märchenschlosslesung

Eröffnung Kulturherbst 2025

Claudia Ott und Ensemble Palestra



Foto: Blind Photographie

Claudia Ott

Große Liebesgeschichten aus 1001 Nacht. In dem Buch der Liebe erzählt Schahrasad dem König vier fesselnde Liebesdramen voller Sehnsucht, Magie und überraschender Wendungen – von Prinzen, Prinzessinnen, geheimnisvollen Sklavinnen und feuer-speienden Drachen.

Claudia Otts preisgekrönte Neuübersetzung bringt die ältesten Manuskripte in einer lebendigen Sprache zum Leuchten. Das Ensemble Palestra mit seinen wertvollen, historischen Instrumenten liefert den Soundtrack für die literarisch-musikalische Fantasierei- se durch Gestern und Heute, durch Abendland und Morgenland...



Foto: Stefan Albrecht | NDR Herbsttour



Ensemble Palestra

Freitag, 10. Oktober 2025, 19.00 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Preis: 18,- €; Schüler/Azubis/Studenten 9,- € [Anmeldung: Hier](#)



„This time next year“ – ein Kurt Weill-Abend

Julia Boegershausen

Kurt(z)Weill – Ein Kurt Weill Abend

„Ich mache jetzt die Jahre durch, wo der Künstler ständig auf dem Pulverfass ist, wo unverbrauchte Energien sich explosiv entladen müssen“, schreibt Kurt Weill 1925 an seine Eltern. Seine Biografie ist gekennzeichnet von Brüchen und explosiven Kräften, welche eine Musik voller Intensität und Hingabe, Individualität und Kontrapunkt, Reichtum und Stille hervorbringen. Dazu die



poetischen und epischen Einflüsse Brechts, Jean Cocteaus sowie Ira Gershwins in Deutschland, Frankreich und Amerika.

Der „gesprengte Rahmen“ eines kurzen Lebens in einem grenzen- und zeitlosen musikalischen Lebenswerk: „sei bedankt für all dieses Glück, mein angebetetes Leben.“

Ein Kurt Weill Portrait aus dem Blickwinkel von 4 Augen und 2 Herzen: Meta, Weills ideelle Wegbegleiterin und Lenya, seine Lebenspartnerin, begeben sich auf seinen Lebensweg.

Gesang: Julia Boegershausen

Piano und Regie: Andreas Rüdiger

„Ein Abend, der Mut macht. Sie beherrscht all die Facetten des Chansons: das Selbstbewusste, das Frivole, das Laszive, aber auch das Verhaltene. Und das fast Verzweifelte.“

(Beate Baum, DNN, 28.2.22)



Sonntag, 19. Oktober 2025, 17.00 Uhr

Ort: Herzog-Filmtheater, Herzoganger 4, Schrobenhausen



Preis: 18,- €; Schüler/Azubis/Studenten 9,- € **Anmeldung: Hier**

„Oh, des is guat“ – Wienerlied mit den Strottern

Klemens Lendl: Gesang, Violine

David Müller: Gitarre, Gesang

Das Wienerlied lebt! Und daran ist das Akustik-Duo „Die Strottern“ aus Wien nicht ganz unschuldig. Es schadet nicht, das originale Wienerlied aus den letzten Jahrhunderten zu kennen und zu mögen. Doch beides braucht man nicht für den Genuss der bei-



den Vollblutkünstler Klemens Lendl und David Müller. Seit über 20 Jahren entstauben die beiden das Wienerlied musikalisch und inhaltlich so gründlich, dass aus einer lokalen Liedtradition eine Musik entsteht, die auf der ganzen Welt verstanden wird. Davon zeugen auch Auszeichnungen wie der Deutsche Weltmusikpreis RUTH oder der AMADEUS Austrian Music Award.

Der raunzende Herzblutvortrag dieses intelligenten, authentischen und exzellent harmonisierenden Duos birgt so viel Komik und Kunstfertigkeit, dass zum Grübeln und Hinterfragen ohnehin kein Raum bleibt. In allem geht beiden herrlich oft der Fiakergaul durch. Leiwand! Kleine Weltspiegelungen einer Poesie des lustigen Traurigseins, voll der augenzwinkernden Weisheit hinter vermeintlicher Einfachheit. Wienerlied vom allerfeinsten, virtuos dargeboten in zeitgenössischem Zwirn.



Foto: Peter Mayr

Sonntag, 2. November 2025 , 19.00 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Preis: 18,- €; Schüler/Azubis/Studenten 9,- € **Anmeldung: Hier**



„Von Toledo bis Jerusalem“ – Eine musikalische Reise durch das Judentum

Esther Lorenz

Mit ihrer neuen musikalischen Reise präsentiert die Sängerin Esther Lorenz israelische und spanisch-jüdische Musikkultur. Auch das Ostjudentum mit seiner reichen lyrischen wie geistlichen Welt findet Raum. Der Poet Abraham Reisen wird oft der „Heinrich Heine der Jiddischen Sprache“ genannt. Sein Gedicht „Vek nish“ wird als Vertonung von Esther Lorenz im Duett mit Peter Kuhz vorgetragen, der das Konzert an der Gitarre begleitet.

Mit „Hinach Yaffa“ hat der Chansonkomponist und -sänger Georges Moustaki das romantische Hohelied der Bibel musikalisch festgehalten – „Wie schön bist Du meine Freundin, wie schön“.



Esther Lorenz erinnert mit „Bashana haba’a“ an das jüdische Neujahrsversprechen „Nächstes Jahr in Jerusalem“ und zitiert König David im Psalm 57, der mit seiner Harfe die Sonne wecken will.

Weniger bekannt ist die Musik der sephardischen Juden, die sich nach ihrer Vertreibung aus Spanien im Mittelalter in ganz Südeuropa, in Israel sowie in New York ansiedelten. „Adio Querida“ – der Abschied von der Geliebten wurde der Inbegriff dieser musikalischen Überlieferungen der Sepharden. Noch heute erinnert der spanische Flamenco an die maurischen Klänge dieser fast vergessenen Kultur.

Erläuterungen über Bräuche, Lyrikrezitationen und Streifzüge durch die jüdische Geschichte vom Mittelalter bis heute sowie die berühmte jüdische Prise Humor vervollständigen dieses kulturelle Kaleidoskop.

„Kaum jemand im Saal dürfte hebräisch verstanden haben, trotzdem gelang es Esther Lorenz, die Gefühlswelt, die zentralen Aussagen der Lieder mit der Sprache der Musik zu vermitteln, dass jeder im Saal verstanden haben dürfte.“ (Fränkische Landeszeitung)



Foto: David Beecroft

Freitag, 14. November 2025, 19.00 Uhr

Ort: JuZe, Greenhouse

Preis: 9,- €



Anmeldung: [Hier](#)

Die First Lady des Bavarian Rap: RiA REISER (Soloshow)

Wenn Hip-Hop auf niederbayerische Lebensfreude trifft, heißt das: RiA REISER is in the house!

Die charismatische Rapperin, Sängerin, Musikerin und Labelgründerin bringt bayerischen Mundart-Rap auf ein neues Level



– voller Energie, Haltung und Herz. Ob als Support von Dicht & Ergreifend, LaBrassBanda oder auf internationalen Bühnen wie in Las Vegas oder Dubai: RiA begeistert mit echtem Flow und einem Augenzwinkern.

Mit Songs wie „Balla Balla“, „Huastnguadlbua“ oder ihrer jüngsten Veröffentlichung „RiAvolution“ zeigt sie, wie weiblich, wild und wunderbar bayerischer Rap klingen kann. Mal solo, mal mit DJ, Tänzerinnen oder Bläsercombo – RiA reißt mit, regt auf und feiert das Leben.

Ein Konzert voller Power, Poesie und positiver Vibes – für alle, die echten Sound lieben.



Foto: Ben Kirner

Dienstag, 18. November 2025, 19.00 Uhr (Erwachsene)

Ort: Pfarrsaal Schrobenhausen, Im Tal 9

Preis: 18,- €; Schüler/Azubis/Studenten 9,- € [Anmeldung: Hier](#)



Doctor Döblingers geschmackvolles KASPERLTHEATER

Ein Klassiker des bayerischen Figurentheaters kommt zum Kulturherbst! Doctor Döblingers geschmackvolles Kasperltheater – seit 1994 bekannt für schrägen Humor, liebevoll gestaltete Figuren und charmanten Dialekt – bringt sein beliebtes Puppenspiel mit.

18. November 2025 (Vorstellung für Große):

„Erlösung ist kein Trallala oder Das Packerl der Pandora“

Kasperlpuppen können doch gar keine geheimen Wünsche und Sehnsüchte entwickeln, meint man meist. Doch vielleicht handelt es sich hier um ein unbegründetes Vorurteil. In Doctor Döblingers Ensemble jedenfalls träumen sich immer mehr Darsteller über ihr festgeschnitztes Rollenprofil hinaus. Sogar der Kasperl sucht nach einem alternativen Betätigungsfeld. Einen Ausweg könnte ein Päckchen vom fernen Schirmherrn, dem Doctor Döblinger zeigen, doch leider kommt es nie beim Kasperl an; nur ein Er-



presserbrief, in dem eine Riesensumme für die Herausgabe des Päckchens gefordert wird. Zum Glück kann der Kasperl auf die Hilfe seines Seppls zählen. Es ist nur zu hoffen, dass der noch mit seiner Rolle als begeisterter Freund und Helfer zufrieden ist.

Mittwoch, 19. November 2025, 10.00 Uhr (Kinder)

Ort: Pfarrsaal Schrobenhausen, Im Tal 9

Preis: 5,- €

Anmeldung:  Hier

19. November 2025 (Vorstellung für Kleine):

„Kasperl und das Gschpentscht oder Der verschossene Ball“

Als Kasperl seinen Fußball über die Schlossmauer schießt, beginnt ein turbulentes Abenteuer im Reich von König Torsten. Dort herrscht große Aufregung – unheimliche Gesänge aus dem Brunnen deuten auf ein echtes Gespenst hin! Gemeinsam mit dem furchtsamen Hausmeister Seppl macht sich Kasperl auf eine geisterhafte Mission – voll Witz, Musik und überraschenden Wendungen. Das Stück dauert ca. 45 Minuten und ist ein großer Spaß für Kinder und Erwachsene. Ein Highlight mit Kultstatus – ausgezeichnet mit dem Schwabinger Kunstpreis und dem Dialektpreis Bayern.

Puppenspieler: Josef Parzefall, Anton Frank

Musik: Florian Burgmayr



Montag, 17. November 2025, 19.00 Uhr
Ort: Musiksaal des Gymnasiums Schrobenhausen
Gebühr: 5,00 €



Anmeldung: [Hier](#)

Komm, du schöne Freudenkrone Einführung in die Kantaten von Johann Sebastian Bach Markus Bartholomé und Rita Brunner

Sie gehören zu den ganz großen Meisterwerken der Musikgeschichte – die Kantaten von Johann Sebastian Bach. Sowohl Musik und Text als auch die Hintergründe in Bachs Lebensumfeld bieten viel Interessantes. Markus Bartholomé und Rita Brunner führen in diesem Vortrag in die Musikwelt von Bachs Kantaten ein.

Die Kantate BWV 61 „Nun komm, der Heiden Heiland“ komponierte Johann Sebastian Bach, dessen 340. Geburtstag wir dieses



Foto: Liesbeth de Schampelaere

Jahr feiern, zum 1. Advent 1714 in Weimar, die Kantate BWV 70 „Wachet! Betet! Betet! Wachet!“ zum 2. Advent 1716 in Weimar. Beide Werke gehören zu den häufig gespielten Werken in der Adventszeit.



Diese Veranstaltung dient als Einstimmung zur Aufführung von Bachs Kantaten im Rahmen des Schrobenhausener Kulturherbstes am 23. November 2025 in der Heilig-Geist-Kirche Mühlried, kann aber auch als Einzelveranstaltung besucht werden.



Foto: Thomas Wenger

Sonntag, 23. November 2025, 19.00 Uhr

Ort: Heilig Geist Kirche Mühlried

Preis: 18,- €; Schüler/Azubis/Studenten 9,- € [Anmeldung: Hier](#)



Chor-Orchester-Konzert: Johann Sebastian Bach – Kantaten zum Advent Lenbach-Chor, Lenbach-Orchester

Zum Bach-Jahr 2025 will auch der Kulturherbst Schrobenuh mit einem festlichen Konzert beitragen. Auf dem Programm stehen zwei adventliche Kantaten: „Wachet! Betet! Betet! Wachet!“ (BWV 70) und „Nun komm der Heiden Heiland“ (BWV 61).

Bach komponierte die beiden Werke bereits in seiner Zeit am Weimarer Hof – ihre musikalische und rhetorische Fantasie begeistert bis heute: feierliche Chöre, nachdenkliche Arien und



dramatische Rezitative erzählen vom tiefen Glauben des barocken Meisters.

Mit dem Doppelkonzert c-Moll (BWV 1060) für Oboe und Violine zeigen die beiden Solisten Stela Trambeva und Eric Dorset die virtuose Seite von Bachs Musik.

Die Karten können in der vhs-Geschäftsstelle zu den üblichen Öffnungszeiten abgeholt werden bzw. werden, wenn gewünscht gegen 4 Euro Aufpreis (Einwurfeinschreiben) versendet.

Lenbach-Chor und Lenbach-Orchester

Roswitha Schmelzl, Sopran

Vanessa Fasoli, Alt

Oliver Kringel, Tenor

Giulio Alvise Caselli, Bass

Stela Trambeva, Oboe

Eric Dorset, Violine

Markus Bartholomé, Leitung



Kulturherbst 2025

Ein Kulturprogramm in solcher Vielfalt
über mehrere Wochen – das gibt es
in Schrobenhausen schon das vierte Mal.
Darum „Auf geht's!“ – und das meinen nicht nur
Musiker, Schauspieler und bildende Künstler.
Sie alle brauchen Publikum,
der Kulturherbst ist für alle,
das ist eine Sache der Gemeinschaft.

Ein solches Unterfangen braucht Unterstützung.
Wir danken allen Sponsoren und Mitstreitern,
die zum Gelingen des Projekts einen Beitrag leisten!

Impressum:

Herausgeber: Volkshochschule Schrobenhausen e. V.,
Lenbachstraße 22, 86529 Schrobenhausen
 sobvhs · www.vhs-sob.de

Stadt Schrobenhausen
Lenbachplatz 18 · 86529 Schrobenhausen
Telefon: 08252 90 0 · kultur@schrobenhausen.de
 Stadt Schrobenhausen · www.schrobenhausen.de

Gestaltung/Druck: KASTNER AG – das Medienhaus,
Schloßhof 2–6, 85283 Wolnzach

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

Fotonachweise:

Alle Bilder dieses Flyers sind urheberrechtlich geschützt.
Das Urheberrecht liegt, soweit nicht anders gekennzeichnet, beim Veranstalter und den jeweiligen Künstlern.



Volkshochschule
Schrobenhausen e.V.



Lenbachstadt im Spargelland
Stadt Schrobenhausen



Kultur

Ricardo Volkert & Ensemble – In den Gassen und Tavernen des Südens Flamenco, Rumba & Romanzen

K-224

NEU!

Ricardo Volkert

Mit rassisger Flamencogitarre, virtuosem Violoncello und spanischem Gesang begeben sich die beiden Musiker auf eine Tour, die vor allem durch den Süden Spaniens, durch Andalusien führt. Im Gepäck: traditioneller Flamenco (Soleares, Alegrías), andalusische Volkslieder (Zorongo Gitano, Sevillanas) und bezaubernde Vertonungen berühmter spanischsprachiger Dichter wie Federico García Lorca, Pablo Neruda oder Rafael Alberti. Orte und Zeiten werden musikalisch durchquert, von den Tavernen und Gassen der Dörfer und Städte, von Granada, Cádiz und Sevilla geht es an die Strände und in die Sierras, die Gebirge Andalusiens. Weit jenseits ausgetretener Touristenpfade von Sonnenanbetern und Pauschalangeboten treffen sie dabei auf eine magisch-poetische Bilderwelt, auf spannende, interessante Geschichten über Land & Leute. Ricardo Volkert erzählt in seinen Moderationen Geschichten über Poeten und Banditen, Heilige und Sünder, Geschichten aus Andalusien und Lateinamerika. Daraus formen sie mit ihren Romanzen, Rumbas und Balladen ein Klanggemälde aus bittersüßer Sinnlichkeit, purer Lebensfreude und Leidenschaft.

Termin: Freitag, 19.09.25, 19–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 22,00 €

Anmeldung: Hier


Mit Bavaria Klassik eintauchen in wunderbare Klangwelten

Meisterkonzert im Max-Joseph-Saal bei Kerzenschein

K-217

NEU!

Erleben Sie einen musikalischen Herbstabend, der die ganze Bandbreite der Gefühle und Stimmungen dieser Jahreszeit einfängt! Die renommierten Residenz-Solisten entführen Sie auf eine klangvolle Reise durch große Werke der Musikgeschichte: Freuen Sie sich auf Verdis kraftvolle „Nabucco“-Ouvertüre, Haydns schwungvolle Symphonie „La Chasse“ und Mozarts fröhliche A-Dur-Symphonie KV 201. Mit Dvoráks bewegender Suite „Aus der Neuen Welt“, Brahms' temperamentvollem Ungarischen Tanz Nr. 6 und Strauß' spritziger Polka „Die Jagd“ erwartet Sie ein abwechslungsreiches Konzertprogramm, das Herz und Sinne berührt. Ein stimmungsvoller Abend voller musikalischer Highlights – lassen Sie sich verzaubern!

Hinweis: Die Anreise erfolgt in Eigenregie. Anmeldeschluss: 17.09.25.

Termin: Samstag, 18.10.25, 19.30–21 Uhr

Ort: Max-Joseph-Saal der Residenz, München

Gebühr: 59,00 €

Anmeldung: Hier


Festkonzert in der Allerheiligen Hofkirche der Residenz – Serenade bei Kerzenschein

K-218

NEU!

Ein Konzert voller Klangfarben und Emotionen erwartet Sie: Tschaikowskis romantische Serenade, Vivaldis eindrucksvoller „Winter“, Mozarts unvergängliche „Eine kleine Nachtmusik“ sowie Rossinis elegante Serenade in C-Dur und die lebhaft Arie des Figaro machen diesen Abend zu einem besonderen Erlebnis. Die Residenz-Solisten präsentieren Ihnen ein Programm, das klassische Musik in ihrer schönsten Form zeigt – abwechslungsreich, virtuos und mitreißend.

Hinweis: Die Anreise erfolgt in Eigenregie. Anmeldeschluss: 04.11.25.

Termin: Freitag, 05.12.25, 19.30–21 Uhr

Ort: Allerheiligen-Hofkirche der Residenz, München

Gebühr: 59,00 €

Anmeldung: Hier


Festkonzert zu Beethovens Geburtstag im Cuvilliés-Theater

K-219

NEU!

In einem der schönsten Rokokotheater Europas, wo einst Mozarts Idomeneo uraufgeführt wurde und Napoleon 1806 Don Giovanni genoss, erwartet Sie ein musikalisches Highlight: Die Residenz-Solisten präsentieren drei große Werke Beethovens – die kraftvolle 3. Symphonie Eroica, die frische 1. Symphonie in C-Dur sowie das majestätische Klavierkonzert Emperor. Genießen Sie Klassik in einem einzigartigen Ambiente mit historischer Strahlkraft.

Hinweis: Die Anreise erfolgt in Eigenregie. Anmeldeschluss: 15.11.25.

Termin: Mittwoch, 17.12.25, 20–21.30 Uhr

Ort: Cuvilliés-Theater, Residenz, München

Gebühr: 85,00 €

Anmeldung: Hier



Fotoshooting Weihnachtszauber – das perfekte Weihnachtsgeschenk

Tine Siegl Fotografie

Sichert euch euer kleines Stück Weihnachtsmagie in meinem gemütlichen Tageslicht-Fotostudio in Schrobenuhausen/Steingriff! In einem liebevoll gestalteten Minishooting erwarten euch zwei zauberhafte Sets für die Kleinen- und ein stimmungsvolles Familienset, das eure Vorfreude auf Weihnachten perfekt einfängt. Ich freue mich darauf, euch in entspannter Atmosphäre willkommen zu heißen. Buchbar pro Familie 119€ inkl. 3 Bilder als Download (jede weitere Datei 15€). Weitere Eindrücke finden Sie unter: www.tinesiegl-fotografie.com oder [instagram.com/tine_siegl_fotografie](https://www.instagram.com/tine_siegl_fotografie)

Termin: Samstag, 18.10.25, 10–15.30,

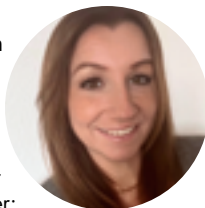
Persönlicher Zeitslot von 30 Minuten bitte telefonisch reservieren.

Ort: Fotostudio Tine Siegl Fotografie, Im Grund 6, Schrobenuhausen

Gebühr: 119,00 € / pro Familie

K-228

NEU!



Anmeldung: Hier



Starke Stimme und Präsenz – überzeugend auftreten – mit der Schauspielerin Eleonore Daniel

Eleonore Daniel

Hier lernen Sie, Ihre Stimme und Präsenz für eine Präsentation oder einen Vortrag zu stärken. Ich zeige Ihnen, wie Texte erschlossen werden und Sie Ihre Körpersprache und Stimme so aktivieren, dass Sie beim Vortrag überzeugen. Dabei bekommen Sie auch Tipps, wie Sie Ihre Stimme schonen und dennoch gut hörbar und verständlich sind. Dann steht einem gekonnten Auftritt nichts mehr im Wege! Für Menschen mit und ohne Vorkenntnisse, die Sicherheit und Freude beim Vortragen bekommen möchten. Besonders auch geeignet für Menschen in Sprechberufen. 1 Stunde Mittagspause.

Termin: Sonntag, 12.10.25, 10–17 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 69,00 €

K-511

NEU!



Anmeldung: Hier



Jauchzet, frohlocket! Barockmusik Europas zur Weihnachtszeit – festlich, feierlich, fröhlich

Rita Brunner

Für viele gehört Bachs Weihnachtssoratorium als festliches Meisterwerk zur Weihnachtszeit. Aber ist das wirklich alles? Gerade der Barock hat für diese besondere Zeit ganz vielfältige Musik zu bieten.

Dieser Vortrag bietet einen bunten Querschnitt durch weihnachtliche Musik einiger europäischer Länder mit vielen Hörbeispielen und interessanten Hintergründen und damit auch eine klangvolle Einstimmung in das bevorstehende Weihnachtsfest.

Termin: Dienstag, 16.12.25, 19–20.30 Uhr

Ort: Gymnasium, Musiksaal

Gebühr: 5,00 €

K-236

NEU!



Anmeldung: Hier



10 Jahre Hudlhub – Jubiläumskonzert

Mathias Petry

„Jetzt mit noch mehr Inhalt zum gleichen Preis!“ – so kündigt die Liedermacher-Band Hudlhub augenzwinkernd die laufende Konzertsaison an, und die ist gleich in mehrerlei Hinsicht besonders: Zum zehnjährigen Tour-Jubiläum ist aus dem Trio nämlich ein Quartett geworden. Neu dabei ist der Gerolsbacher Gitarrist Jürgen Mill. Für noch mehr Sound und noch mehr Kraft.

Seit 2015 sind die Hudlhuber mittlerweile auf Bayerns Bühnen unterwegs, die Zahl der Auftritte ist längst dreistellig; mehrere Gastspiele im Münchner Schlachthof, ein Konzert im Theatersaal des Gasteigs, aber auch Auftritte auf zahlreichen bayerischen Kleinkunsth Bühnen hat die Ur-Besetzung mit Barbara Liebhart (voc),



Foto: Jochen Niemann

K-215

Sabine Beck (voc, perc) und Mathias Petry (voc, git) mittlerweile in der Tasche, dazu etliche Radio- und Fernsehauftritte, zwei Studioalben auf dem bekannten bayerischen Label Donnerwetter Musik und etlichen Sampler-Beteiligungen. Die Pandemie hat auch bei den Singer-Songwritern Spuren hinterlassen, aber auch nach dem Knick entstanden immer wieder neue Songs. Ins Jubiläumsjahr gehen die Hudlhuber mit zwei brandaktuellen Singles, zum einen mit einer Neuinterpretation des alten Volkslieds „Drunt in der greana Au“, das soundmäßig von Ludwig Maier in Palma de Mallorca veredelt wurde, und zum anderen mit dem Ohrwurm „Zwoa Paar Schua“, den der international tätige Produzent Rob Nikowitsch arrangiert hat und der von Oli Morgan im Abbey Road Studio in London gemastert wurde. Dass nun Jürgen Mill die Jubiläumskonzerte mitspielt, hat sich in den vergangenen bei diversen Sessions eher zufällig ergeben. Mill ist seit Jahrzehnten Gitarrist der Aichacher J. J. Blues Band, darüber hinaus ist er ein erfahrener, geschulter Sänger mit klassischer Ausbildung, so dass es ihm leichtfällt, den Hudlhuber Satzgesang, der die Band ausmacht, zu erweitern. Mit ihm werden die Songs der Band noch kraftvoller, noch abwechslungsreicher.

Einlass: 19 Uhr

Termin: Samstag, 11.10.25, 20–22 Uhr

Ort: Herzog-Filmtheater, Herzoganger 4, Schrobhausen

Gebühr: 18,00 €, Abendkasse 20,00 €

Anmeldung: Hier



vhs Hausmusik mit Mathias Petry & Friends - After Work.

Die Hausmusik findet im blauen Saal, 3. Stock der vhs statt. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Abendkasse, soweit nicht ausverkauft, vorhanden.



vhs Hausmusik

K-211

Nach der Arbeit nicht gleich nach Hause, sondern erst mal ein wenig abschalten – das ist die Idee der vhs-Hausmusik, immer mittwochs um 18.30 Uhr. 90 Minuten lang raus aus dem Trott und rein in die wunderbare Welt der Kleinkunst, das erwartet die Besucher der Abende zur blauen Stunde im Blauen Saal der vhs. Der Eintritt kostet zehn Euro, und wer es vorher nicht nach Hause geschafft hat, wird Kleinigkeiten zum Knabbern finden, Getränke werden natürlich auch angeboten. Gastgeber Mathias Petry, der mittlerweile seit über 40 Jahren auf Bayerns Bühnen (und manchmal auch darüber hinaus) stand und steht, lädt immer einige Gäste ein. Musikalisch wird es quer durch den Gemüsegarten gehen, von Klassik bis Jazz, von Folk bis Pop, mit bekannten Titeln und eigenen Stücken, dargeboten mal solo, mal im Duo, mal im Trio. An diesem Abend lädt Mathias Petry mit seinen Freunden zu einem lockeren musikalischen After-Work-Abend in die vhs ein. Lassen Sie sich überraschen. Einlass: 18 Uhr

Termin: Mittwoch, 08.10.25, 18.30–20 Uhr

Gebühr: 10,00 €

Anmeldung: Hier



➤ Weitere Termine

Mittwoch, 10.12.25, 18.30–20 Uhr (K-212)

Mittwoch, 28.01.26, 18.30–20 Uhr (K-213)

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Gigler



Verwertung. Entsorgung. Recycling.

Schrobhausen 08252 8977-0
Augsburg 0821 716-856
Pfaffenhofen 08441 892-92

info@gigler.de
www.gigler.de



Wir setzen die erfolgreiche Reihe „vhs macht Kino“ fort.

Jeden ersten Mittwoch im Monat wird im Herzog-Filmtheater um 19 Uhr ein besonderer Film gezeigt. Einlass ist ab 18 Uhr bei geöffnetem Filmcafé. Preis 9 €, ermäßigt 5 €. Die Einführung erfolgt durch Eleonore Daniel. Den jeweiligen Trailer zum Film und weitere Informationen gibt es auf unserer Homepage.

VHS macht Kino „Mrs Harris und ein Kleid von Dior“

K-400



2022, franz. engl. ung. Tragikkomödie

„Mrs. Harris und ein Kleid von Dior“ erzählt die Geschichte von Ada Harris, einer Putzfrau in London, die sich verzauert von einem Dior-Kleid, das sie bei einer Kundin sieht. Sie beschließt, selbst ein solches Kleid zu besitzen und reist nach Paris, um ihren Traum zu verwirklichen.

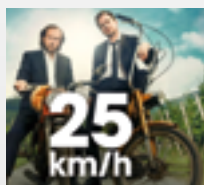
Termin: Mittwoch, 03.09.25, 19–20.30 Uhr



Anmeldung: Hier

VHS macht Kino „25 km/h“

K-401



25 km/h ist ein deutscher Spielfilm des Regisseurs Markus Goller. Goller inszenierte den Film nach einem Drehbuch von Oliver Ziegenbalg, das von einem ungleichen Brüderpaar mittleren Alters erzählt, das sich nach dem Krebstod des Vaters den Jugendtraum einer gemeinsamen Reise auf Mofas quer durch Deutschland erfüllt. In den Hauptrollen: Lars Eidinger und Bjarne Mädel. Daneben: Sandra Hüller, Franka Potente, Alexandra Maria Lara, Jella Haase, Jödis Triebel und Wotan Wilke Möhring vor die Kamera

Termin: Mittwoch, 01.10.25, 19–20.30 Uhr



Anmeldung: Hier

VHS-Familien Kino Sonntag! „Yoko“

J-400

NEU!



Freuen Sie sich auf einen entspannten Kinonachmittag mit der ganzen Familie! Mit Popcorn, guter Laune und gemütlicher Atmosphäre erleben wir gemeinsam den Film „Yoko“ – spannend, witzig und herzerwärmend. Wir freuen uns über eine verbindliche Anmeldung – so erleichtern Sie uns die Planung. Kurzentschlossene sind ebenfalls willkommen – es gibt eine Kasse vor Ort. Einlass 14 Uhr. Mehr Informationen und den Trailer zum Film finden Sie auf unserer Homepage.

Termin: Sonntag, 02.11.25, 15–16.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 5,00 € / pro Erwachsener / pro Kind



Anmeldung: Hier

VHS macht Kino „Sophia, der Tod und ich“

K-402



„Sophia, der Tod und ich“ ist ein Roman von Thees Uhlmann, der eine Mischung aus Komödie, Tragödie und Roadmovie ist. Die Geschichte handelt von Reiner, der sterben soll, aber noch Zeit geschenkt bekommt. Mit dem Tod als Begleiter unternimmt er einen Roadtrip und philosophiert über das Leben und den Tod.

Termin: Mittwoch, 05.11.25, 19–20.30 Uhr



Anmeldung: Hier

VHS macht Kino „der Lehrer, der uns das Meer versprach“

K-403



„Der Lehrer, der uns das Meer versprach“ ist ein Spielfilm aus dem Jahr 2023, der in Spanien spielt und auf dem gleichnamigen Roman basiert. Die Geschichte handelt von einem idealistischen Lehrer, Antoni Benaiges, der in den 1930er Jahren in ein abgelegenes Dorf in der Provinz Burgos berufen wird und seinen Schülern ein Leben voller Hoffnung und Bildung schenken will, bevor der Spanische Bürgerkrieg ausbricht

Termin: Mittwoch, 03.12.25, 19–20.30 Uhr



Anmeldung: Hier

VHS macht Kino „Toni und Helene“

K-404



„Toni und Helene“ ist ein deutscher Kinofilm aus dem Jahr 2024, eine Tragikomödie, die von zwei grundverschiedenen Frauen handelt, die gemeinsam auf eine Reise gehen. Helene, eine ehemalige Schauspielerin, plant Sterbehilfe in der Schweiz in Anspruch zu nehmen, während Toni, eine unkonventionelle Lebenskünstlerin, nach einem Sturz in der Seniorenresidenz zur Erholung untergebracht ist.

Termin: Mittwoch, 07.01.26, 19–20.30 Uhr

Anmeldung: [Hier](#)

VHS macht Kino „Maria Montessori“

K-405



Maria Montessori (Originaltitel La Nouvelle Femme) ist ein Film von Léa Todorov. In dem Sozialdrama spielt Leila Bekhti eine in Paris lebende Halbweltdame, die eine behinderte Tochter hat und daher bei Maria Montessori, verkörpert von Jasmine Trinca, Hilfe sucht und auch bekommt.

Termin: Mittwoch, 04.02.26, 19–20.30 Uhr

Anmeldung: [Hier](#)

VHS macht Kino – das Valentinstags Special – „Wellness für Paare“

K-406



Verbringen Sie den Valentinstag einmal anders – bei einem unterhaltsamen Filmabend in gemütlicher Atmosphäre! Gezeigt wird die romantische Komödie „Wellness für Paare“, die mit viel Witz und Charme Einblicke in die Höhen und Tiefen langjähriger Beziehungen gibt. Freuen Sie sich auf leckeres Fingerfood und ein Glas Sekt zur Begrüßung. Eine tolle Gelegenheit, gemeinsam zu lachen, zu genießen und den Abend in guter Gesellschaft zu verbringen – ein Abend für

alle: Paare, Singles und Freunde, eben alle, die den Valentinstag besonders gestalten möchten...

Termin: Samstag, 14.02.26, 19–21 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 25,00 € pro Person

Anmeldung: [Hier](#)


Weitere Schmankerl, Konzerte und Lesungen

Sonntags-Matinee: Arsatus Consort – CD-Vorstellung

K-245

Prof. Dr. Georg Brunner

Das Arsatus Consort, bekannt aus dem Schrobenehausener Kulturherbst 2024, widmet sich seit 1988 der Wiederentdeckung süddeutscher Klostermusik. Im September 2025 entstand ein neues Projekt mit der PH Schwäbisch-Gmünd (Prof. Dr. Hermann Ullrich), das sinfonische Werke schwäbischer Komponisten um 1800 – u.a. Franz Bühler und Johann Melchior Dreyer – präsentiert. In der Matinee werden Auszüge der CD-Produktion sowie Einblicke in Projektentstehung und -umsetzung geboten. Mitwirkende sind u.a. Mitglieder des Arsatus Consorts (Prof. Dr. Georg Brunner, Leitung und Violine; Rita Brunner, Violine; Markus Bartholomé, Oboe; Michael Rupprecht, Violoncello; Gerhard Abe-Graf, Cembalo) und Produktionsleiter Thomas Laar.

Termin: Sonntag, 26.10.25, 11.30–13 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 20,00 €

Anmeldung: [Hier](#)


„Und jährlich grüßt die Weihnachtsgans“

Jürgen Wegscheider, Elenore Daniel

Fröhliche, skurrile, liebevolle Szenen, Geschichten und Gedichte über Menschen und Tiere zum Wundern und Schmunzeln in der „staaden Zeit“ und zum „Fest der Liebe“ u.a. von Ludwig Thoma, Christian Morgenstern, Karl Valentin, Erich Seyfried

Termin: Donnerstag, 27.11.25, 19–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: [Hier](#)


K-202

Konzert mit Gerhard und Max – Ankommen in der staaden Zeit

K-222

Gerhard Pfab und Max Off

Genießen Sie traumhafte Melodien von Pixner, Avsenik und Co. auf Gitarre, Alphorn, Trompete und Akkordeon!

Termin: Freitag, 05.12.25, 20–21 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 10,00 €

Anmeldung: [Hier](#)


NEU!

NEU!

NEU!

Jazz2Go – Musik, die grooved! – Konzert im blauen Saal

K-216

Jazz2Go

Jazz2Go bringt Musik, die verbindet – modern, vielseitig und voller Energie. Mit einer spannenden Mischung aus Jazz, Funk und Pop sorgt die Band für gute Stimmung bei Jung und Alt. Saxofone, Piano, Bass, Schlagzeug und gelegentlicher Gesang schaffen einen lebendigen Sound, der mitreißt, berührt und Spaß macht – live und nah am Publikum. Einlass ab 19:45 Uhr – Abendkasse vorhanden

Termin: Freitag, 19.12.25, 20–21 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 10,00 €



Jens Rohrer: Eine Schlimme Nacht – Theaterstück

K-223

NEU!

Jens Rohrer

„S“ kann nicht einschlafen. Schon wieder. Er macht Atemübungen, er versucht zu meditieren, nichts hilft. Er lamentiert, flucht und fleht. Was ist schuld? Zu viel Kaffee? Zu wenig Sport? Der Kapitalismus? Das Gehirn, dem nun die seltsamsten Sachen einfallen? Längst vergessen geglaubte Erinnerungen kommen und da ist ja auch noch die Sache mit den Teletubbies...

Mit viel Witz und Ironie nimmt Jens Rohrer in seinem Text die Volkskrankheit Schlafstörungen aufs Korn. Schauspieler Benjamin Dami aus dem Ensemble des Stadttheaters Ingolstadt spielt den Schlaflosen. „Kann man eine Tragödie schreiben, die zugleich Komödie ist? Kann man, wenn man Jens Rohrer heißt und den brillanten Schauspieler Benjamin Dami für ein innovatives Bühnenprojekt gewinnt.“ „Die damit verbundenen Qualen und Reflexionen spielt er (Dami) grandios: textsicher und mit ausdrucksstarker Mimik und Gestik, geschickt intonierend und meisterhaft larmoyant.“ „Jens Rohrer ist mit seinem ersten Theaterstück, bei dem er auch Regie führt, ein glänzendes Debüt geglückt.“ Einlass: 18 Uhr

Termin: Sonntag, 08.02.26, 19–20.30 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: Herzog-Filmtheater, Filmcafé, Herzoganger 4

Gebühr: 20,00 €

Samstagabendhelden – Persönliche Begegnungen mit den legendärsten Stars aus Film, Funk und Fernsehen

K-220

NEU!

Tim Präse

„Das war spitze!“ – Showgiganten hautnah. Tim Präse spürt dem Gefühl einer ganzen Generation, einer Epoche nach und porträtiert die großen Entertainer, Schauspieler, Künstler, mit denen wir aufwuchsen, die uns begleitet, geprägt, erheitert und über viele Jahre die Familienabende vor dem Fernseher bestimmt haben. Mit Udo Lindenberg fährt er auf dessen »Rockliner«, Barbara Schöneberger erlaubt ihm als bisher einzigem Journalisten wirklich private Einblicke, Götz George und Pierre Brice geben ihm ihre letzten Interviews... Präse trifft Thomas Gottschalk, Christiane Hörbiger, Hape Kerkeling, Konstantin Wecker, Jan Fedder, Alfred Biolek und lässt Legenden wie Udo Jürgens, Lorient, Hans-Joachim Kulenkampff, Harald Juhnke, Günter Strack und andere noch einmal für uns aufleben. Wie keinem Zweiten gelingt es ihm, Menschen zu öffnen, Stimmungen einzufangen und vergrabene Gefühle und Geschichten ans Licht zu holen. Die Wiederauferstehung des Samstagabend-mit-der-Familie-vor-dem-Fernseher-Gefühls.

Termin: Donnerstag, 15.01.26, 19–20.30 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 12,00 €



Märchen, die das Herz berühren

K-205

NEU!

Maria Zenker

Es gibt Märchen und Geschichten, die hört man und vergisst sie wieder. Dann gibt es solche, die begleiten uns eine Weile oder auch länger – sie schwingen in uns nach und berühren unsere Seele. An diesem Abend möchte ich Ihnen Märchen erzählen, die mir am Herzen liegen. Manche begleiten mich schon lange, andere sind neu hinzugekommen. Die Geschichten erzählen von Zusammenhalt, Vertrauen, Herzenskraft, Authentizität und Glück. Vielleicht wird die eine oder andere Erzählung für eine Weile auch zu Ihrem Lieblingsmärchen?

Termin: Freitag, 30.01.26, 19.30–21 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 12,00 €

Wenn Sie Ihren Kurstermin vergessen...

...haben Sie keinen Anspruch auf Rückerstattung der entrichteten Gebühren!

Ralf Winkelbeiner – HAPPY

Ralf Winkelbeiner ist ein Grenzgänger zwischen Kabarett und Comedy. Pointe auf Pointe auf Pointe – das ist sein Markenzeichen. Kabarett- und Comedygrößen wie Michael Mittermeier, Martina Schwarzmann und Martin Frank haben das Talent des Newcomers schnell erkannt und ihn zu sich ins Vorprogramm geholt. Seine urkomischen Sichtweisen auf alltägliche Sachverhalte, vorgetragen in feinsten bayerischer Mundart, lösen beim Publikum nicht enden wollende Lachsalven aus. Dass er dabei auch die Menschen erreicht, die des Bayerischen nicht mächtig sind, unterstreichen mehrere Kabarettpreise, mit denen Ralf Winkelbeiner jüngst ausgezeichnet wurde. So durfte er sich unter anderem über das „Weißenhörnchen Wölflchen“, den „Mönchshof Kabarettpreis Kulmbach“, den „Kufsteiner Kabarettpreis“ sowie über den „Hallertauer Kleinkunstpreis“ freuen. Auch deshalb darf sich Ralf Winkelbeiner zum Ensemble des deutschlandweit bekannten Quatsch Comedy Clubs zählen. Ab Herbst 2025 ist Ralf Winkelbeiner mit seinem nagelneuen Programm „HAPPY“ auf Tour. Ein (noch) Geheimtipp, den Sie sich nicht entgehen lassen wollen! Einlass ab 19 Uhr

Termin: Samstag, 18.04.26, 20–22 Uhr

Ort: Herzog-Filmtheater, Herzoganger 4, Schrobenehausen

Gebühr: 23,00 € / Abendkasse 28,00 €

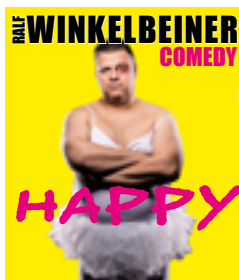


Foto: Susie Kroll

K-217

NEU!

Anmeldung: Hier


Konzerte Im Pavillon Saison 2025

Restkarten für die Veranstaltungen gibt es nur noch an der Abendkasse. Anfragen richten Sie bitte direkt an die E-Mail-Adresse pavillonkonzerte@schrobenehausen.de.



KONZERTE IM PAVILLON

Konzerte im Pavillon: Tom & Flo – Der Sound der 60er Jahre

K-703

Friedrich Halbleib

Das Duo Florian Laske (Gesang, Gitarre) und Tom Prestele (Kontrabass, Gitarre) hat seine Wurzeln in der Straßenmusik und begeistert mit energiegeladenen Melodien und Beats. Ihre Musik, geprägt von Sixties-Sound und Interpretationen von Beatles und Everly Brothers, verspricht ein unvergessliches Erlebnis. Tom und Flo sind Großcousins und haben sich nach Jahren wiedergefunden. Sie haben den Circus Krone in München ausverkauft und haben im Dezember 2024 ein neues Album veröffentlicht. Ihre Konzerte zeichnen sich durch eine Mischung aus nostalgischem Charme und modernem musikalischen Können aus, die den Sound der 60er Jahre zurück auf die Bühne und in die Herzen der Zuhörer bringt. Martin Krehlak, ein preisgekrönter Jazzsaxophonist, ergänzt das Duo. Er hat sein Masterstudium mit Auszeichnung abgeschlossen und wurde mit dem Kulturpreis Bayern 2019 geehrt. Neben seiner künstlerischen Tätigkeit ist er auch als Pädagoge aktiv und seit März 2024 stellvertretender Leiter der Städtischen Sing- und Musikschule Schrobenehausen. Verpassen Sie nicht die Chance, dieses musikalische Highlight live zu erleben und tauchen Sie ein in die Musik von gestern, heute und morgen, präsentiert von drei außergewöhnlichen Künstlern.

Termin: Samstag, 27.09.25, 20–22.30 Uhr

Ort: Musikpavillon Schrobenehausen

Gebühr: 22,00 €



Foto: TomFlo Pressepic

Anmeldung: Hier


Konzerte im Pavillon: Amelio Trio – Preisträgerkonzert

K-704

Friedrich Halbleib

Das Amelio Trio, bestehend aus Johanna Schubert (Violine), Merle Geißler (Violoncello) und Philipp Kirchner (Klavier), ist eines der erfolgreichsten jungen Ensembles der deutschen Klassikszene, wurde 2012 gegründet und hat seitdem zahlreiche Auszeichnungen erhalten, darunter den zweiten Preis des ARD Musikwettbewerbs 2023 und den Preis des Deutschen Musikwettbewerbs 2024. Die drei MusikerInnen, die seit ihrer Jugend zusammen spielen, zeichnen sich durch ihr traumwandlerisches Zusammenspiel, ihre stilistische Vielfalt und ihre musikalische Energie aus. Konzertreisen führten sie durch Deutschland und Europa, mit Auftritten in renommierten Veranstaltungsorten wie der Alten Oper Frankfurt und dem Beethoven-Haus Bonn. Ihr Repertoire umfasst sowohl klassisch-romantische als auch zeitgenössische Musik. Im September 2025 erscheint ihre Debut-CD mit Werken von Ives, Beethoven, Mahler, Brahms und einer Auftragskomposition von Birke Bertelsmeier beim Leipziger Label GENUIN in Zusammenarbeit mit Deutschlandfunk Kultur. Das Trio wird durch Stipendien der Deutschen Stiftung Musikleben und des Cusanuswerks gefördert und spielt auf wertvollen Instrumenten aus dem Deutschen Musikinstrumentenfonds. Seit 2019 wird das Trio künstlerisch von Oliver Wille (Kuss Quartett) und Stefan Heinemeyer (ATOS Trio) betreut und erhielt wichtige Impulse von Eberhard Feltz, Steven Isserlis und dem Fauré Quartett.

Termin: Samstag, 15.11.25, 20–22.30 Uhr

Ort: Musikpavillon Schrobenehausen

Gebühr: 22,00 €



Foto: Irène Zandl

Anmeldung: Hier


Literatur – lesen und schreiben

Literatur-Gesprächskreis

K-203

Silke Rauschenbach

In diesem Arbeitskreis für Leserinnen und Leser lautet das Motto: „Sie lesen gerne und möchten sich über Literatur unterhalten? Bringen Sie Ihr Interesse und Ihre Neugier mit und erschließen Sie sich literarische Texte in anregender Runde!“ Die Semesterlektüre wird gemeinsam ausgewählt. Buchvorschläge sind willkommen. Den Buchtitel, den Sie bis zum ersten Abend gelesen haben sollten, erfahren Sie bei Silke Rauschenbach (Tel. 08252/82372).

Termin: Montag, 22.09., 20.10., 17.11., 15.12.25., 12.01., 09.02.26, 19–20.30 Uhr, 6x

Ort: Kursraum der Kursleiterin, Gregor-Mendel-Str. 26, Schrobhausen

Gebühr: 12,00 €

Anmeldung: Hier



SOB LIEST 2025: „Krimi on the road“ –

Lesung, Schauertrunk & Leckerei

K-206

SOB liest, Heike Kielsmeier

Krimi on the road: Spannender Abend voller schwarzem Humor bei SOB LIEST.

Am 18. Oktober laden die Teams des 10. Schrobhausener Lesefestes SOB LIEST und der Paarkunst gemeinsam zu einem besonderen literarischen Highlight ein: Die Krimilesung „Krimi on the road“ mit Ralf Kramp findet um 19 Uhr im Konzertsaal der Maria Ward Realschule statt. Der bekannte Autor Ralf Kramp, der für seine schwarzhumorigen Kriminalgeschichten weithin geschätzt wird, entführt sein Publikum auf eine irrwitzige Reise durch die dunklen Abgründe menschlicher Abgründe. Mit viel Sprachwitz, sarkastischem Charme und einer gehörigen Portion rabenschwarzem Humor erzählt er von tödlichen Ausflügen, mörderischen Begegnungen und dem alltäglichen Wahnsinn des Verbrechens – stets mit einem hintergründigen Lächeln und einem Koffer voller makabrer Geschichten im Gepäck. Morden mit einem Augenzwinkern – das ist die Spezialität von Ralf Kramp“ Im Dezember 2023 begeisterte er die Schrobhausener bereits mit seinem Programm „Drei Kopfschüsse für Aschenbrödel“. Der mehrfach ausgezeichnete Krimiautor versteht es, Spannung, Humor und literarischen Nervenkitzel perfekt zu verbinden. Das Ergebnis ist ein Abend voller Spannung, Lachen und überraschender Wendungen – makaber, pointiert und unverwechselbar. Passend zur Lesung gibt es kleine Schauergetränke, präsentiert von Christian Gradwohl, sowie köstliche Snacks von Evelyn Plöckl. Damit wird der Abend nicht nur literarisch, sondern auch kulinarisch zu einem besonderen Erlebnis. „Krimi on the road“ – dieser Titel passt perfekt zu dem diesjährigen Motto der Paarkunst „Unterwegs“, bei der sechs Kommunen entlang der Paar vielfältige Veranstaltungen anbieten. Dieser Abend verspricht ein unvergessliches Erlebnis für alle Krimifans und Freunde des schwarzen Humors zu werden. ...mehr Infos auf unserer Homepage. Die Lesung wird vom Bayerischen Staatsministerium für Wissenschaft und Kunst gefördert.

Termin: Samstag, 18.10.25, 19.30–21 Uhr

Ort: Maria-Ward-Realschule, Spitalgasse 2, Schrobhausen

Gebühr: 30,00 €



Anmeldung: Hier



Die kreative Schreibwerkstatt und Speedwriting mit Gabriele Kiesl

Laptop und Schreibutensilien bitte mitbringen.

Kreative Schreibwerkstatt

K-196

Entdecken Sie die Schatzkiste des Kreativen Schreibens! Inspirierende Schreibspiele und Schreibreisen lassen Ihre Worte fließen. Wer mag, kann eigene Texte – ob fertig oder im Entstehen – mitbringen, vorlesen und gemeinsam besprechen. Schreiben, vorlesen, zuhören: ein kreativer Austausch, der inspiriert.

Termin: Samstag, 22.11.25, 10–15 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 101, 1. Stock

Gebühr: 39,00 €

Anmeldung: Hier



Speedwriting – Blitzschnelles Schreiben:

Kreativtexte im Eiltempo

K-197

Zu Beginn des Workshops erhalten Sie Ihre Aufgabe und haben anschließend eine halbe Stunde Zeit zum Überlegen, bevor es ans Schreiben geht. Erste Kommentare zu Ihren Texten erhalten Sie nach der Mittagspause. Die Zeit zwischen 14 und 15 Uhr nutzen wir dann, um Ihre Story zu überarbeiten. Am Ende des Workshops sind Sie dann um eine Geschichte reicher – schnell geschrieben und kreativ (vielleicht auch crazy?) getextet!

Termin: Samstag, 27.09.25, 10–15 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 101, 1. Stock

Gebühr: 39,00 €

Anmeldung: Hier



Vom ersten Gedanken zum fertigen Buch – der kreative Weg zum Schreiben

K-198

Sie haben ein Buchprojekt und möchten es weiterentwickeln? Verleihen Sie Ihren Figuren mehr Leben, vertiefen Sie die Handlung und Ihre Arbeitsweise. Gemeinsam bringen wir Ihr Manuskript voran – inklusive Tipps zu Veröffentlichung und Verlagskontakten.

Termin: Samstag, 29.11.25, 10–15 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 101, 1. Stock

Gebühr: 43,00 €

Anmeldung: Hier



Rund um die Fotografie

Kamera für Einsteiger – Tipps und Kniffe von Michael Behrendt K-225

Dr. Michael Behrendt

Dieser Workshop ist für Personen geeignet, die – noch – keine oder wenig Ahnung von ihrer Kamera haben und mit ihrer Kamera durchstarten wollen. Nach einer Kennenlernrunde starten wir direkt mit den wichtigsten Zusammenhängen zwischen den einzelnen Kamerafunktionen. Blende – Belichtungszeit – ISO-Einstellung werden danach keine Fremdwörter mehr für Sie sein. Sie lernen, die Blenden- und Zeitautomatik gezielt auf Ihre Bildgestaltungsideen anzuwenden. Es werden auch Tipps zu verschiedenen Aufnahmesituationen gegeben, so dass Portraits, Tierfotos und Reisefotos gelingen. Das Gelernte wird anschließend gleich praktisch geübt.

Termin: Samstag, 22.11.25, 9–15 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 31,00 €

Anmeldung: Hier



Buchhandlung
an der Stadtmauer

Lenbachplatz 11
86529 Schrobenehausen

Telefon 08252 889301
Telefax 08252 889302

lesezeichen@buchhandlung-stadtmauer.de
www.buchhandlung-stadtmauer.de

Fototreff/Fotostammtisch K-300

Dr. Michael Behrendt

Der Fotostammtisch vom Fotoclub Schrobenehausen ist für alle geeignet, die Interesse an der Fotografie haben und langfristig ihre Fähigkeiten verbessern wollen. Es werden sowohl fotografische Themen, wie zum Beispiel Einstellungen an der Kamera, Portraitaufnahmen und Ähnliches behandelt, als auch über die Optimierung der Fotos durch Bildbearbeitung gesprochen. Eine Teilnahme an Ausstellungen und Workshops ist auch möglich. Die weiteren Termine und Kursräume werden im Kurs bekannt gegeben. Einstieg ist jederzeit möglich.

Termin: Dienstag, 10.09., 24.09., 08.10., 22.10., 12.11., 26.11., 10.12.2024

jeweils von 19–21 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: kostenlos

Anmeldung: Hier



Fotografieren mit System – Mehr als nur knipsen K-240

Mario Ratzel

Dieser Kurs ist für alle, die mehr als nur ihre Fotos knipsen wollen. Lernen Sie, Ihre Kamera mit der umfangreichen Programmvierfalt richtig zu nutzen. Begriffe wie Blende, Brennweite, Bildaufbau usw. werden, egal, ob Spiegelreflexkamera oder Kompaktkamera, ausführlich besprochen.

Tipps, Tricks und praktische Hinweise an Ihrer eigenen Kamera und eigenen Fotos werden gegeben. Der Kurs ist für alle Fotoamateureinnen und Fotoamateure, die Freude an der Fotografie haben. **Dieser Kurs findet in Kooperation mit der vhs Neuburg statt.**

Termin: Dienstag, 14.10.25 bis 18.11.25, 19–21 Uhr, 4 x

Ort: vhs Neuburg, Franziskaner Straße B200, 86633 Neuburg, Zimmer 108

Gebühr: 40,00 €

Anmeldung: Hier





Bilder im Handumdrehen generieren mit Künstlicher Intelligenz – Online Kurs mit Microsoft Teams

K-250

NEU!

Dr. Harald Schmidts

In diesem Kurs lernen Sie, mit künstlicher Intelligenz (KI) mittels einfacher Texteingaben künstlerische Bilder zu erzeugen. KI-Programme wie ChatGPT, DALL-E, Midjourney und Stable Diffusion sind in aller Munde. Zusammen wollen wir einige dieser Programme ausprobieren, um fotorealistische Bilder, Cartoons, Comics und Anime zu erzeugen. Dabei sind der Phantasie kaum Grenzen gesetzt. Dieser Kurs findet in Kooperation mit der vhs Aichach-Friedberg statt.

Termin: Montag, 27.10.25, 19–21 Uhr

Ort: Online – bei Ihnen zu Hause

Gebühr: 17,50 €

Anmeldung: Hier



Musik und Gesang

„Musizieren: Ein Vergnügen für Körper, Geist und Seele.“

„Musik ist die Sprache der Seele“ – dieses Zitat von Plato bringt es auf den Punkt: Musizieren bereichert unser Leben auf vielen Ebenen. Es ist nie zu spät, ein Instrument zu lernen – ob jung oder alt, ob mit oder ohne Vorkenntnisse. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass Musizieren nicht nur Freude bereitet, sondern auch das Gehirn nachhaltig trainiert und gerade im Alter zu bemerkenswerten Leistungen anregt. Unsere Kurse stehen allen offen, die Freude an Musik und den Wunsch haben, selbst zu musizieren. Instrumente bringen Sie in der Regel selbst mit, und bei Fragen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung. Beginnen Sie jetzt und entdecken Sie die wunderbare Welt der Musik!„

Unsere Gesangswshops mit Philip Meinhardt

Die Kurse finden in der Maria-Ward-Realschule, Spitalgasse 2 in Schrobenuhausen statt.

Schnupperabend Stimmbildung

K-502

Du singst schon lange, aber dein Atem reicht nicht aus? Oder wirst du schnell heiser, und triffst die Töne nicht immer? Dann besuche meinen Schnupperkurs RICHTIGES ATMEN während des Singens. Hier zeige ich dir die richtige Atemtechnik und helfe dir dabei deine Gesangstechnik zu verbessern. Egal ob du Anfänger oder fortgeschritten bist, egal ob POP, MUSICAL, CHOR-GESANG oder KLASSISCHER GESANG, bei mir bist du genau richtig! Ich zeige aus meiner über zehnjährigen Bühnenerfahrung als Opernsolist wie man ökonomisch und gesund mit einer auf dich passenden Atemtechnik singt, ohne zu ermüden oder heißer zu werden. Trau dich und melde dich noch heute für einen meiner Kurse an. Ich freue mich dich zu hören. Die Kosten für Kursunterlagen in Höhe von 10 € sind in der Kursgebühr nicht enthalten.

Termin: Donnerstag, 09.10.25, 19.45–21 Uhr

Gebühr: 30,00 €

Anmeldung: Hier



➤ Weitere Termine:

Termin: Montag, 08.12.25, 20–21.45 Uhr (K-504)

Anmeldung: Hier

Gesangswshop mit dem Profi für deine Stimme

K-507

Profitieren Sie, egal ob Hobbysänger, Chorsänger oder Profi von meiner über 10-jährigen Berufserfahrung als Opern- und Konzertsänger und als Gesangsdozent. Ich zeige in meinem Workshop an vier Abenden praxisnah die wesentlichen gesangstechnischen Dinge, die jeder Sänger, egal ob Klassisch, Pop, Musical, benötigt, um auf lange und dauerhafte Art und Weise gesund zu singen. Auch der Einsteiger im Gesang ist bei mir genau richtig: Hier zeige ich, wie man sofort mit den einfachsten Mitteln das erzeugen kann, was man sich stimmlich schon immer gewünscht hat. Sing dein Lied und lebe deinen Traum! Das ist mein Motto, nachdem ich schon jahrelang als professioneller Sänger erfolgreich auf der Bühne stehe und meinen Beruf mit voller Leidenschaft ausübe! Und das ist alles in meinem Programm für dich dabei: Einzel-Gesangscoaching: Ich setze mich einzeln nur mit dir und deiner Stimme auseinander und zeige dir, wie du einfach und effektiv deinen stimmlichen Traum verwirklichen kannst! Der Körper spielt dabei eine wichtige Rolle.

Mentalcoaching: Du programmierst nicht nur deine Stimme, nein, sondern das ganze Sein deiner Stimme, Erfolg, Freude! Denn Singen beginnt im Kopf und nicht im Hals! Gruppencoaching und Gesangstechnik: Ich zeige, worauf es beim Singen wirklich ankommt. Singen findet im ganzen Körper statt! Wir arbeiten an deinem eigenen Lied: Du kannst dich ganz verwirklichen und anhand deines Liedes deine Technik einsetzen und Freude beim Singen haben! Ich freue mich auf dich und deine Stimme. Die Kosten für Kursunterlagen in Höhe von 10 € sind in der Kursgebühr nicht enthalten.

Termin: Montag, 10.11.25 bis 01.12.25, 19.45–21 Uhr, 4 x

Gebühr: 109,00 €

Anmeldung: Hier



➤ Weitere Termine:

Termin: Montag, 12.01.26 bis 02.02.26, 20–21.45 Uhr, 4 x (K-508)

Anmeldung: Hier

Gemeinsames Singen (Chanten) macht Freude

K-501

Marion Burkert

Auf dem Programm stehen Lieder mit einfachen Texten und eingängigen Melodien, die es erlauben nach Herzenslust zu singen. Die musikalische Reise durch verschiedene Länder und Kulturen macht erfahrbar, dass Musik, egal welcher Nation, von allen Menschen verstanden und gefühlt werden kann. Gemeinsames Singen macht Freude, verbindet und tut einfach gut. Die Kosten für Getränke sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Mittwoch, 12.11.25 bis 10.12.25, 20–21.30 Uhr, 5 x

Anmeldung: Hier

Ort: „Leuchtturm“ Kinderhort, (Eingang bei Garage) Dachgeschoss, Bgm.-Stocker-Ring 38, 86529 Schrobenehausen

Gebühr: 35,00 €



STIMMVOLL in den Feierabend: gemeinsam singen – locker klingen

K-515

NEU!

Sandra Roth

Singen kann, darf und sollte jeder! Ich lade Sie herzlich ein, mit mir eine schöne Zeit voller Musik und guter Laune zu verbringen. Wir singen Songs aus verschiedenen Genres, begleitet von Gitarre, und machen im Vorfeld unsere Stimmen ein bisschen „warm“. Dabei stehen der Spaß und das gemütliche Beisammensein im Vordergrund – Anfänger und Erfahrene sind willkommen. Kommen Sie vorbei, singen Sie mit und genießen Sie einen entspannten Abend!

Termin: Mittwoch, 08.10.25 bis 17.12.25, 19.30–21 Uhr, 10 x

Anmeldung: Hier

Ort: Maria-Ward-Realschule, Spitalgasse 2, Schrobenehausen

Gebühr: 85,00 €



Instrumente Lernen

Ukulele Crash Kurs

K-516

NEU!

Sandra Roth

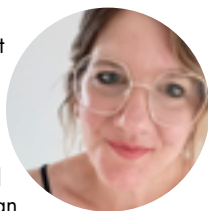
Lieder mit der Ukulele begleiten – Das kannst du spielend lernen! Möchtest du die Ukulele kennenlernen und gemeinsam mit anderen Musik machen? Dann bist du hier genau richtig! Die Ukulele ist ein viersaitiges Instrument mit Ursprung in Portugal, das heute vor allem in Hawaii sehr beliebt ist. In diesem Kurs lernst du, erste Lieder mit einfachen Akkorden zu begleiten und erhältst grundlegende Kenntnisse im Melodiespiel. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – der Kurs richtet sich an Anfänger jeden Alters, die Spaß an Musik haben und das Instrument entdecken möchten. Egal, ob du bereits musikalisch bist oder ganz neu anfängst: Ich begleite dich Schritt für Schritt auf deinem Weg zum eigenen Ukulele-Spiel. Bitte bei der Anmeldung angeben, ob ein Leihinstrument gg. Kautions benötigt wird.

Termin: Dienstag, 04.11.25, 18–19 Uhr und Freitag, 07.11.25, 17–18 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 40,00 €



Klavier und Keyboard

K-521

Gerhard Pfab

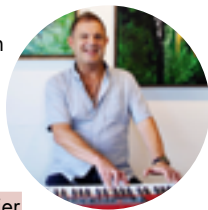
Klavierspielen trainiert nicht nur Gehirn und die Koordination, sondern macht auch sehr viel Freude. Dieser Kurs ist die Fortsetzung aus dem vergangenen Semester. Einzige Voraussetzung: Ein Klavier oder Keyboard zum Üben muss vorhanden sein. In diesem Kurs erlernen Sie fundierte Grundkenntnisse für das Klavier und das moderne Keyboard.

Termin: Montag, 29.09.25 bis 24.11.25, 10.15–11 Uhr, 8 x

Anmeldung: Hier

Ort: Haus des Kursleiters, Am Schleifmühlkanal 1, SOB

Gebühr: 105,00 €



Neukäufer

Küchen nach Maß GmbH



SO INDIVIDUELL WIE SIE:
IHRE NEUE KÜCHE



Exklusive Küchen vom Hersteller

Georg Neukäufer

Ihr kreativer Schreinermeister



Beinbergerstr. 23,
86561 Rettenbach
Tel. 082 52-8 18 19
Fax 082 52-88 39 66

Gitarrenspiel mein schönstes Hobby

K-530

Gerhard Pfab

Dieser Gitarrenkurs wendet sich an Erwachsene, die sich in ihrer Freizeit mit Musik beschäftigen wollen. Ich vermittele die Grundlagen zum erfolgreichen Gitarrenspiel. Melodie, Picking und Akkordbegleitung sowie die wichtigsten Akkorde und Rhythmen. Die Kosten für Kopien sind in der Kursgebühr nicht enthalten. Kein Kurs am 24.10.25!

Termin: Freitag, 19.09.25 bis 28.11.25,
10–10.45 Uhr, 8 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 105,00 €



Anmeldung: Hier



Brauchtum und Nützliches

Herz sticht, Wenz oder Ober – Wir lernen Schafkopfen

K-830

Sebastian Konrad

Wer schon immer mal diese Begriffe kennenlernen wollte, ist zur gemeinsamen Schafkopfrunde in der VHS eingeladen. Es dürfen auch gerne Profis kommen. Die Vierertische zum Spielen werden je nach Kenntnis eingeteilt. Karten besorgt der Kursleiter Sebastian Konrad. Dieser spielt seit mehreren Jahren sehr gerne dieses bayerische und traditionsreiche Kartenspiel. Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmer.

Termin: Donnerstag, 02.10.25 bis 23.10.25, 19–22 Uhr, 4 x

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 20,00 €

Anmeldung: Hier



Malen, zeichnen und mehr

Porzellanmalerei

M-001

Brigitte Schuster

Eine Einführung in die Grundlagen und die ersten Schritte zur Porzellanmalerei für Anfängerinnen und Anfänger. Die Teilnehmenden erlernen verschiedene Techniken, wobei nicht immer Pinsel und Zeichenfeder notwendig sind. Für geübte Teilnehmende gibt es neue Anregungen und Freude bei der Umsetzung gestellter Themen, eigener Entwürfe und Ideen. Wir arbeiten mit keramischen Farben, die bei ca. 800 Grad eingebrannt werden und sich dabei mit der Glasur verbinden. Das Porzellanstück ist somit spülmaschinengeeignet. Die Materialkosten in Höhe von ca. 70 € sind in der Kursgebühr nicht enthalten.

Achtung: Für Inspirationen findet am ersten Kurstag (14.09.25) eine Fahrt in das Juramuseum nach Eichstätt statt. Nähere Infos bei der Kursleiterin.

Termin: Sonntag, 14.09.25 bis 10.11.25, 18–21 Uhr, 7 x

Ort: Gymnasium, Zimmer 236

Gebühr: 91,00 €



Anmeldung: Hier



Unsere „FarbenFreude“ Kunstkurse mit Manuela Maidhof-Wildmann

Farbe, Faden, Fantasie – Mein kreatives Skizzenbuch ganz selbst gemacht

M-002

NEU!

In diesem Workshop gestaltest Du dein eigenes kleines Skizzenbuch – von Hand gebunden, ganz nach deinem eigenen Stil. Danach befüllen wir es mit leuchtenden Farben, abstrakten Formen und kreativen Mini-Experimenten. Ob Anfängerin oder Kreativgenie – hier zählt nur die Freude am Tun! Ein Tag zum Abschalten, Ausprobieren und kreativ sein. Denn jeder kann malen, auch du! Das Material wird von der Kursleiterin mitgebracht und ist im Kurspreis von 9 Euro enthalten.

Termin: Samstag, 15.11.25, 14–18 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 36,00 €



Anmeldung: Hier



Bitte erleichtern Sie uns unsere tägliche Arbeit und geben Sie bei Ihrer Kurs-Anmeldung Ihre Mailadresse an. Damit können wir Sie bei Änderungen oder wichtigen Informationen schnell und für uns zeitsparend informieren. DANKE!

Aquarell einmal anders! Mit „FarbenFreude“ malen! Herbstliche Blumen, Blüten und Tiermotive

M-004

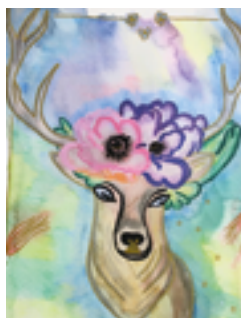
Wenn Du vermehrt das Bedürfnis nach Entspannung hast und Abstand vom Alltag gewinnen möchtest, dann bist Du in diesem Kurs genau richtig! Wir erleben, wie einfach es ist, wunderbare Bilder auf das Papier zu zaubern – und wie gut es tut, in einer netten Gruppe kreativ zu sein. Wir lassen uns von spontanen Impulsen leiten und gestalten verschiedenste Motive.

Am wichtigsten ist uns die Freude am Tun. Der Kurs ist so konzipiert, dass sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene mitmachen können. Es sind absolut keine Vorkenntnisse nötig. Denn jeder kann malen, auch du! Das Material wird von der Kursleiterin mitgebracht und ist im Kurspreis von 9 Euro enthalten.

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 29.10.25,
18.30–20.30 Uhr, 6 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 111,00 €



Anmeldung: Hier



Aquarell einmal anders! Ruhe in der hektischen Vorweihnachtszeit

M-005

In der dunklen, hektischen Vorweihnachtszeit haben wir oft vermehrt das Bedürfnis uns mehr auf uns selbst zu besinnen. Mit einfachen Bildmotiven gelingt es uns leicht Ruhe in unseren Geist einzuziehen zu lassen und unseren eigenen Malstil zu entwickeln. So sammeln wir wieder Kraft für den Alltag! Blumen, Blüten und Tiere werden unsere bevorzugten Motive sein. Nach Wunsch können wir gerne, inspiriert von Gustav Klimt, im Gold und Farbenrausch malen. Muster, Ornamente, einfache Gesichter und Goldakzente. Wir mischen Materialien und fügen alles mit viel Spaß und Leichtigkeit zu schönen Gemälden zusammen. Wenn Du vermehrt das Bedürfnis nach Entspannung hast und Abstand vom Alltag gewinnen möchtest, dann bist Du in diesem Kurs genau richtig! Wir erleben, wie einfach es ist, wunderbare Bilder auf das Papier zu zaubern – und wie gut es tut, in einer netten Gruppe kreativ zu sein. Am wichtigsten ist uns die Freude am Tun. Es sind absolut keine Vorkenntnisse nötig. Denn jeder kann malen, auch du! Das Material wird von der Kursleiterin mitgebracht und ist im Kurspreis von 14 Euro enthalten.

Termin: Mittwoch, 12.11.25 bis 03.12.25, 18.30–20.30 Uhr, 4 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 74,00 €

Anmeldung: Hier



Aquarell einmal anders! Mit FarbenFreude malen! Farben wie Frida Kahlo – für mehr Lebensfreude im Winter

M-006

Lass dich von der leuchtenden Welt Frida Kahlos inspirieren und zaubere bunte Farben in die grauen Tage. In diesem Kurs gestalten wir Gemälde mit Ausdruck und Lebensfreude mit Hilfe von Aquarell, Buntstiften und allem was uns Spaß macht. Du brauchst keine Vorkenntnisse, nur Lust auf Farbe, Gemeinschaft und ein bisschen Mexiko-Magie mit den im Winter. Wenn Du vermehrt das Bedürfnis nach Entspannung hast, Abstand vom Alltag gewinnen und mit Spaß malen möchtest, dann bist du in diesem Kurs genau richtig! Wir erleben, wie einfach es ist, wunderbare Bilder auf das Papier zu zaubern – und wie gut es tut, in einer netten Gruppe kreativ zu sein. Das Material wird von der Kursleiterin mitgebracht und ist im Kurspreis von 14 Euro enthalten.

Termin: Mittwoch, 21.01.26 bis 25.02.26,
18.30–20.30 Uhr, 5 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 74,00 €



Anmeldung: Hier



Visionboard 2026 – Deine Ziele sichtbar machen

M-007

NEU!

Ein magisches Tool, um unsere Wünsche für dieses Jahr zu verwirklichen!

Wir gestalten mit Ausschnitten von Zeitschriften, schönen Papieren und Handlettering eine Collage aus Bildern und Worten. Diese macht unsere Ziele für das Jahr 2026 sichtbar. Mit Hilfe von verschiedenen, leicht umsetzbaren Techniken gestalten wir unser Visionboard. Wir betrachten wichtige Lebensbereiche, wie Gesundheit, Familie, Beruf, Freizeit usw. und überlegen, was wir gern in 2026 in unserem Leben begrüßen würden. Dann suchen wir uns spontan Bilder und Zitate, die unsere Vision abbilden. Unsere Collage wirkt stark auf unser Unbewusstes und kann uns unterstützen, unsere Wünsche Wirklichkeit werden zu lassen. Erlebe die Kraft deiner inneren Bilder! Es sind absolut keine Vorkenntnisse nötig. Denn jeder ist kreativ, auch du! Die Materialkosten von 8 Euro sind im Kurspreis enthalten.

Termin: Samstag, 17.01.26, 15–18.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 33,00 €

Anmeldung: Hier



Handlettering mit Ulrike Halfmann.

Die Kurse finden im Atelier Halfmann, Bürgermeister-Paulus-Str. 12, Mühlried statt. Materialkosten und Getränke sind im Kurspreis enthalten.

Handlettering für Erwachsene (Grundkurs)

M-025

In diesem Kurs werden Ihnen neben verschiedenen Alphabeten die Grundlagen des Handletterings vermittelt. Er richtet sich an Anfänger, die gerne die Kunst des Malens der schönen Buchstaben erlernen möchten.

Weitere Informationen und die Wegbeschreibung auf der Internet-Seite www.wortmalerei.net.

Termin: Freitag, 31.10.25, 17–20 Uhr

Gebühr: 37,50 €



Anmeldung: Hier



Experimentelles Handlettering mit Schmuckbuchstaben

M-028

NEU!

In diesem neuen Kurs widmen wir uns den Schmuckbuchstaben nach Sherrie Kiesel. Hierbei schreiben und zeichnen wir diese tolle Schrift und gestalten zum Ende ein kleines Leporello. Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Weitere Informationen und die Wegbeschreibung auf der Internet-Seite www.wortmalerei.net.

Termin: Freitag, 23.01.26, 17–20 Uhr

Gebühr: 37,50 €

Anmeldung: Hier



Weihnachten mit Handlettering – Karten & kreative Geschenkkdeen

M-030

In diesem Kurs stimmen wir uns auf Weihnachten ein und „lettern“ Weihnachtskarten, Geschenkanhänger und es werden Inspirationen für Geschenkkdeen mit Handlettering vermittelt. Der Kurs ist auch für Handlettering-Neulinge geeignet.

Termin: Freitag, 05.12.25, 17–20 Uhr

Gebühr: 37,50 €

Anmeldung: Hier



Kunst-Party „Prosecco-Weiber“ mit Sekt oder Selters!

M-063

NEU!

Silvia Gürtner

Ob Anfänger oder Fortgeschrittene – hier hat jeder Spaß! In geselliger Runde erklärt die Künstlerin und Kreativpädagogin Silvia Gürtner Schritt für Schritt das kreative Abendthema. Mit Sekt oder Selters in der Hand wird gemeinsam gezeichnet und gemalt. Am Ende nehmt ihr ein fröhliches Kunstwerk mit nach Hause. Malkarton ist inklusive, Leinwand (40x40 cm) vor Ort erhältlich.

Termin: Freitag, 21.11.25, 19–21.30 Uhr

Ort: Atelier „Mal-Labor“, Am Hohen Weg 9, 86561 Aresing

Gebühr: 36,00 €

Anmeldung: Hier



Für alle, die schöne Dinge mögen –
das Einkaufserlebnis in Schrobenhausen

reich
...für daheim!



Bürocenter Reich GmbH
Regensburger Str. 40
86529 Schrobenhausen
08252 8868-80
www.reich-dahoam.de

Entspannungs-Mal-Zeit für Erwachsene am Vormittag

M-065

NEU!

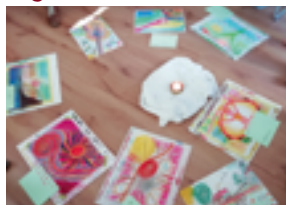
Silvia Gürtner, Maria Aigner

Freies Malen und Entspannung für Körper und Geist. Wir entdecken einen Impuls, der die Seele anspricht in der Runde durch Karten oder Gegenständen. Intuitiv und ohne Ziel, begleitet von Entspannungsmusik geht ihr mit Farben und Pinsel auf die Reise in euer Bild. Ihr lasst euch beim Malen treiben, bekommt individuelle Impulse und taucht ein in die Tiefe eurer Essenz. Pure Wellness für Körper, Geist und Seele! Es entstehen besondere Bilder, lasst euch von euch selbst überraschen und erweckt dabei auch eure Kreativität.

Termin: Freitag, 24.10.25 und 28.11.25, 10–11.30 Uhr, 2 x

Ort: Atelier „Mal-Labor“, Am Hohen Weg 9, 86561 Aresing

Gebühr: 30,00 € inkl. Malkarton und Farben

Anmeldung: Hier


Mit Silvana Klostermann das Malmedium alcohol-INKS entdecken

Zu den Kursen bitte Fönstab bzw. Reisefön, Zewas, Frischhaltefolie und Tischabdeckung mitbringen.

AlcoholINKS – Goldrausch & Struktur

M-079

NEU!

Wer bereits die fantastischen alcoholINKS kennt, wird in diesem Kurs neue Techniken auf Leinwand kennenlernen. Bevor wir mit unserem Farbauftrag beginnen, bekommt die Leinwand aber zuerst eine neue Struktur (wir arbeiten mit angefertigter Paste aus diversen Materialien). Risse, Erhabenheiten, alles ist möglich und wir die Einzigartigkeit deines Kunstwerkes unterstreichen. Als krönender Abschluss wird die Blattgoldanlage unsere Arbeit abrunden. Alle Materialien werden im Kurs gestellt. Die Kosten für Material in Höhe von 27 € werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Samstag, 04.10.25, 10–16 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 45,00 €

Anmeldung: Hier


Adventszauber – Christbaumkugel gestalten mit alcoholINKS

M-083

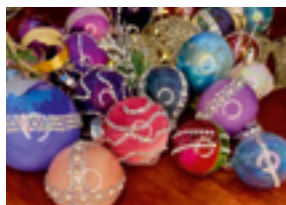
NEU!

In diesem Kurs zaubern wir ganz einzigartigen zauberhaften Christbaumschmuck. Die neutralen Kugeln verwandeln wir mit den magischen Farben der AlcoholINKS zu wunderschönen Unikaten. Mit weiteren Dekorationen vollenden wir dann unsere Kunstwerke, die sowohl für den Christbaum als auch generell für die weihnachtliche Dekoration geeignet sind. Der Kurs ist geeignet ab einem Alter von ca. 10 bis 99 Jahren. Die Kosten für Materialien in Höhe von 25 € (inkludiert sind 5 Rohlinge, sämtliches Deko) werden im Kurs abgerechnet; weitere Kugeln können im Kurs zusätzlich erworben werden.

Termin: Samstag, 22.11.25, 10–13 Uhr, vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier


Starte deine neue Kreativität mit alcoholINKS – Einführungskurs

M-080

Das spannende und spektakuläre Malmedium alcohol-INKS ist so umfassend. In diesem Kurs lernen wir die Basics kennen. Wenn auch du Spaß am Experimentieren hast, abstract bis semiabstract liebst, dann bist du in diesem Kurs genau richtig. Im Kurs lernen wir die benötigten Materialien und zahlreiche Techniken sowie viele Insider Tipps rund um das Malmedium. Dieser Kurs richtet sich hauptsächlich an kreative Köpfe, die ihren künstlerischen Horizont erweitern wollen. Aufbauend gibt es weitere Kurse. Die Kosten für Materialien in Höhe von 15 € werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Freitag, 23.01.26, 17–20 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier


Landscape Malerei mit alcoholbasierten Tinten

M-081

NEU!

Ein Aufbaukurs für alle, die bereits die Leidenschaft für die alcoholINKS für sich entdeckt haben. In diesem Kurs werden wir abstrakte Landschaften schaffen, uns mit dem Fluss der Farben inspirieren lassen und staunen. Alle Materialien werden im Kurs gestellt und sind je Teilnehmer mit einer Materialgebühr von 15,00 € zu zahlen. Gerne können eigene INKS mitgebracht werden. Bei Interesse an den Materialien kann vor Kursbeginn eine Anfrage an die Dozentin gestellt werden. Dann bringe ich benötigte Materialien zum Kurs zum Verkauf mit. Die Kosten für benötigte Materialien in Höhe von 15 € werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Sonntag, 15.02.26, 10–14 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 30,00 €

Anmeldung: Hier




Weihnachtlicher Filz-Tannenbaum – kreativ und bunt

M-308

NEU!

Kerstin Erskine

In diesem Kurs gestalten wir gemeinsam kleine Tannenbäume aus Filz mit der Nassfilztechnik. Anschließend verzieren wir die Bäume liebevoll mit Perlen und Stickgarn – so entstehen wunderschöne, individuelle Weihnachtsdekorationen. Vorkenntnisse sind nicht nötig, Spaß und Kreativität reichen völlig aus! Materialkosten in Höhe von 4 EUR werden im Kurs eingesammelt

Termin: Freitag, 14.11.25, 18–21 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 29,00 €

Anmeldung: Hier



Filzen für Einsteiger: Kleines Körbchen in Nassfilztechnik

M-309

NEU!

Kerstin Erskine

In diesem Kurs filzen wir gemeinsam ein kleines Körbchen mit der Nassfilztechnik. Du erlebst, wie aus weicher Filzwolle zunächst eine Fläche entsteht, die sich dann zu einem dreidimensionalen Gegenstand formt. Vorkenntnisse sind nicht nötig – einfach mitmachen und kreativ werden! Materialkosten in Höhe von 4 EUR werden im Kurs eingesammelt.

Termin: Samstag, 17.01.26, 14.30–17.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 29,00 €

Anmeldung: Hier



Schmuck selbst herstellen und verzieren

Goldschmieden-Crashkurs: Ringe – Ohrstecker – Anhänger

M-154

Thomas Proft

In nur vier Stunden wird unter fachkundiger Anleitung von Goldschmied Thomas Proft ein Schmuckstück gefertigt, das so gut wird, dass man es beim Goldschmied ins Schaufenster legen könnte. Die Teilnehmenden lernen wie man in Gold, Silber und Platin blitzschnell gestaltet und erarbeiten sich dabei die Grundtechniken des Goldschmiedens. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Materialkosten in Höhe von 10 € sind in der Kursgebühr nicht enthalten und an den Kursleiter zu zahlen. Gold, Silber, Platin und Edelsteine sind im Kurs erhältlich und werden nach Verbrauch abgerechnet.

Termin: Sonntag, 14.12.25, 10–14 Uhr

Ort: Regens-Wagner-Berufsschule, Georg-Leinfelder-Str., Schrobenehausen

Gebühr: 50,00 €

Anmeldung: Hier



Adventszauber – Designe deine eigene Schmuckkreation

M-084

NEU!

Silvana Klostermann

Mit den traumhaften Farben der alcoholINKS lassen sich wundervolle Schmuckstücke gestalten. Ob du es für dich behältst oder zu Weihnachten verschenkst – das entscheidest du. Wir haben eine große Auswahl an Formen und Farben, ob Ohrringe, Schlüsselanhänger, Kettenanhänger, Armbänder, alles ist in großer Auswahl vorhanden. Zaubere deinen eigenen Schmuck. Die Kosten für Materialien in Höhe von 25 € (inkludiert sind 5 Rohlinge sowie alle benötigten Materialien) werden im Kurs abgerechnet; weitere Rohlinge können im Kurs zusätzlich erworben werden.

Termin: Samstag, 22.11.25, 14–17 Uhr, vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier



Kunstvolle Ohrringe – Fimo trifft auf Femininität

M-020

Sophie Auernhammer

Fimo-Ohrringe, kombiniert mit femininen Elementen, bieten eine perfekte Möglichkeit, kunstvolle Schmuckstücke zu schaffen, die Eleganz und Kreativität vereinen, indem zarte florale Motive, organische Formen, schlichte Eleganz oder detaillierte Strukturen die Weiblichkeit der Trägerin betonen und den Ohrringen einen individuellen Charakter verleihen. Auch für Kinder und Jugendliche geeignet. Materialkosten sind in der Teilnehmergebühr enthalten. Info zum Material: Fimo ist eine beliebte, ofenhärtende Modelliermasse (110 Grad, 30 Minuten). Sie ist bei richtiger Anwendung unbedenklich und mit den üblichen Sicherheitsvorkehrungen kann man ohne Bedenken damit basteln. Sie enthält keine gesundheitsgefährdenden oder allergenen Stoffe und entspricht den Sicherheitsanforderungen der EU-Spielzeugrichtlinie (EN 71, Teil 5).

Termin: Dienstag, 28.10.25, 18–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Lehrküche (Zimmer 204), 2. Stock

Gebühr: 22,00 €

Anmeldung: Hier





Schmuck selbst gestalten

M-202

Susanne Traub

Sie haben zu Ihrer Kleidung kein passendes Schmuckstück? Sie möchten an Weihnachten ein ganz besonderes Schmuckstück verschenken? In diesem Kurs lernen Sie, aus Halbedelsteinen oder Perlen ein edles Collier, eine Drahtkette, Ketten, Ohrringe oder Armbänder zu gestalten. Das benötigte Material kann im Kurs erworben werden oder Sie bringen aus Ihrem Schmuckkästchen alles mit, was sich fädeln lässt. Oft ergeben sich so völlig neue Ideen und Kreationen.

Termin: Samstag, 22.11.25, 14–18 Uhr

Ort: biovitales, Bahnhofstr. 9, Schrobenshausen

Gebühr: 29,00 €

Anmeldung: Hier



Nähen, Schneiden, Stricken und Klöppeln

Klöppeln für Anfängerinnen und Anfänger

M-200

Yvonne Nestler

Klöppeln ist eine alte Kunsttechnik aus dem Orient und war im Mittelalter in Europa, bei Adligen und Reichen sehr beliebt. Durch sinnvoll durchdachtes Drehen und Kreuzen verwandeln sich feine Garnfäden in zauberhafte Klöppelspitzen. In der heutigen Zeit kann man sie nicht nur an Kleidung tragen, sondern Schmuck gestalten, dekorative Elemente oder Bilder für den Wohnraum, wundervolle Gardinen und kleine Geschenke fertigen. Ziel ist es, die alte Technik des Klöppelns zu erlernen und eigenständige gefertigte Klöppelarbeiten zu schaffen. Geeignet ist diese Technik für Links- und Rechtshänder, sowie für Mann und Frau. Materialkosten (Klöppel und Garn zum Start, Kopien von Klöppelbriefen) in Höhe von ca. 20 € werden im Kurs abgerechnet. Auf Wunsch kann der Kurs verlängert werden.

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 29.10.25, 19–21 Uhr, 6 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 101, 1. Stock

Gebühr: 66,00 €

Anmeldung: Hier



Klöppeln für Fortgeschrittene

M-201

Yvonne Nestler

Sie haben bereits Grundkenntnisse über einzelne Klöppelschritte – die ausgebildete Klöppelkünstlerin unterstützt dabei Schritt für Schritt größere und modernere sowie eigenständig entworfene Motive zu gestalten. Materialkosten (Klöppel und Garn zum Start, kopieren von Klöppelbriefen) werden im Kurs abgerechnet. Auf Wunsch kann der Kurs verlängert werden.

Termin: Dienstag, 23.09.25 bis 28.10.25, 19–21 Uhr, 6 x

Ort: vhs-Haus, Zimmer 101, 1. Stock

Gebühr: 66,00 €

Anmeldung: Hier



Basics des Nähens: Dein Start in die Nähwelt – Nähen für Anfänger M-290

Natali Kinsvater

In diesem Kurs lernen Sie den sicheren Umgang mit der Nähmaschine. Sie erfahren, wie man die passende Naht und den richtigen Faden auswählt. Gemeinsam fertigen wir kleine und einfache Nähobjekte an. Außerdem bekommen Sie die Grundlagen für Kleideränderungen vermittelt. Perfekt für alle, die Nähen von Grund auf lernen oder ihre Kenntnisse auffrischen möchten!

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 22.10.25, 18–19.30 Uhr, 5 x

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 60,00 €

Anmeldung: Hier



Ring-Apotheke

Schrobenshausen, Lenbachstr. 2

www.schultes-apotheke.de

Ihre Gesundheit in guten Händen!

Unsere Empfehlung für ihr Wohlbefinden:

*hochwertige Naturprodukte mit ausgewählten Kräutern
und dem wirkungsvollen Leopoldskroner Moor.*

SonnenMoor® Moor- und Kräuterprodukte

Hier bei uns erhältlich!



Nähkunst für Geübte: Projekte und Tipps für den nächsten Schritt

M-295

Natali Kinsvater

In diesem Kurs lernen Sie, wie man Nähmaschine und Overlock richtig einfädelt, die passende Naht und den richtigen Faden auswählt sowie Kleidungsstücke für Änderungen vorbereitet, indem Sie Auftrennen und Abstecken üben. Außerdem zeigen wir Ihnen, wie Sie Kleidungsstücke reparieren und Reißverschlüsse austauschen können. Das Gelernte vertiefen Sie an Ihren eigenen Nähprojekten.

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 22.10.25,
19.45–21.15 Uhr, 5 x

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 60,00 €



Anmeldung: Hier



Nachhaltigkeit – schöne Dinge aus alten Jeans nähen

M-280

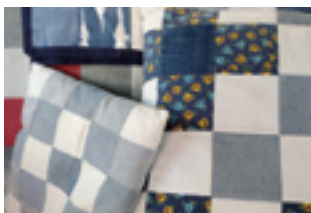
Dr. Sabine Franke

Wir nähen aus alten Jeans Kissen oder Taschen in Patchwork-Technik. Muster werden zur Verfügung gestellt. Alte Jeans und Stoffe als Futter für die Taschen werden von der Kursleitung gegen eine kleine Gebühr bereitgestellt, können aber auch mitgebracht werden. Grundkenntnisse im Umgang mit der Nähmaschine sind erforderlich!

Termin: Sonntag, 16.11.25, 9–16 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 35,00 €



Anmeldung: Hier



NEU!

Nähen mit unserer erfahrenen Schneiderin Rita Scheffthaler

Nähen für Jedermann:

Vom Einsteiger zum Meister der Nadel!

M-300

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, ein Kleidungsstück Ihrer Wahl selbst zu fertigen – ganz nach Ihren Vorstellungen und Wünschen. Schneiderin Rita Scheffthaler begleitet Sie dabei mit fachkundiger Unterstützung, hilfreichen Tipps und praktischen Hilfestellungen, auch bei Änderungsarbeiten. Der Kurs eignet sich außerdem besonders gut, wenn Sie historische Kleidung für Stadtfeste oder andere Anlässe nähen möchten. Bei Fragen vor Kursbeginn können Sie sich gerne an die vhs-Geschäftsstelle wenden, dort erhalten Sie auch die Kontaktdaten der Kursleiterin.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Schnitt, Kopierpapier, Kopiergerät, Stoff, Futter, Nähutensilien aus dem Nähkästchen

Termin: Montag, 22.09.25 bis 27.10.25, 19–21.30 Uhr, 6 x

Ort: Grund- und Hauptschule Aresing

Gebühr: 90,00 €



Anmeldung: Hier



➤ Weitere Termine

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 29.10.25, 19–21.30 Uhr, 6 x (M-301)

Anmeldung: Hier

Termin: Montag, 22.09.25 bis 27.10.25, 9–11.30 Uhr, 6 x (M-302)

Anmeldung: Hier

Der Trachtentraum: Ein Dirndl nach Maß – für Hobbyseneiderinnen mit Näherfahrung

M-320

Heidelinde Mayr

Nähen Sie unter Anleitung der erfahrenen Trachtenschneiderin Heidelinde Mayr Ihr eigenes, maßgeschneidertes Trachtenstück – vom individuellen Grundschnitt bis zum fertigen Unikat. Ob Dirndl, Bluse, Mieder, Rock, Schürze, Tracht; mit verschiedenen Handverzierungen wie stifeln, smoken, wird Ihr Trachtenteil zum Unikat. Der erste Abend dient zur Information – bitte nur Schreibmaterial mitbringen. Die Kosten für den Grundschnitt werden separat mit der Kursleiterin verrechnet.

Termin: Freitag, 10.10.25 bis 12.12.25, 18–21.30 Uhr, 9 x

Ort: Regens-Wagner-Berufsschule, Georg-Leinfelder-Str., Schrobenuhausen

Gebühr: 179,00 €



Anmeldung: Hier



Mut zum Hut – Walkmützen & -hüte Kurs – Fertigen Sie Ihren eigenen, ganz individuellen Traum-Walkhut oder Walkmütze an! M-322

NEU!

Angela Breiter

In diesem Hutmacherkurs kann jeder Teilnehmer seine ganz persönliche, komplett individuelle Walkmütze oder auch Walkhut aus feinem Walkstoff selbst fertigen und natürlich im Anschluss mit nach Hause nehmen. Sie lernen die verschiedenen Schritte zur Herstellung des Modells. Ihrer Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt, da Sie aus zahlreichen Farben und Stoffen wählen und diese auch kombinieren können. Unsere Modisten-Meisterinnen unterstützen Sie hierbei und stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Der Kurs ist für jeden geeignet, der Spaß und Lust hat. Besondere Nähkenntnisse sind nicht notwendig. Das alles ist inklusive: Alle Materialien für einen Walk-Hut oder eine Walk-Mütze, ein Willkommensgetränk, Werkzeuge, Maschinen, Arbeitsschürze, sowie Kaffee, Tee & Wasser. Der Kurs findet im Herzen von München in unserem kleinen, aber feinen Atelier statt. (Dachauer Str. 14 – 80335 München). Anmeldeschluss: 10.10.25

**Termin:** Samstag, 25.10.25, 10–13.30 Uhr**Ort:** Breiter Hut-Fachgeschäft München**Gebühr:** 99,00 €**Anmeldung:** Hier

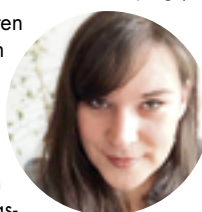
Töpfern mit Britta Kammerer

Generelle Hinweise zu ihren Kursen: Deine Töpferfreude steigt, wenn du nicht darauf achten musst, dich nicht schmutzig zu machen oder du viel Ton unter deinen Fingernägeln hast. Achte daher bitte auf Kleidung, die wirklich dreckig werden darf und auf kurz geschnittene Fingernägel. Bitte bringe ein Handtuch und eine Schürze mit. Im Atelier gibt es Wasser und Bio-Tee sowie einen kleinen Snack. Die Kurse finden alle im Atelier Britta Kammerer, Zur Schildwache 8 in Gachenbach statt. Darauf solltest du achten: Kurze Fingernägel, wenn möglich, trage bitte Kleidung und Schuhe die schmutzig werden dürfen, lass am besten Schmuck und Uhr zu Hause, damit nichts schmutzig oder im Atelier vergessen wird.

Töpfern auf der Drehscheibe

M-091

Du möchtest das Drehen auf der Töpferscheibe lernen oder deine Fähigkeiten verbessern? Dabei viel Lachen, gemeinsam Spaß haben und alle wichtigen Schritte der Keramikherstellung von Grund auf lernen? Dann bist du in diesem Kurs genau richtig. Dieser besteht aus 2 Terminen. Beim ersten Grundlagentermin lernst du die Vorbereitung des Tons sowie die wichtigsten Griffe auf der Töpferscheibe kennen. Du drehst deine ersten kleinen Werke und bekommst ein gutes Gefühl für das Material Ton. Beim zweiten Termin – dem Glasurtermin – wirds bunt und du darfst deinen neuen Lieblingsstücken Farbe verleihen. Die Teilnehmerzahl ist auf vier begrenzt. Im Atelier gibt es Wasser und Bio-Tee. Die Materialkosten in Höhe von 60 € sind in der Kursgebühr enthalten.

**Termin:** Freitag, 26.09.25, 16–19.30 Uhr und Freitag, 17.10.25, 16–17.30 Uhr**Gebühr:** 149,00 €**Anmeldung:** Hier

➤ Weitere Termine

Termin: Samstag, 15.11.25, 9.30–13 Uhr und
Samstag, 29.11.25, 9.30–11 Uhr (**M-092**)**Anmeldung:** Hier**Termin:** Mittwoch, 11.02.26, 9.30–13 Uhr und
Mittwoch, 25.02.26, 9.30–11 Uhr (**M-093**)**Anmeldung:** Hier

Tierarztpraxis Schrobhausen

Hörzhausener Straße 11a, 86529 Schrobhausen

Dr. Kazimir Kicura · Dr. Johannes Kirmayer**www.vetsob.de**

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do., Fr. 8.00–12.00 Uhr

Mi., 8.00–11.00 Uhr

Mo., Di., Do., Fr. 16.00–18.00 Uhr



Für unsere **Kleintiersprechstunde** bitten wir Sie, einen **Termin** zu **vereinbaren**. Akute und lebensbedrohliche Notfälle werden selbstverständlich nach Anmeldung sofort behandelt.

Töpfern auf der Drehscheibe – Intensivkurs

M-095

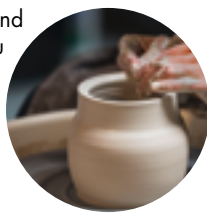
Du möchtest intensiv in die Welt des Drehscheibentöpfers eintauchen und alle wichtigen Techniken kennenlernen? Dann bist du im Intensivkurs genau richtig. Dieser besteht aus 3 Terminen:

1. Grundlagen kennenlernen oder Auffrischen der Grundtechniken. Drehen auf der Töpferscheibe mind. 3-4 Stücke
2. Bearbeiten der gedrehten Stücke: Erlernen des Abdrehens, Carvingtechnik, Engobe, Erneutes Drehen von 3-4 Stücken
3. Glasieren deiner neuen Lieblingsstücke

Die Kosten für Materialien in Höhe von 120 € sind in der Kursgebühr enthalten. Die Teilnehmerzahl ist auf vier begrenzt. Grundkenntnisse nicht erforderlich, aber hilfreich.

Termin: Freitag, 20.02.26, 16–19 Uhr, Samstag, 21.02.26, 16–20 Uhr und Freitag, 06.03.26, 16–18 Uhr

Gebühr: 230,00 €



Anmeldung: Hier

Töpfern im Herbst – Lichthaus aus Keramik

M-106

NEU!

Gerade wenn es im Herbst immer dunkler wird, sehnen wir uns nach ein wenig Gemütlichkeit. Deshalb töpfeln wir in diesem Kurs ein Lichthaus. Dieses wird mit der Plattentechnik zusammengebaut und du kannst es mit Stempeln und anderen Techniken individuell dekorieren. Nach dem ersten Brand wird dein Haus von mir weiß glasiert und hat nach dem zweiten Brand eine ungefähre Höhe von 20 cm. Durch die hohe Brenntemperatur hält es auch kälteren Temperaturen im Freien stand. Die Materialkosten in Höhe von 40 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Freitag, 10.10.25, 16–18.30 Uhr

Gebühr: 89,00 €



Anmeldung: Hier

Kreativ in den Advent: Töpfer deine eigene Plätzchendose

M-109

NEU!

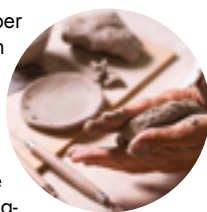
Du hast Lust in die Welt der Keramik reinzuschmecken und im November deine eigene Plätzchendose zu töpfeln. Dann bist du beim Schnuppertöpfeln herzlich Willkommen. An diesem Kursabend fertigen wir in der Plattentechnik eine Plätzchendose mit Deckel an. Egal ob als Geschenkidee zu Weihnachten oder für deinen Adventstisch – die Dose wird auf jeden Fall allen große Freude bereiten. Das Besondere an diesem Kurs ist, dass wir der Dose mit Engoben Farbe verleihen. So können zum Beispiel akkurate Streifenmuster oder weihnachtliche Motive entstehen, die anders als die Glasuren später beim Brand nicht verlaufen. Nachdem die Dose zweimal im Ofen war, glasiere ich diese nochmal transparent sodass die Engobefarbe glatt wird und glänzt. So hat diese eine lange Lebensdauer und darf sogar in die Spülmaschine. Die Materialkosten in Höhe von 35 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Freitag, 07.11.25, 16–18.30 Uhr

Gebühr: 84,00 €



Anmeldung: Hier



Töpfer dein Frühstückset

M-111

Du hast Lust in die Welt der Keramik reinzuschmecken, dir ein eigenes Frühstückset, bestehend aus Müslischüssel und Becher, zu töpfeln und mein Atelier kennenzulernen? Dann bist du bei diesem Kurs herzlich willkommen. An diesem Kursabend fertigen wir in der Plattentechnik eine Bowl und einen Becher an, diesem kannst du, wenn du möchtest natürlich noch einen Henkel hinzufügen, wenn du eher der „Tassentyp“ bist. Später nach dem ersten Brand kommt Farbe ins Spiel und ich glasiere für dich deine neuen Lieblingsstücke in deiner Wunschfarbe. Nach dem Glasurbrand (Spülmaschinenfest), kannst du dann schon bald deine Werkstücke abholen und deinen Kaffee oder Tee daraus genießen. Die Materialkosten in Höhe von 35 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Mittwoch, 14.01.26, 9.00–11.30 Uhr und Mittwoch, 28.01.26, 10–11.30 Uhr

Gebühr: 79,00 €



Anmeldung: Hier



Offenes Atelier – Töpfern ohne Scheibe

M-113

NEU!

Im Offenen Atelier treffen sich fortgeschrittene Töpferbegeisterte, die komplett selbstständig an der Werkbank arbeiten und eigene Projekte umsetzen. Es findet kein Unterricht statt und die Teilnehmer arbeiten auf „eigenes Risiko“. Jedem Teilnehmer stehen ein eigener Töpferplatz und alle Werkzeuge im Studio zur Verfügung. Ich bin vor Ort und kann natürlich kleinere Fragen beantworten. Beim zweiten Termin werden die gebrannten Stücke dann selbstständig glasiert. Die Materialkosten sind beim offenen Atelier nicht im Preis enthalten und werden vor Ort nach Verbrauch berechnet.

Termin: Freitag, 24.10.25, 15.30–18 Uhr und Freitag, 14.11.25, 15.30–17 Uhr

Gebühr: 39,00 €



Anmeldung: Hier

➤ Weitere Termine:

Termin: Dienstag, 04.11.25, 9.30–12 Uhr und
Dienstag, 18.11.25, 09.30–11 Uhr (M-115)

Termin: Freitag, 05.12.25, 9.30–12 Uhr und
Freitag, 19.12.25, 09.30–11 Uhr (M-117)

Termin: Donnerstag, 22.01.26, 9.30–12 Uhr und
Donnerstag, 05.02.26, 9.30–11 Uhr (M-119)



Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Offenes Atelier – Töpferscheibe

M-114

NEU!

Im Offenen Atelier treffen sich fortgeschrittene Töpferbegeisterte, die komplett selbstständig an der Scheibe arbeiten und eigene Projekte umsetzen. Es findet kein Unterricht statt und die Teilnehmer arbeiten auf „eigenes Risiko“. Jedem Teilnehmer steht eine eigene Töpferscheibe und alle Werkzeuge im Studio zur Verfügung. Ich bin vor Ort und kann natürlich kleinere Fragen beantworten. Beim zweiten Termin werden die gebrannten Stücke dann selbstständig glasiert. Die Materialkosten sind beim offenen Atelier nicht im Preis enthalten und werden vor Ort nach Verbrauch berechnet.

Termin: Freitag, 24.10.25, 15.30–18 Uhr und Freitag, 18.11.25, 15.30–17 Uhr

Gebühr: 39,00 €

Anmeldung: Hier

➤ Weitere Termine:

Termin: Dienstag, 04.11.25, 9.30–12 Uhr und

Dienstag, 18.11.25, 09.30–11 Uhr (**M-116**)

Termin: Freitag, 05.12.25, 9.30–12 Uhr und

Freitag, 19.12.25, 09.30–11 Uhr (**M-118**)

Termin: Donnerstag, 22.01.26, 9.30–12 Uhr und

Donnerstag, 05.02.26, 9.30–11 Uhr (**M-118A**)



Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Dekoratives und Weihnachtliches

Ton-Workshop „Baumzauber“ – Eine schlichte, stilvolle Winterdekoration.

Stefanie Augustin

In diesem Workshop werden 7 Bäume in verschiedenen Größen (10 bis 30 cm hoch) aus Ton gefertigt. Durch eine individuelle Mustergestaltung der Oberflächen erhalten die Bäume eine ganz besondere Optik. Passende Standfüße werden ebenfalls aus Ton hergestellt, optional können auch Metallfüße erworben werden. Eine weitere Möglichkeit ist es, die Bäume selbstständig auf ein schönes Holzstück zu stecken, somit sind keine Standfüße nötig. Metallstandfüße optional ab 6.-/Stück

Termin: Mittwoch, 1.10.25, 19–21.30 Uhr und Mittwoch, 22.10.25, 19–20.30 Uhr (Glasertermin)

Ort: KREATIV.WERK, Stefanie Augustin, Bauernstr. 23, 86561 Aresing

Gebühr: 75,00 € inkl. Material- Brenn- und Glasurkosten

Anmeldung: Hier



Workshop „Ton-Glas Engel“ – Entzückende Schutz- bzw. Weihnachtengel zum Hängen oder optional zum Stecken auf Metall-Standfuß (Aufpreis).

Stefanie Augustin

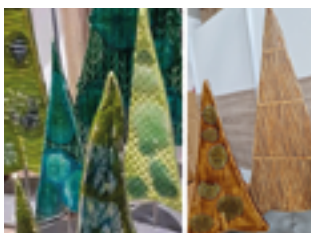
Zu Beginn zeichnen wir unsere gewünschte Engelkontur (Schablonen sind auch vorhanden) und übertragen diese auf unsere Tonplatte. Es können verschiedene Muster ausgeschabt, eingritz bzw. eingedrückt werden, die dann später bei der Glasur speziell (Engobetechnik) hervorgehoben werden. Eine noch ganz besondere Veredelung können die Engel durch das Mit-einschmelzen von Glas beim Glasurbrand erhalten. Lass Dich überraschen! Es können bis zu 5 Engel in verschiedene Größen (7–20 cm Höhe) gemacht werden. Metallstandfüße optional ab 6.-/Stück

Termin: Freitag, 10.10.25, 19–22 Uhr und Freitag, 07.11.25, 19–21 Uhr (Glasertermin)

Ort: KREATIV.WERK, Stefanie Augustin, Bauernstr. 23, 86561 Aresing

Gebühr: 69,00 € inkl. Material- Brenn- und Glasurkosten

Anmeldung: Hier



M-120

NEU!



M-121

NEU!



autohaus
BACHER
www.ford-bacher.com

Ingolstadt · Goethestraße 56 · Telefon 0841 95567-0

Mainburg · Am Haidholz 5 · Telefon 08751 8453-0

Neuburg · Heideckstr. 6 · Telefon 08431 6477-0

Schrobhausen · Pöttmeser Straße 29 · Telefon 08252 8898-0

Stein für Stein zum eigenen Mosaiktisch

M-070

Rudi Schmidmeir

Mosaikc fasciniern Menschen schon seit der Antike. Sie fördern die Kreativität und haben durch ihre Vielfalt eine ganz eigene Wirkung. In diesem Kurs mit Fliesenlegermeister Rudi Schmidmeir fertigen die Teilnehmenden einen gebrauchsfähigen Tisch an und sind eingeladen, sich auf Farben, eigene Muster und Ornamente einzulassen.

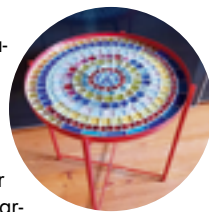
Der ganz persönliche Tisch schmückt dann als Unikat Wohnraum oder Terrasse und eignet sich auch als ganz besonderes Geschenk. Der zu bearbeitende Tisch ist ca. 53 cm hoch und hat einen Durchmesser von 45 cm. Das Gestell gibt es in verschiedenen Farben (schwarz, rot, grün, beige). Der Dozent hat am Kurstag eine Auswahl mit dabei. Die Kosten für Arbeitsmaterial und Tisch in Höhe von 45 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Samstag, 11.10.25, 9–16 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 110,00 €

Anmeldung: Hier



Weihnachtssterne aus alten Buchseiten basteln

M-150

NEU!

Gabriele Kiesl

Was gibt es Schöneres, als in der Vorweihnachtszeit seine eigene Dekoration zu basteln? Egal ob als Geschenk gedacht oder für das eigene Zuhause – wecken sie Kindheitserinnerungen und lassen Sie uns gemeinsam kreativ werden. Mit Weihnachtssternen aus alten Buchseiten zaubern wir nicht nur festliche Stimmung in unser Zuhause, sondern setzen auch ein Zeichen für Nachhaltigkeit. Alte Bücher oder Notenblätter, die sonst im Regal verstauben würden, erhalten durch uns quasi eine zweite Chance als kreative Hingucker. Mit wenigen Materialien und ein bisschen Geschick basteln wir zauberhafte Sterne daraus.

Termin: Samstag, 06.12.25, 10–15 Uhr, vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 40,00 €

Anmeldung: Hier



Weihnachtliche Gipsdekoration mit Trockenblumen

M-180

NEU!

Yuliyana Botsov

Der Kurs hat das Ziel, die Teilnehmer mit den Techniken des Keramikgießens und der Dekoration mit Trockenblumen vertraut zu machen. Im Kurs werden Ihnen alle notwendigen Materialien zur Verfügung gestellt. Jeder Teilnehmer wird seine eigene weihnachtliche Dekoration erstellen, die er mit nach Hause nehmen kann. Materialkosten in Höhe von 8 EUR werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Samstag, 22.11.25, 10–13 Uhr, vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier



Upcycling trifft Advent – dein Stoffkranz zum Fest

M-181

NEU!

Yuliyana Botsov

In diesem Kurs lernst du, wie du aus alten Stoffen und einer stabilen Basis deinen eigenen schönen Kranz gestalten kannst. Schritt für Schritt zeigen wir dir die Technik und arbeiten gemeinsam an deinem persönlichen Unikat, dass du am Ende mit nach Hause nehmen darfst. So entsteht nachhaltige Weihnachtsdeko mit ganz viel Charme! Kranzbasen werden zur Verfügung gestellt (Materialkosten: 1,50 €)

Termin: Samstag, 15.11.25, 10–13 Uhr, vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Ort: vhs-Haus, Zimmer 003, EG

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier



Deine Weihnachtskugel – selbst gemacht & einzigartig

M-182

NEU!

Yuliyana Botsov

In diesem kreativen Kurs gestaltest du deine ganz persönliche Weihnachtskugel – einzigartig und ganz nach deinem Geschmack. Mit einfachen Techniken und verschiedenen Materialien entstehen tolle Dekoideen, die nicht nur dein Zuhause verschönern, sondern sich auch wunderbar als Geschenk eignen. Am Ende nimmst du deine selbst gemachte Kugel natürlich mit nach Hause – für ein bisschen mehr Weihnachtszauber! Materialkosten in Höhe von 4,50 EUR werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Donnerstag, 27.11.25, 18–21 Uhr, vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier





Kochen, Backen und Genießen

„Ran an den Kochlöffel – Mitmachen und genießen!“

Selbst kochen und backen liegt im Trend: Wussten Sie, dass laut einer Umfrage über 80 % der Menschen, die regelmäßig selbst kochen, bewusster und gesünder essen? Unsere Koch- und Backkurse bieten Ihnen die perfekte Gelegenheit, neue Rezepte, Techniken und kulinarische Inspirationen zu entdecken – und das in geselliger Runde. Unsere Dozentinnen und Dozenten haben wieder spannende und kreative Kurse für Sie vorbereitet! Von raffinierten Backideen bis hin zu internationalen Gerichten – bei uns finden Sie garantiert das Richtige. Alle Kurse finden im vhs-Haus, Lehrküche, Zimmer 104, im 2. Stock statt. Damit wir immer mit frischen Zutaten arbeiten können, bitten wir um rechtzeitige Abmeldung bis spätestens 5 Tage vor Kursbeginn, falls Sie verhindert sind. Danach fallen Kursgebühren sowie Kosten für die Naturalien an. Informieren Sie uns bitte auch kurzfristig – wir leiten Ihre Nachricht direkt an die Kursleitung weiter. **Jetzt anmelden und den Kochlöffel schwingen – wir freuen uns auf Sie!**

Flavours of India – eine Reise durch Indiens vielfältige Aromen

H-001

NEU!

Sumitha Doosa

Mein Name ist Sumitha Doosa, gebürtige Inderin und seit 23 Jahren in Schrobenuhausen zuhause. Kochen ist meine große Leidenschaft – besonders die vielfältige, aromatische Küche meiner Heimat. In diesem indischen Kochkurs entdecken wir die Welt der traditionellen Gewürze und Aromen. Als Vorspeise bereiten wir knusprige, vegetarische „Pakoras“ aus frischem Gemüse und Kichererbsenmehl zu. Als Hauptgang kochen wir das beliebte „Butter Chicken Masala mit Basmati Rice“ – auf Wunsch gerne auch in einer vegetarischen Variante. Zum süßen Abschluss gibt es eine klassische indische Nachspeise („Halwa“) aus Grieß. Als besonderes Extra zeige ich Ihnen, wie man echten indischen „Chai“ zubereitet. Zum Schluss genießen wir das gemeinsam gekochte 3-Gänge-Menü in gemütlicher Runde. Die Kosten für Naturalien (ca. 20 €) sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Samstag, 11.10.25, 16–20 Uhr

Gebühr: 29,00 €

➤ Weitere Termine:

Termin: Samstag, 07.02.26, 16–20 Uhr (H-002)

Anmeldung: Hier



Anmeldung: Hier

„The Taste“ goes vhs! – Menü mit Originalrezepten aus der Koch-Casting-Show

H-010

Jörg Bornmann

Eines der beliebtesten Kochformate im deutschen Fernsehen ist die Koch-Casting-Show „The Taste“. Auf hohem Niveau kochen die Teilnehmer im Wettstreit um den Jahressieg. Dabei werden die Teilnehmer von hochdekorierten Köchen wie Alexander Hermann oder Tim Raue gecoacht. Die Juroren erhalten zum Verkosten Probierlöffel. Wir kochen in diesem Kurs die Originalrezepte und kreieren daraus ein tolles mehrgängiges Fine-Dining Menü. Eine passende hochwertige Weinbegleitung ergänzt unser Dinner. Die Kosten für Naturalien (ca. 28 €) sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Sonntag, 11.01.26, 11–15 Uhr

Gebühr: 33,00 €



Anmeldung: Hier

Winterliche Tapas aus aller Welt

H-011

NEU!

Jörg Bornmann

Sie lernen die Zubereitung von Tapas-Kreationen. Dabei schauen wir nicht nur nach Spanien, dem Ursprungsland dieser kleinen Köstlichkeiten, sondern reisen einmal um die Welt. Wir versuchen uns an marinierten Speck-Aprikosen, Garnelen auf Orangencarpaccio, Pulpo mit Tomaten-Kräuter-Vinaigrette und karamellisiertem Fenchel, Ziegenkäse mit Rosmarin-Honig Crumble auf Zwiebelmarmelade, Halloumi auf Auberginenscheiben mit Joghurt-Kräuter-Dip und Secreto vom Ibericoschwein, Mandelkuchlein mit Brandy-Karamell – alles begleitet von einem guten Wein. Die Kosten für Naturalien (ca. 28 €) sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Sonntag, 01.02.26, 11–15 Uhr

Gebühr: 33,00 €



Anmeldung: Hier

Kürbis – Vielseitig, aromatisch, saisonal

H-060

NEU!

Sita Pereira

Kürbis ist mehr als nur Suppe! In diesem herbstlichen Kochkurs entdecken wir die Vielfalt zweier Kürbissorten in köstlichen Gerichten: von cremiger Suppe über herzhaftes Kürbisnudeln bis hin zu einem frischen Butternut-Salat und knusprigen Kürbisseken. Lassen Sie sich von der Vielseitigkeit dieses saisonalen Gemüses überraschen und genießen Sie einen genussvollen Abend. Keine Vorkenntnisse erforderlich – nur Freude am Kochen! Materialkosten werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Samstag, 18.10.25, 17–21 Uhr

Gebühr: 29,00 €



Anmeldung: Hier





Wintermenü – Genussvolle Küche für kalte Tage

H-061

NEU!

Sita Pereira

An diesem Abend zaubern wir gemeinsam ein stimmungsvolles Wintermenü mit drei Gängen – perfekt für die kalte Jahreszeit. Freuen Sie sich auf eine wärmende Vorspeise, ein raffiniertes Hauptgericht und ein süßes Dessert, das den Abend genussvoll abrundet. Dabei stehen saisonale Zutaten und eine einfache Zubereitung im Mittelpunkt. Ideal für alle, die winterliche Küche lieben und neue Ideen mit nach Hause nehmen möchten. Materialkosten werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Freitag, 23.01.26, 17–21 Uhr

Anmeldung: Hier

Gebühr: 29,00 €



Süße Weihnachten – Festliche Nachspeisen aus aller Welt

H-062

NEU!

Sita Pereira

Lernen Sie himmlische Desserts kennen, wie sie in anderen Ländern zu Weihnachten serviert werden – von cremig bis knusprig, von fruchtig bis schokoladig. In diesem Kurs bereiten wir gemeinsam internationale weihnachtliche Nachspeisen zu, die sich perfekt als festlicher Abschluss Ihres Weihnachtsmenüs eignen. Lassen Sie sich inspirieren und erweitern Sie Ihr Repertoire um süße Highlights aus aller Welt. Materialkosten werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Sonntag, 14.12.25, 16–20 Uhr

Anmeldung: Hier

Gebühr: 29,00 €



One Pot – Alles aus einem Topf

H-080

NEU!

Elisa Nickel

Ein Topf – unendlich viele Möglichkeiten: ONE POT. Schnell, einfach, lecker und am Ende gibt es keinen großen Abwasch. Durch das gemeinsame Garen der Zutaten bekommen diese ein besonders intensives Aroma. Wir kochen Hühnchen, Suppen, Pasta und vieles mehr. Überzeugen Sie sich selbst und bringen Sie Abwechslung in Ihren Speiseplan. Die Kosten für Naturalien in Höhe von 15 € werden im Kurs eingesammelt.

Termin: Samstag, 29.11.25, 11–14 Uhr

Anmeldung: Hier

Gebühr: 19,00 €



Türkisch fermentieren – Eingelegtes Gemüse selbst gemacht

H-090

NEU!

Müge Sirin Yildiz

Entdecke die Kunst des türkischen Fermentierens und stelle aromatische knackige Gurken, würzigen Blumenkohl oder bunte Paprika selbst her. Ich zeige Dir, wie Du mit traditionellen Gewürzen und einfachen Techniken leckere und gesunde Köstlichkeiten zaubern kannst. Deine selbst gemachten Gläser nimmst Du natürlich mit nach Hause – ein Genuss, der Tradition und Gesundheit verbindet!

Die Kosten für Naturalien in Höhe von ca. 10 € sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Samstag, 27.09.25, 10–12 Uhr

Anmeldung: Hier

Gebühr: 15,00 €



lustige Namen, leckere Speisen: die türkische Küche entdecken!

H-091

Müge Sirin Yildiz

Jedes dieser Gerichte hat eine eigene Geschichte, die teilweise bis in die osmanische Palastküche zurückreicht. Diese Geschichten erzähle ich Euch während des Kochens! Die Gerichte tragen zum Beispiel Namen wie Frauen-Schenkel-Frikadellen und Imam fällt in Ohnmacht! (Imam = Vorbeter in der Moschee), und viele andere mehr. Die Kosten für Naturalien in Höhe von max. 10 € sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Samstag, 22.11.25, 10–13 Uhr

Anmeldung: Hier

Gebühr: 22,00 €



Türkische Suppen: Genuss aus dem Orient

H-092

Müge Sirin Yildiz

Der Winter steht vor der Tür. Nichts geht über eine heiße, köstliche Suppe, wenn man krank ist oder durchgefroren nach Hause kommt. Unsere traditionellen und ausgewogenen Suppen werden Euch stärken und wärmen. In diesem Kurs bereiten wir eine rote Linsensuppe, eine türkische Almsuppe (Joghurtsuppe) und weitere traditionelle türkische Suppen zu. Die Kosten für Naturalien in Höhe von max. 10 € sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Samstag, 17.01.26, 10–13 Uhr

Anmeldung: Hier

Gebühr: 22,00 €



Unsere Kochkurse mit Caroline Klaus

Die Küche Irlands – eine sehr besondere kulinarische Reise

H-160

Wir dürfen eintauchen in die Vielfalt der heutigen irischen Küche, mit ihren uralten keltischen Wurzeln, lernen bekannte Speisen wie Irish Stew, Shepards Pie, Irish Brown Bread und Scones kennen. Zudem lassen wir uns inspirieren von einem Rinderschmortopf mit Steckrüben, pochierten Äpfeln mit Thymian, köstlichem Lachs in Zitronen-Butter-Sauce, Irischem Lammragout mit Pastinaken-Sahne-Püree, Colcannon Pie, Buttermilch-Haferflocken-Pancakes und Guinness-Cake. Zum Ausklang des Tages genießen wir bei Irischer Musik und vielen Erzählungen über Land und Leute: Irish Scones, Coffee und Tea, Irish Whiskey und Irish Mist. Es wird ausschließlich Biofleisch aus einer vertretbaren Aufzucht verwendet. Die Kosten für Lebensmittel, Rezeptordner sowie Kostproben für Zuhause in Höhe von 35 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Freitag, 14.11.25, 15–20 Uhr

Gebühr: 64,00 €

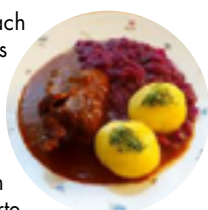
Anmeldung: Hier


Die Küche unserer Omas – vielleicht Ihr nächstes Weihnachtsmenü? H-161

Die Küche unserer Großmütter und Urgroßmütter war oftmals eher einfach geprägt, an Festtagen wurde aufgetischt, was Vorratskammer und Gespartes hergaben. Wir schwelgen in frühesten Kindheitserinnerungen und kochen gemeinsam, was an Sonntagen auf den Tisch kam, z.B. Omas Hühner- und Rindfleischsuppe mit verschiedenen Einlagen, Rindsrouladen mit Apfelblaukraut und Kartoffelknödel, Bratäpfel, Salat- und Gemüsebeilagen, Senfbraten mit Knusperkruste aus dem Römertopf mit Kartoffelpüree, Gulasch – so wie wir es lieben, Obstsalat, Linzer Torte und Schwarzwälder Kirschtorte u.v.m. **...mehr Infos auf unserer Homepage.** Die Kosten für Lebensmittel, Rezeptordner sowie Kostproben für Zuhause+ in Höhe von 35 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Freitag, 12.12.25, 15–20 Uhr

Gebühr: 64,00 €

Anmeldung: Hier


Marokkos faszinierende Küche

H-162

MAROKKO – ein Land voller Küchenschätze und überlieferter Kochkultur. Auf zahlreichen Reisen habe ich mich tief in die Geheimnisse der marokkanischen Küche eingearbeitet – bei Streifzügen durch bunte Souks, zwischen köchelnden Tajines, duftenden Garküchen und dem geschäftigen Treiben der mittelalterlichen Medinas. In Gesprächen – oft mit Händen, Zutaten und Lächeln – lernte ich die Vielfalt kennen, die aus dem gekocht wird, was gerade da ist. Aus Gewürzen, handgerolltem Couscous und besonderen Zutaten, direkt vom Markt, entwickeln wir ein persönliches Fest der Sinne mit Speisen, die in Marokko nur zu besonderen Anlässen gereicht werden. Wir bereiten eine Vielzahl orientalischer Gerichte, Beilagen und Getränke zu, z. B. Safran-Gemüsesuppe, Spinatsalat mit Oliven und eingelegten Zitronen, Fleisch mit Backpflaumen, Fisch aus dem Ofen, Fleischbällchen mit Orangenblütenwasser, Anisbrötchen mit Mandelmilch und mehr. Verwendet werden ausschließlich frische Zutaten und Biofleisch. Es wird reichlich gekocht – auch zum Mitnehmen. Lebensmittelkosten, Rezeptordner und Kostproben für zu Hause (35 €) sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Freitag, 30.01.26, 15–20 Uhr

Gebühr: 64,00 €

Anmeldung: Hier


zenker®
baking since 1885

Backformen | Backhelfer
Haushaltsartikel

Schnäppchenmarkt in Aichach

Öffnungszeiten:
Freitag 10–17 Uhr
Samstag 9–13 Uhr

(und an jedem verkaufsoffenen
Sonntag der Stadt Aichach)

Zenker Backformen GmbH & Co. KG · Oberbernbacher Weg 4 · 86551 Aichach · Tel 08251 9003-127 · www.zenker-backformen.de

Weitere Produkte finden Sie auch in unserem Onlineshop: www.fackelmann.de/zenker

Bis zu
70%
sparen!

Abbildungsbeispiel





Wenn Herren kochen – der Klassiker

H-423

Oliver Birzele

Am ersten Abend wird gekocht, was Oliver sich überlegt hat. Die Menügestaltung der folgenden Abende richtet sich nach den Wünschen der Teilnehmer. Der letzte Kurstag (Wintergrillen) wird auf der Dachterrasse der neuen Schrobenehausener Location STORK'S NEST stattfinden. Die Kosten für Essen und Getränke (ca. 25 €) werden am Abend separat abgerechnet. Dieser Kurs ist bereits ausgebucht. Wir nehmen Vormerkungen für die Warteliste entgegen und informieren Sie, wenn ein Platz frei werden sollte.

Termin: Samstag, 08.11.25 bis 29.11.25, 17–22 Uhr, 4 x

Gebühr: 99,00 €

Anmeldung: Hier



Low Carb Küche – kohlenhydratarm kochen

H-120

NEU!

Melanie Schmid

In diesem Kochkurs verzichten wir weitgehendst auf Kohlenhydrate. Wir bereiten Speisen mit geringem Kohlenhydrat-Anteil zu und verzichten auf Getreide, Hülsenfrüchte und Haushaltszucker. Lernen Sie köstliche Alternativen kennen und lassen Sie sich für Ihren Alltag inspirieren. Die Kosten für Naturalien in Höhe von 15 € sind in der Kursgebühr enthalten. Eventuelle Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder Vorlieben (vegetarisch, vegan) bitte angeben.

Termin: Freitag, 26.09.25, 10–12.30 Uhr

Gebühr: 38,50 €

Anmeldung: Hier



Mealprep – Vorkochen für die nächsten Tage

H-121

NEU!

Melanie Schmid

Der Begriff Meal Prep bedeutet Essensvorbereitung. Jeden Tag in der Küche stehen und danach auch wieder die Küche zu putzen, das muss ab jetzt nicht mehr sein. Wir kochen gemeinsam für die nächsten Tage vor (komplette Gerichte oder die Vorbereitung einzelner Komponenten, die später die Zubereitung erleichtern). Gemeinsam kochen macht nicht nur mehr Spaß, sondern zusammen schaffen wir auch verschiedene Gerichte. Das spart viel Zeit und Geld, die Küche Zuhause bleibt sauber und wir verschwenden weniger Lebensmittel. Zudem hat man auch mal die Möglichkeit neue Gerichte und Rezepte ausprobieren, die gesund und lecker sind. Die Kosten für Naturalien in Höhe von 15 € sind in der Kursgebühr enthalten. Eventuelle Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Vorlieben (vegetarisch, vegan) bitte angeben.

Termin: Freitag, 16.01.26, 10–12.30 Uhr

Gebühr: 38,00 €

Anmeldung: Hier



Knusprige Semmeln, superschnelle Hörnchen und leckeres Brot backen

H-031

NEU!

Christine Maucher

Was gibt es Schöneres, besonders in der kalten Jahreszeit, als den Duft von Frischgebackenem? Brot selber zu backen ist ganz leicht, spart Geld und ich weiß genau, was drin ist. Wir backen superschnelle Proteinhörnchen, leckere Dinkel-Kürbis-Semmeln und ein raffiniertes glutenfreies Kürbisbrot. Während das Brot im Ofen ist, machen wir außerdem zwei einfache Brotaufstriche. Außerdem gibt es viele Informationen und Tipps rund ums Selber-Backen. Anfallende Materialkosten werden im Kurs abgerechnet. Wer Interesse hat, kann im Kurs auch das Backbuch der Kursleiterin: „Backen – Einfach, lecker & gesund.“ erwerben.

Termin: Samstag, 25.10.25, 9–12 Uhr

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier



Wunderbare Leckereien mit unserer Konditormeisterin Ann-Kathrin Bodamer

„Bei allen Kursen (außer Pralinen und Trüffel) sind auch Kinder und Jugendliche (ermäßigt) zusammen mit einer Begleitperson herzlich willkommen!“

Design your Cake

H-100

In meinem Kurs sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Wir backen zusammen eine kleine Torte, die Ihr dann nach Herzenslust verzieren und dekorieren könnt. Ich werde euch verschiedene Arten der Garnierung zeigen. Kosten für Zutaten in Höhe von 25 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Sonntag, 12.10.25, 9–13 Uhr

Gebühr: 49,50 €

Anmeldung: Hier





In der Weihnachtsbäckerei

H-101

Was darf auf keinen Fall zu Weihnachten fehlen? Natürlich: Plätzchen und Lebkuchen. In meinem Kurs zeige ich Euch megaleckere Plätzchen- und Lebkuchenrezepte, die einfach zuzubereiten sind. Meldet Euch an und kommt vorbei! Wir wollen uns gemeinsam auf die wundervolle Weihnachtszeit einstimmen. Die Kosten für Zutaten in Höhe von 25 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Sonntag, 23.11.25, 9–12.30 Uhr

Gebühr: 44,50 €

Anmeldung: Hier



Süße Weihnachtsgeschenke

H-102

Weihnachten steht vor der Tür, aber was soll ich denn bloß schenken? Wem geht's genauso? Da helfe ich Euch! Ich zeige Euch super einfache und leckere Geschenkideen, die nicht nur klasse aussehen, sondern auch mit wenigen Zutaten zu machen sind. Da ist für jeden etwas dabei. Die Kosten für Zutaten in Höhe von 25 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Sonntag, 07.12.25, 14–16.30 Uhr

Gebühr: 39,50 €



Anmeldung: Hier

Pralinen und Trüffel

H-103

Als Geschenk oder zum persönlichen Genuss: Pralinen und Trüffel sind wunderschöne Kleinigkeiten. Sie sehen nicht nur traumhaft aus, sondern sie schmecken auch so. Es gibt so viele verschiedene Pralinen- und Trüffelkreationen. In diesem Kurs zeige ich Ihnen meine Lieblinge. Egal, ob ausgestochen, geformt oder in Hohlkörper aus Schokolade gefüllt – Sie lernen die verschiedenen Herstellungsarten kennen. Zum Schluss garnieren wir die kleinen Köstlichkeiten aus. Das i-Tüpfelchen fürs Auge! Die Kosten für Zutaten in Höhe von 35 € (Kuvertüre ist sehr teuer geworden) sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Sonntag, 08.02.26, 9–13 Uhr

Gebühr: 57,50 €



Anmeldung: Hier



Tortenliebe – Number Cake selbst gemacht

H-131

NEU!

Stefanie Heinrich

Du liebst kreative Torten und möchtest selbst einen echten Hingucker backen? In diesem Kurs zeige ich Dir, wie Du einen Number Cake von Grund auf herstellst – vom Teig bis zur Deko. Gemeinsam backen, füllen und verzieren wir – mit vielen praktischen Tipps und ganz viel Freude am Tun. Am Ende nimmst Du Deine eigene, individuell gestaltete Torte mit nach Hause. Ein Kurs für alle, die gerne backen und Lust auf etwas Besonderes haben. Die Materialkosten in Höhe von 25 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Donnerstag, 13.11.25, 17–20 Uhr

Gebühr: 45,00 €



Anmeldung: Hier

Mit Liebe gebacken – ein Backkurs mit Herz zum Valentinstag

H-132

NEU!

Stefanie Heinrich

Ob verliebt oder befreundet – dieser Kurs ist für alle Backbegeisterten, die am Valentinstag Lust auf ein gemeinsames Erlebnis haben. Gemeinsam backen wir ein süßes Herz: zur Wahl stehen ein klassisches Prinzregentenherz oder ein lockerer Biskuitteig mit köstlicher Füllung. Dazu gibt's kleine Häppchen und passende Getränke – ob Erdbeersekt oder ein kühles Bier – für einen rundum genussvollen Vormittag. Alles Gebackene darf natürlich mit nach Hause genommen werden. Die Materialkosten in Höhe von 25 € sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Samstag, 14.02.26, 9.30–12.30 Uhr

Gebühr: 45,00 € / pro Person

Anmeldung: Hier





WALTER SCHWAB.
wenn's um Rasen geht.

Rollrasen ab 1 m² direkt vom Produzenten!

Bei uns in Waidhofen erhältlich oder bequem zu Ihnen nach Hause geliefert.

www.walter-schwab.de | info@walter-schwab.de | Tel. 082 52/88 27 20 | Haid am Rain 3 | 86579 Waidhofen



Mit Brotsommelier Joachim Seitz gemeinsam Brot backen

Die Kurse finden in der Backstube der Bäckerei Seitz, Pöttmeser Str. 43, Schrobenehausen statt. Bitte eine Küchenschürze mitbringen.



Die Renaissance des Brotes – Natürliches Brot und Vollkornbrot selber backen

H-200

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Interesse an natürlichen, selbstgebackenen Broten wie zu Omas Zeiten, die ohne unnötige Zusätze, wie Mehlbehandlungs- und Verdickungsmittel, Emulgatoren und technische Enzyme bei vollem Geschmack auskommen. Anhand dieser Brote ist ein Üben und Kennenlernen der Methoden und Techniken zur Herstellung von natürlichem Brot wie zu Omas Zeiten sehr gut gegeben. ...mehr Infos auf unserer Homepage. Die Kosten für Naturalien, Brotzeit und Getränke in Höhe von 20 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Freitag, 10.10.25, 15–19 Uhr

Ort: Backstube der Bäckerei Seitz, Pöttmeser Str. 43, Schrobenehausen

Gebühr: 40,00 €

➤ Weitere Termine:

Termin: Freitag, 07.11.25, 15–19 Uhr (H-201)

Termin: Freitag, 05.12.25, 15–19 Uhr (H-202)

Termin: Montag, 12.01.26, 15–19 Uhr (H-203)

Anmeldung: Hier



Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Craft Beer selbst brauen – Vom Sudkessel ins Glas

H-005

Thomas Janscheck, Jillian Sopper

Bier selbst brauen – geht das überhaupt? Klar! In diesem Praxiskurs steigen wir ein in die faszinierende Welt des Heimbrauens. Ob mit Malzextrakt, im Maischverfahren oder nach australischer „Brew in a Bag“-Methode – wir zeigen Schritt für Schritt, wie aus Wasser, Malz, Hopfen und Hefe ein individuelles Bier entsteht. Zusätzlich erfährst Du, wie Du mit fruchtigen Hopfensorten, Kräutern oder Gewürzen Deinem Bier eine ganz persönliche Note verleihen kannst. Natürlich darf eine kleine Bierverskostung nicht fehlen – inklusive spannender Einblicke in die Geschichte und Vielfalt des Bieres. Gebraut wird ein kräuterwürziges Bier, das nach etwa vier Wochen trinkbereit ist. Inhalte: Grundlagen des Bierbrauens & Rohstoffkunde / Gewürze, Kräuter & Aromen für dein Bier / Praktische Einführung in verschiedene Braumethoden / Bierverskostung & sensorisches Kennenlernen. Für alle, die Bier nicht nur trinken, sondern auch verstehen – und selbst brauen – wollen. Schließlich gilt: „Die erste Pflicht der Musensöhne ist, dass man sich ans Bier gewöhne“ (Wilhelm Busch).

Termin: Samstag, 24.01.26, 9–16 Uhr

Ort: vhs-Haus, Lehrküche (Zimmer 204), 2. Stock

Gebühr: 79,00 €



Anmeldung: Hier



„Allerlei Gewürz für Leib, Liebe und Leben“ – Praxisworkshop zum Thema Gewürze

H-006

Thomas Janscheck, Dr. Juliane Daniel

Ob in der Küche, der Heilkunde oder in religiösen Ritualen – Gewürze begleiten die Menschheit seit Jahrtausenden. Pfeffer war einst Zahlungsmittel, Weihrauch ein kostbares Handelsgut, Nelken, Zimt und Kardamom veredelten schon im Mittelalter süße Backwaren. Mit der Entdeckung Amerikas kamen Vanille, Kakao und Chili nach Europa. In diesem Seminar reisen Sie entlang legendärer Handelsrouten durch die Welt der Gewürze. ...mehr Infos auf unserer Homepage.

Termin: Samstag, 28.02.26, 9–16 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 79,00 €

Anmeldung: Hier



Teatime – Wildkräuter mischen, kosten, genießen

H-600

Dr. Sabine Franke

Ein Nachmittag für die Sinne: In diesem genussvollen Workshop dreht sich alles um aromatische Kräutertees aus heimischen Wild- und Gartenkräutern. Sie lernen, welche Kräuter sich besonders gut für eigene Teemischungen eignen und worauf es beim Sammeln, Trocknen und Kombinieren ankommt. Nach dem praktischen Teil lassen wir den Nachmittag gemütlich ausklingen – mit einer duftenden Tasse selbst gemischten Tees, begleitet von süßen und herzhaften Wildkräuterleckereien. Diese werden von der Dozentin bereitgestellt. Kosten für Naturalien sind in der Kursgebühr enthalten.

Termin: Sonntag, 23.11.25, 15–17 Uhr

Ort: vhs-Haus, Lehrküche (Zimmer 204), 2. Stock

Gebühr: 25,00 €



Anmeldung: Hier



NEU!

NEU!

Vom Rohkaffee zum aromatischen Genuss: Kaffeerösterei in Pöttmes H-007

Petra und Rupert Müller, Kaffeerösterei PeRu, VHS Aichach

Kaffee-Genuss ist eine Leidenschaft für sich. Er sollte «schwarz wie der Teufel, heiß wie die Hölle, rein wie ein Engel und süß wie die Liebe» sein, wenn es nach dem französischen Staatsmann Talleyrand ginge. In Pöttmes hat sich eine kleine Rösterei gutem Kaffee verschrieben. Handgepflückte Bohnen aus den besten Lagen der Erde bilden die Grundlage für ihre Kaffee-Spezialitäten und -Raritäten. Bei einer exklusiven 30 minütigen Röstvorführung mit Kaffeekunde, -verkostung und Kuchengenuss können Sie sich von der Güte der edlen Sorten überzeugen.

Termin: Montag, 27.10.25, 14–16 Uhr

Ort: Pöttmes; Kaffeerösterei PeRu, Augsburgs Straße 2

Gebühr: 24,00 €

Anmeldung: Hier



Cocktails selbst mixen – Crashkurs

Jonas Behrendt

„Einen Martini bitte, geschüttelt, nicht gerührt.“ Doch wo liegt eigentlich der Unterschied? Geschüttelt, Gerührt, Gebaut... Wer schon immer einen Einblick in die faszinierende Welt des Cocktailmixens gewinnen wollte, ist in diesem Kurs genau richtig. Hier darf jeder mal hinter die Bar und die verschiedenen Arten der Cocktailzubereitung ausprobieren. Im Kurspreis sind 25 € für ein Cocktailtasting, Snacks, Getränke und Unterrichtsmaterialien enthalten. Bitte beachten Sie: Kursteilnahme ab 18 Jahren, bringen Sie bitte Ihren Personalausweis mit.

Bedenken Sie, dass nach dem Kursbesuch das Führen eines Kfzs nicht mehr möglich ist. Herr Behrendt hat eine Ausbildung zum „Basic & Professional Bartender“ sowie zum „Creative Bartender & Barmanager“ an der Barschule München Academy absolviert. www.barschule-muenchen.de.

Termin: Sonntag, 22.02.26, 20–23 Uhr

Ort: Patisserie Mijou – Multiparkgebäude S, Georg-Alber-Str. 29, SOB

Gebühr: 44,00 €

Anmeldung: Hier



Mit Martin Mayer mehr über Wein erfahren

„La connexion du vin français“

Dieser Abend führt uns auf eine Reise durch das südwestliche Frankreich mit einem Besuch einer Reihe typischer Weingüter. Wir erleben deren Eigenheiten beim Weinanbau, im Keller und bei der Vermarktung. Hochkarätige Rebsorten weiß und rot, die ihren Ursprung dort haben, werden wir kennen lernen. Einige erlangten internationale Bedeutung, andere blieben ein Kleinod in Ihrer Heimatregion. Wir werden sie für uns entdecken. Wir verkosten 8 Weine und Sekte, dazu kommt Wasser, Baguette, Käse und Aufstriche zur Verstärkung des Geschmackserlebnisses. Die Kosten für Naturalien in Höhe von ca. 15 € sind NICHT in der Kursgebühr enthalten und werden am Abend abgerechnet.

Termin: Samstag, 22.11.25, 18–21 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier



Vom Rebstock bis ins Glas:

Weinanbau und Rebsorten in Deutschland

Jeder Schluck Wein erzählt eine Geschichte, eine Geschichte von der hingebungsvollen Arbeit der Winzer, den einzigartigen Eigenschaften des Terroirs der 13 Weinregionen in Deutschland und der sorgfältigen Handwerkskunst, die den Wein zum Leben erweckt. Dieser Abend kommt mit einer Auswahl interessanter Geschichten rund um den deutschen Weinanbau. Anhand ausgesuchter charakteristischer Weine erleben wir deren geschmacklichen Ausprägungen und die Art der richtigen Verkostung. Wir verkosten 8 Weine und Sekte, dazu kommt Wasser, Baguette und etwas Käse und Aufstriche zur Verstärkung des Geschmackserlebnisses. Die Kosten für Naturalien in Höhe von ca. 12 € sind NICHT in der Kursgebühr enthalten und werden am Abend abgerechnet.

Termin: Samstag, 25.10.25, 18–21 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier



Die Vielfalt des Südens: Von Südtirol bis Sizilien – Italien und seine Weine

Bella Italia ist ein einzigartiges Weinland. Was die Größe und die Produktionsmenge angeht, so gibt es ein beständiges Ringen mit Frankreich und Spanien um den ersten Platz. Doch beim Rebsortenreichtum kommt kein anderes Land an Italien heran. Von rund 2'000 autochthonen Rebsorten des italienischen Stiefels werden 400 offiziell genutzt. Wir werfen einen Blick auf die Eigenheiten der italienischen Weinregionen, die wichtigsten Rebsorten und einige charakteristische Winzer sowie Food-Pairings. Wir verkosten 8 Weine und Proseccos, dazu kommt Wasser, Baguette, Käse und Aufstriche zur Verstärkung des Geschmackserlebnisses. Die Kosten für Naturalien in Höhe von ca. 15 € sind NICHT in der Kursgebühr enthalten und werden am Abend abgerechnet.

Termin: Samstag, 28.02.26, 18–21 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier



NEU!



Sinn-voll genießen... ein Wein-Abend

H-800

Christian Lucy

Der Abend soll eine Einführung sein, wie man mit allen Sinnen genussvoll Wein trinken kann. Kein Vortrag, sondern ein gemütliches Treffen in illustrierter Runde und mit hoffentlich ebensolchen Gesprächen! Sie sollten Hunger und Zeit mitbringen, denn es wird den ganzen Abend gegessen und diverse Weine dazu probiert. (kein veganer Abend, vegetarisch ist möglich; Verkostung von Milchprodukten). Die Kosten für Naturalien in Höhe von ca. 35 € werden am Kursabend bar beglichen!

Termin: Freitag, 27.02.26, 19.30–23.45 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Lehrküche (Zimmer 204), 2. Stock

Gebühr: 35,00 €



Sinn-voll genießen... ein Whisk(e)y-Abend

H-801

Christian Lucy

Der Abend soll eine Einführung sein, wie man mit allen Sinnen genussvoll Whisk(e)y trinken kann. Es werden neun bekannte und unbekannte Whiskys vorgestellt und mit Speisen kombiniert. Kein Vortrag, sondern ein gemütliches Treffen in illustrierter Runde und mit hoffentlich ebensolchen Gesprächen. Sie sollten Hunger und Zeit mitbringen, denn es wird den ganzen Abend gegessen und diverse Whiskys DAZU probiert. (kein vegetarischer Abend, Verkostung von Milchprodukten). Die Kosten für Naturalien in Höhe von ca. 40 € werden am Kursabend bar beglichen!

Termin: Freitag, 16.01.26, 19.30–23.30 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Lehrküche (Zimmer 204), 2. Stock

Gebühr: 35,00 €



Gesundheit informativ

R.E.S.E.T – Basis: Kiefergelenksentspannung

G-001

NEU!

Ulrike Wagner

Entspanntes Kiefergelenk – entspannter Körper. Schon die kleinste Verspannung der Kiefermuskeln, verursacht durch Stress, einen Unfall oder nach einer Behandlung beim Zahnarzt, kann die normale, ausgeglichene Position des Kiefergelenks verändern. Es kommt zu angespannten Kiefergelenksmuskeln. Dies ist oft die Ursache u.a. für Kopfschmerzen, Migräne, Tinnitus, Lernschwäche, Nackenbeschwerden oder Beschwerden des unteren Rückens. R.E.S.E.T-Kieferbalance ist eine wirkungsvolle, sanfte Methode, um die Kiefermuskeln und das -gelenk auszugleichen. ...mehr auf unserer Homepage.

Termin: Mittwoch, 19.11.25, 17–20 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 49,00 €



Gruß an den Fuß – Die Rolle des Fußes im Zusammenspiel mit dem Körper

G-030

NEU!

Doris Schwesinger

Unsere Füße tragen uns ein Leben lang – und sind dabei weit mehr als nur ein Fortbewegungsmittel. In diesem Kurs betrachten wir den Fuß als zentrales Element der Körperstatik und -dynamik. Themen sind unter anderem: Fußstellungen, funktionelle Beinlängendifferenzen, Beckenstand und deren Einfluss auf Haltung und Bewegung. Wir sprechen über Skoliose, Schonhaltungen, Schmerzen, Druckstellen sowie die Rolle von Schuhen und Einlagen – konventionell und therapeutisch. ...mehr auf unserer Homepage.

Termin: Dienstag, 24.02.26, 17–18.30 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 15,00 €



Eisbaden – Workshop

G-100

NEU!

Silvia Maier

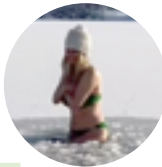
Eisbaden ist der ultimative Energiebooster. Lerne wie man sicher Kältetraining praktiziert in Theorie und Praxis, wie dein Körper und Geist durch diese grenzensprengende Methode einen Neustart erlebt, du glücklicher, gesünder und leistungsfähiger wirst. Ein gewisses Maß an Gesundheit wird vorausgesetzt. Rückfragen gerne an die Kursleitung. Mehr Informationen unter www.eisbaden-atmen.de.

Termin: Samstag, 27.09.25, 9.30–15 Uhr

Anmeldung: Hier

Ort: YOGA freiraum, Manching Straße, Manching

Gebühr: 129,00 €



Angenehm anders!

www.mm-mode.de

Lenbachstraße 56-58
86529 Schrobhausen

Tel.: 08252 - 90 72 86
Fax: 08252 - 90 72 87

info@mm-mode.de
www.mm-mode.de

Cholesterin natürlich senken – der ganzheitliche Blick

G-057

Ute Micko

Erhöhte Cholesterinwerte gelten als Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen – doch was bedeuten diese Werte? Und lassen sie sich wirklich nur medikamentös beeinflussen? Erfahren Sie, welche Aufgaben Cholesterin im Körper erfüllt, welche Blutwerte wirklich aussagekräftig sind – und was Sie selbst tun können, um Ihre Gefäße ganzheitlich zu unterstützen. Lernen Sie, wie Sie mit gezielter Ernährung, Bewegung und natürlichen Heilmitteln Ihren Cholesterinspiegel positiv beeinflussen können. ...mehr Infos auf unserer **Homepage**. Mehr Infos unter www.heilpraktikerin-micko.de.

Termin: Dienstag, 28.10.25, 17.30–19 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: Hier


Stressfrei schlank – Wege aus der Abnehm Falle

G-058

NEU!

Ute Micko

Kämpfen Sie mit einer Gewichtsabnahme? Haben Sie das Gefühl, dass der Alltag nicht nur Ihre Nerven, sondern auch Ihre Figur belastet? Studien zeigen, dass Stress ein heimlicher Dickmacher ist, der unbemerkt auf die Hüften schlägt. Erfahren Sie, wie Stress den Körper blockiert, Heißhunger auslöst und Abnehmerfolge verhindert. Lernen Sie einfache Techniken für mehr Ruhe im Alltag und innere Balance. ...mehr Infos auf unserer **Homepage**.

Termin: Dienstag, 27.01.26, 18–19.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: Hier


Heilsame Berührung – Mit Handreflexzonen das Wohlbefinden stärken

G-059

NEU!

Ute Micko

Unsere Hände sind mehr als nur Werkzeuge. Sie sind ein Spiegel unseres gesamten Körpers. Tauchen Sie ein in die Bedeutung der Handreflexzonen und lernen Sie innere Organe und Körperfunktionen gezielt anzusprechen. In diesem Workshop entdecken Sie, wie eine achtsame Handmassage das Wohlbefinden steigert und sowohl lokale als auch allgemeine Beschwerden positiv beeinflussen kann. ...mehr Infos auf unserer **Homepage**.

Termin: Dienstag, 25.11.25, 18–19.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: Hier


„Augenfit“ Workshop – Ganzheitliches Sehtraining, speziell für die Arbeit am Bildschirm und bei Altersweitsichtigkeit

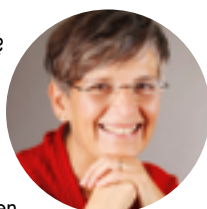
G-200

Claudia Preschl, Gisela Kothmayr-Meise

Ihre Augen brennen, schmerzen oder sind müde? Die Arme werden zu kurz? Sie verbringen viel Zeit vor dem Bildschirm? Wenn das Ihre Themen sind, dann sind Sie bei uns richtig. In diesem Workshop lernen Sie Ihre Augen besser kennen. Mit gezielten Übungen können Sie Ihre Sehfähigkeit trainieren. Entspannungseinheiten sorgen für Ausgleich und erholte Augen. Bildschirmarbeit gehört zum Berufsleben einfach dazu, seit Corona noch mehr als vorher. Wir merken alle, dass dies nicht förderlich für unsere Augen sein kann. Wir leiden an trockenen, tränenden, müden Augen, und unsere Konzentrationsfähigkeit nimmt ab. Wir zeigen Ihnen Möglichkeiten, mit denen Sie Ihre Bildschirmarbeit «augenschonender» bewältigen können. ...mehr Infos auf unserer **Homepage**.

Termin: Samstag, 10.01.26, 14–17 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier


Schuhe,
Mode &
Sport

für die ganze Familie!

Zu bezahlbaren Preisen!



KERN
Schuhe | Mode | Lifestyle

Rinderhofer Breite 7
86529 Schrobenhausen

KERN
SPORT

Rinderhofer Breite 5
86529 Schrobenhausen

www.kernschuhe.de





Vortragsreihe mit dem Kreiskrankenhaus Schrobenehausen

Alle Vorträge finden im Mehrzweckraum (1. Stock) im Kreiskrankenhaus Schrobenehausen, Högenauer Weg 5 statt. Der Eintritt ist frei. Anmeldung ist nicht erforderlich.

Keine Angst vor der Narkose – Was passiert, wenn ich schlafe? G-070

Dr./KUL Christian Stoll, Chefarzt Anästhesie und Intensivmedizin

Viele Menschen fürchten sich vor einer Vollnarkose – doch moderne Anästhesie ist sicher und gut kontrollierbar. Erfahren Sie, was während der Narkose wirklich passiert, wie der Körper überwacht wird und warum Sie sich entspannen können.

Termin: Dienstag, 30.09.25, 18–19.30 Uhr



Dicke Beine – mehr als ein kosmetisches Problem G-071

Dr. Fotios Tsounis, Oberarzt Gefäßmedizin

Geschwollene und schmerzende Beine sind für viele Patientinnen und Patienten ein Problem, nicht nur kosmetisch, sondern auch mit Beeinträchtigungen im Alltag. Wie man Krampfaderen erkennt und von Besenreißern unterscheidet, was man dagegen tun kann und wo eine Operation sinnvoll ist, das erklären unsere Experten der Gefäßmedizin Dr. Tsounis und Dr. Hudjetz. Es ist Zeit persönliche Fragen zu stellen und sich über die Therapieoptionen und Angebote am Kreiskrankenhaus zu informieren.

Termin: Dienstag, 21.10.25, 18–19.30 Uhr



Tanz der Hormone – die Frau und ihr Hormonkarussell ab 40 G-020

Dr. Konstanze Lange

Die Wechseljahre kündigen sich mit vielfältigen Veränderungen an und betreffen jede Frau unterschiedlich. Viele erleben belastende Symptome, fühlen sich jedoch oft nicht ernst genommen oder unzureichend informiert. Dieser Abend vermittelt grundlegendes Wissen über den weiblichen Zyklus und das hormonelle Zusammenspiel im Körper. Dr. Lange klärt über typische Beschwerden auf und zeigt hilfreiche Therapieansätze – von Lebensstiländerungen bis hin zu bioidentischen Hormonen. Ziel ist es, Ängste abzubauen und Chancen dieser Lebensphase aufzuzeigen. Denn: Keine Frau muss da einfach „durch“.

Termin: Mittwoch, 12.11.25, 19–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 12,00 €



Anmeldung: Hier



Tanz der Hormone – die Frau und ihr Hormonkarussell ab 40 – für Frauen, Paare und ausdrücklich: für MÄNNER! G-021

Dr. Konstanze Lange

dieser Kurs ist inhaltlich gleich mit G-020, richtet sich aber nicht nur an Frauen, sondern gleichermaßen an Frauen, Paare und ganz ausdrücklich: an Männer! Ob als Partner, Freund oder Angehöriger, um ein besseres Verständnis für diese veränderte, wichtige Lebensphase der Frau zu gewinnen.

Termin: Mittwoch, 11.02.26, 19–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 12,00 €

Anmeldung: Hier



Dein Zyklus im Wandel – Versteh was jetzt passiert G-114

Carolyn Irnhauser

Spürst du Veränderungen an deinem Körper – unregelmäßiger Zyklus, Stimmungsschwankungen, Schlafprobleme oder Energieliefs? Das könnte der Beginn der Perimenopause sein – einer natürlichen, aber oft wenig verstandenen Lebensphase. In diesem 2-stündigen Seminar erfährst du, was in deinem Körper hormonell passiert, wie du Symptome besser einordnen kannst und wie du dich sanft und natürlich unterstützen kannst. **...mehr Infos auf unserer Homepage.** Als Heilpraktikerin und NFP-Beraterin begleite ich dich auf diesem Weg mit Fachwissen und Feingefühl.

Termin: Donnerstag, 23.10.25, 18–20 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 19,00 €



Anmeldung: Hier



Anmeldung: Hier

➤ Weitere Termine:

Termin: Dienstag, 03.02.26, 18–20 Uhr (G-115)

NEU!

NEU!

Versteh Deinen Zyklus – Versteh Dich selbst!

G-116

NEU!

Carolín Irnhäuser

Fühlst du dich manchmal überwältigt von deinem Körper und fragst dich, ob deine Beschwerden wie Stimmungsschwankungen, Erschöpfung oder Schmerzen mit deinen Hormonen zusammenhängen? In meinem zweistündigen Hormon-Seminar lade ich dich ein, auf eine Reise zu dir selbst zu gehen. Gemeinsam entdecken wir, wie die verschiedenen Hormone in deinem Zyklus zusammenarbeiten und welche Signale dein Körper dir sendet. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Donnerstag, 30.10.25, 18–20 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 19,00 €

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

➤ Weitere Termine:
Termin: Dienstag, 10.02.26, 18–20 Uhr (G-117)


Ernährung bei Regelschmerzen, Endometriose und Adenomyose

G-190

NEU!

Annkatriin Seidler

Im Webinar erfährst du: Bei welchen Lebensmitteln Vorsicht geboten ist / Was du beachten solltest, bevor du deine Ernährung umstellst und wie du vorgehen kannst / Welche Empfehlungen die „Wohlfühlkörper Lady's Community“ hat, um besser mit dem Leben mit Regelschmerzen umzugehen.

Termin: Donnerstag, 13.11.25, 19–20 Uhr

Ort: Online – bei Ihnen zu Hause

Gebühr: kostenlos

Anmeldung: Hier


Workshop Speiseplan – Ernährung bei Regelschmerzen und Endometriose

G-191

NEU!

Annkatriin Seidler

Du leidest unter Regelschmerzen und Deine Ernährung bereitet dir zusätzlich Bauchschmerzen, im wahrsten Sinne des Wortes? Du sehnst Dich nach Struktur und einem Plan, wie Du Deinen Körper mit der richtigen Ernährung unterstützen kannst, damit Du gut durch die Periodenzeit kommst? Dieser Workshop ist für Dich, wenn Du: Endlich einen Plan für Deine Ernährung haben möchtest / selbst diesen Plan erstellen möchtest – mit Inspirationen und Vorschlägen, aber es ist DEIN individueller Speiseplan. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Samstag, 10.01.26, 15–17 Uhr

Ort: Online – bei Ihnen zu Hause

Gebühr: 19,00 €

Anmeldung: Hier


Starke Frauen, volle Köpfe –

Wie wir den „Mental Load“ verstehen und in Balance bringen

G-113

Verena Bösowith

Ihr Tag ist voll: Familie, Job, Haushalt – Sie jonglieren alles gleichzeitig und tragen dabei oft eine unsichtbare Last, den Mental Load. Dieses ständige „An alles denken müssen“ zehrt an den Kräften und lässt kaum Raum für Entspannung oder Zeit für sich selbst. Doch wie gelingt es, diesen Druck zu durchbrechen? In diesem Vortrag nehmen wir uns Zeit, genau hinzuschauen: Welche unbewussten Erwartungen und Ansprüche lasten auf Frauen? **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Mittwoch, 21.01.26, 18.30–20 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 15,00 €

Anmeldung: Hier


**Führungen mit Menü nach Hinterkaifeck
in den Herbst-, Winter- und Frühlingsmonaten.
Termine auf der Homepage ersichtlich.**

Sieglinde Bogenrieder

Ringstraße 5 • 86579 Waidhofen • Tel. (08443)1033
E-Mail: info@gasthof-bogenrieder.de • www.gasthof-bogenrieder.de



Jahres-Thema 25 des Gesundheitsamtes ND-SOB in Kooperation mit der vhs „Frauengesundheit“

KI – Klarheit – Können.

Digitale Helfer für Frauen die mehr durchstarten wollen

G-101

Caroline Tietz

Ob Sie Ihren Alltag smarter organisieren, Ihre Bewerbungen wirkungsvoller gestalten, sich beruflich neu orientieren oder einfach nur Ihrer Neugier folgen möchten – in diesem Kurs sind Sie genau richtig. In diesem inspirierenden Workshop lernen Sie alltagstaugliche KI-Tools kennen. Mit einem Augenzwinkern und viel Klarheit zeige ich Ihnen, wie Sie Künstliche Intelligenz für sich nutzen – ohne Technikfrust, aber mit viel Empowerment. Für alle Frauen, die mit digitalen Helfern selbstbewusst durchstarten wollen!

Termin: Donnerstag, 20.11.25, 18.30–20.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), 1. Stock

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier



Hormone, Symptome, Irrwege!

Was Frauen wissen sollten, aber oft nicht erfahren

G-102

Prof. Dr. Marion Kiechle

Prof. Marion Kiechle – erste Lehrstuhlinhaberin für Gynäkologie in Deutschland – gibt Einblick in die oft übersehenen Zusammenhänge zwischen Hormonen, Verhütungsmethoden und frauenspezifischen Erkrankungen. Ein Vortrag über medizinische Wissenslücken, späte Diagnosen und die Notwendigkeit, Frauengesundheit endlich ganzheitlich zu denken.

Termin: Mittwoch, 03.12.25, 18–19.30 Uhr

Ort: Online – bei Ihnen zu Hause

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier



Finanzielle Zukunft bewusst gestalten – Grundlagen für Frauen

G-104

Julia Kramer

Wusstest du, dass jede fünfte Frau in Deutschland ab 65 Jahren als armutsgefährdet gilt? Immer mehr Rentnerinnen und Rentner leben heute an der Armutsgrenze. Dass die gesetzliche Rente allein nicht reicht, ist vielen bewusst – und doch sorgt nur etwa jede zweite Frau privat vor. Dieser Vortrag richtet sich an Frauen – unabhängig von Alter, Lebenslage oder Einkommen – die ihre finanzielle Zukunft bewusst gestalten möchten. Es geht nicht um komplizierte Fachbegriffe oder den Verkauf von Versicherungen, sondern um Verständnis, Orientierung und ermutigende erste Schritte. ...mehr

Infos auf unserer Homepage.

Termin: Donnerstag, 13.11.25, 18–20 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier



Selbstverteidigung für Frauen – Stärke zeigen, Sicherheit gewinnen

G-105

Steve Scheibe

Wie erkenne ich gefährliche Situationen frühzeitig? Wie kann ich mich effektiv verteidigen – im Stand und am Boden? Dieser Kurs vermittelt praxisnah und verständlich die wichtigsten Konzepte und Basistechniken zur Selbstverteidigung für Frauen. Inhalte: Rechtliche Einordnung: Was gilt als Notwehr und Nothilfe? Gefahrenbewusstsein entwickeln: Risiken erkennen, souverän handeln. ...mehr Infos auf unserer Homepage.

Termin: Montag, 24.11.25, 18–20 Uhr

Ort: Aiki-Dojo, Bahnhofstr. 22, Rückgebäude des Vereins für Budo- u. Zenküst e.V.

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier



Pause für mich – Embodiment-Auszeit für Frauen und Mütter die viel Geben

G-106

Sandrina Baumann

Anhalten. Durchatmen. Bei dir selbst ankommen – ohne leisten zu müssen. Zwischen Einkaufslisten, Plätzchenteig und Jahresendspurt... Zeit für dich. Du gibst viel – für deine Familie, im Alltag, in deinen Rollen. Doch wann nimmst du dir Zeit, um bei dir selbst anzukommen? In diesem Workshop darfst du einfach mal nur du sein. ...mehr Infos auf unserer Homepage.

Termin: Sonntag, 30.11.25, 10–11.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 5,00 €

Anmeldung: Hier



Liebe, Lust & lauwarme Pizza – Ein Spagat zwischen Romantik und Realität

G-107

Johanna Ehm

Lust ist wie eine heiße, frische Pizza – köstlich, begehrenswert und ein echter Genussmoment. Doch manchmal kühlt sie ab... Über 33 % der Frauen kennen das Gefühl: Lustlosigkeit und schwindendes Verlangen. Zwischen Alltagstrott, Wäschebergen und dem Gefühl, nicht gesehen zu werden, verliert die Lust leicht ihren Schwung. In langjährigen Beziehungen ist Lust keineswegs ein Selbstläufer, sondern ein zartes Pflänzchen, das Zeit, Aufmerksamkeit und Humor braucht. In diesem Vortrag beschäftigen wir uns mit wichtigen Zutaten der Lust: Welchen Nährboden sie braucht, damit sie sich wohl und willkommen fühlt. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Montag, 01.12.25, 18.30–20 Uhr**Ort:** Seminarhaus «Ort der Begegnung», Am Schlosskeller 1, Sandizell**Gebühr:** 5,00 €**Anmeldung:** Hier

Unsere besonderen Kurse mit Angela Karl

Heilpraktikerin für Psychotherapie und Coach. Die Kurse finden alle in dem wunderschönen Seminarhaus „Ort der Begegnung“, Am Schlosskeller 1, Sandizell statt.

Inneres Kind – Entdecken, Verstehen und Integrieren

G-151

In diesem intensiven und einfühlsamen Workshop lade ich Dich ein, Dein Inneres Kind zu entdecken und eine liebevolle Beziehung zu ihm aufzubauen. Unsere Erfahrungen aus der Kindheit prägen unser heutiges Leben oft stärker, als wir denken. Verletzungen, ungelöste Konflikte oder unbewusste Glaubenssätze können unsere Beziehungen, unser Selbstwertgefühl und unser Handeln beeinflussen. In diesem Workshop lernst Du, Dein inneres Kind zu verstehen und zu integrieren. Entdecke Dein Sonnenkind und finde damit mehr Leichtigkeit und Freude in Dir.

Termin: Samstag, 18.10.25, 10–16.30 Uhr**Gebühr:** 70,00 €**Anmeldung:** Hier

NEU!

Entspannung und innere Ruhe durch Meditation und Achtsamkeit

G-152

Tauche ein in die Welt der Meditation und Achtsamkeit und lerne Techniken kennen, die Dir helfen, den Alltag gelassener und bewusster zu erleben. In diesem Kursabend erfährst Du, wie Du durch Bewegung, Stille und geführte Meditation Stress abbauen, Konzentration verbessern und innere Ruhe finden kannst. Meditation wirkt sich auch positiv auf unser Immunsystem, unsere Schlafqualität und auf unsere Beziehungen aus. Probiere es einfach mal aus.

Termin: Dienstag, 18.11.25, 19.30–21 Uhr**Gebühr:** 15,00 €**Anmeldung:** Hier

Resilienz – Herausforderungen und Krisen leichter meistern

G-153

In einer dynamischen und oft herausfordernden Welt ist die Fähigkeit, mit Stress und großen Belastungen besser umzugehen von entscheidender Bedeutung. Haben wir eine gute Resilienz, psychische Widerstandskraft und Stärke, können wir schwierige Phasen besser meistern und ohne dauerhafte Beeinträchtigungen überstehen. Resilienz kann trainiert und gestärkt werden. In diesem Workshop erfährst Du, was man unter Resilienz versteht und wie sich die sieben Säulen der Resilienz positiv auf unser Leben auswirken können. Dazu viele Tipps und auch Übungen wie Du Deine persönliche Resilienz stärken kannst.

Termin: Samstag, 22.11.25, 14–17 Uhr**Gebühr:** 44,00 €**Anmeldung:** Hier

Zauber der Rauh Nächte

G-154

Die „Rauh Nächte“, die Tage zwischen Weihnachten und dem Dreikönigstag, gelten von alters her als besondere Zeit. Zeit, um Rückschau zu halten und ins neue Jahr zu blicken. An diesem Abend bereiten wir uns gemeinsam auf diese Zeit vor. Es geht um alte überlieferte Bräuche, Symbolik und Bedeutung der 12 Nächte, Räuchern, praktische Anleitung für mögliche Rituale und viele Anregungen für diese Zeit. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Dienstag, 09.12.25, 19–21.30 Uhr**Gebühr:** 37,00 €

➤ Weitere Termine:

Termin: Freitag, 12.12.25, 19–21.30 Uhr (G-154A)**Anmeldung:** Hier**Anmeldung:** Hier



Entdecke die heilsame Kraft der Musik

G-169

NEU!

Tauche ein in einen Erfahrungsraum für Klang, Gefühl und Deine inneren Welt. An diesem Abend lade ich Dich ein, die Kraft der Musik in unterschiedlichen Formen zu entdecken. Erfahre die Lebendigkeit einfacher Rhythmen, spüre die Freude der Bewegung zu Musik, begib Dich auf innere Reise und fühle, wie Töne und Klänge auf Deinen Körper und Deine Emotionen wirken. Du brauchst keine musikalischen Vorkenntnisse – nur Offenheit und Freude, Dich auf den Klang und die Musik einzulassen. Ein Abend zum Spüren, Loslassen, Auftanken – für mehr innere Ruhe, Lebendigkeit und Verbindung mit Dir selbst.

Termin: Dienstag, 27.01.26, 19–21 Uhr

Gebühr: 29,00 €

Anmeldung: Hier



„Räuchern mit Kräutern und Harzen“ – Einsteigerkurs

G-091

Susanne Traub

Das Räuchern mit Kräutern und Harzen wirkt reinigend, schützend und klärend. Bereits unsere Vorfahren räucherten bei allen wichtigen Anlässen des Lebens, z.B. bei Geburt, Hochzeit, Rohnächte usw. Räuchern ist etwas für Menschen, die sich in einem harmonischen Raumklima wohl fühlen, die kleine Rituale lieben und selbst für Harmonie und Lebensfreude sorgen wollen. In diesem Workshop bekommen Sie einen Überblick rund ums Räuchern. Das Seminar findet in der Kleingruppe statt.

Termin: Samstag, 29.11.25, 15–16.30 Uhr

Ort: biovitales, Bahnhofstr. 9, Schrobenehausen

Gebühr: 19,00 €

Anmeldung: Hier



Hausräucherung zum Jahresbeginn – Reinigung und Neubeginn

G-092

Susanne Traub

Ein neues Jahr beginnt – der ideale Moment, um Altes loszulassen und frische Energie in Ihre vier Wände zu bringen. Unsere erfahrene Dozentin kommt zu Ihnen nach Hause und führt eine individuelle Hausräucherung durch. Mit heimischen und traditionellen Räucherstoffen schafft sie eine Atmosphäre der Klärung, Reinigung und Stärkung. Dieses Ritual (max. 1 Stunde) kann helfen, alte Energien zu verabschieden, gute Vorsätze zu verankern und mit einem gestärkten Gefühl ins neue Jahr zu starten.

Termin: Montag, 05.1.26, 9-18 Uhr sowie Samstag, 10.1.26, 14-18 Uhr. Die genaue Uhrzeit wird bei telefonischer Anmeldung individuell vereinbart.

Ort: siehe Kursbeschreibung

Gebühr: 79,00 €

Anmeldung: Hier



Gesundheit aktiv

Kräftigende Beckenbodenschule® ZVK

G-911

Physiotherapeutin und Beckenbodentherapeutin Ulrike Monz

Kommt Ihnen das bekannt vor? Bei (fast) jedem Husten, Niesen oder Hüpfen meldet sich die Blase und das ständige Laufen zur Toilette ist ebenfalls sehr störend. Die gute Nachricht: Sie können etwas dagegen tun! Lernen Sie Ihre Beckenbodenmuskulatur wahrzunehmen, mit gezielten physiotherapeutischen Übungen zu trainieren und damit zu kräftigen oder gegebenenfalls zu entspannen. Lernen Sie Belastungen im Alltag zu erkennen und zu vermeiden. ...mehr Infos auf unserer Homepage. Dieser zertifizierte Präventionskurs ist nach § 20 SGB V förderfähig, bitte erkundigen sie sich im Vorfeld bei Ihrer Krankenkasse. Bei Fragen können Sie sich gerne mit der Kursleiterin in Verbindung setzen (08441/86157) Ulrike Monz, Physiotherapeutin und Beckenbodentherapeutin

Termin: Dienstag, 28.10.25 bis 16.12.25, 17–18.15 Uhr, 8 x

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 96,00 €

Anmeldung: Hier



Lebendiger Beckenboden – Feldenkrais Kurs (inkl. Audioaufnahmen)

G-300

Petra Sossau

Der Fokus dieses Kurses liegt auf dem Becken und der Beckenbodenmuskulatur. Ein flexibler Beckenboden löst Verspannungen, verbessert die Haltung und schenkt Stabilität. Er stärkt das Körpergefühl, harmonisiert die Lebensenergie und kann die Sexualität bereichern. Für wen? Für Männer und Frauen, insbesondere auch für Schwangere und zur Rückbildung. Inhalte: Wahrnehmung und Aktivierung des Beckenbodens / Anspannen, Loslassen und dynamische Haltung / Integration in den Alltag.

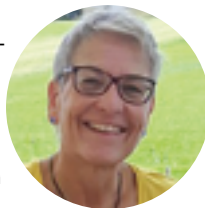
Extra: Alle Sitzungen als Aufzeichnung verfügbar. Petra Sossau ist lizenzierte Feldenkrais-Pädagogin, mehr Infos unter www.feldenkrais-sossau.de.

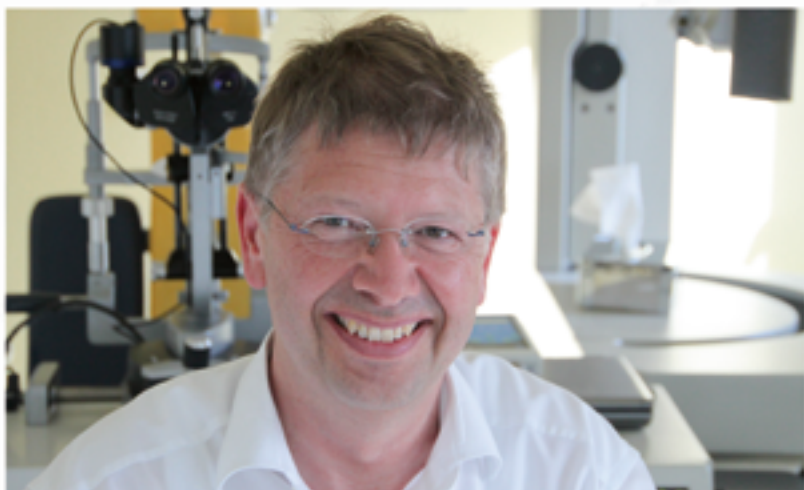
Termin: Donnerstag, 18.09.25 bis 09.10.25, 20–21.15 Uhr, 4 x

Ort: Online-Kurs über Zoom

Gebühr: 72,00 €

Anmeldung: Hier





Augenarzt

Dr. med. Jürgen Garus

Joseph-Fraunhofer-Str. 6 II.OG

Pfaffenhofen

08441- 8 11 80

**online-Termin:
GARUS.com**





Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung – Entspannt, aufgerichtet, lebendig (inkl. Audioaufnahmen)

G-301

Petra Sossau

Mit sanften, achtsamen Bewegungen verfeinerst du dein Körperbewusstsein und entwickelst mehr Leichtigkeit, Aufrichtung und innere Balance. Im Mittelpunkt stehen Wirbelsäule, Schultern und Becken. Verspannungen lösen sich, die Atmung wird freier und Bewegungen geschmeidiger. Für alle, die sich entspannter, aufgerichteter und lebendiger fühlen möchten.

Termin: Donnerstag, 23.10.25 bis 27.11.25, 8.15–9.30 Uhr, 6 x**Ort:** Online-Kurs über Zoom**Gebühr:** 108,00 €**Anmeldung:** Hier

➤ Weitere Termine:

Termin: Mittwoch, 22.10.25 bis 26.11.25, 20–21.15 Uhr, 6 x (G-302)**Anmeldung:** Hier

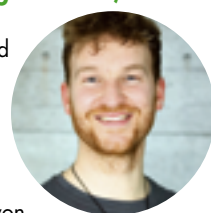
Für den Rücken



Daily Rücken – tägliches Rückentraining (20 Min. bewegte Pause) G-524

Oliver Kroiss

Der tägliche Bewegungsbegleiter für Deinen Alltag. Du sitzt den ganzen Tag und leidest unter Rückenschmerzen oder Nackenverspannungen. Du möchtest dem präventiv vorbeugen? Dann ist dieses Training Dein perfekter Begleiter. Das Besondere: trainiert wird online über Zoom. Das Training dauert nur 20 Minuten und es gibt täglich 3 Trainingstermine: morgens, mittags und abends. Du kannst so viel mittrainieren, wie Du möchtest. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Start jederzeit frei wählbar. Der Kurs ist auf eine Gesamtdauer von 3 Monaten ausgelegt z.B. ab 01.10.25**Ort:** Online-Kurs über Zoom**Gebühr:** 59,00 €**Anmeldung:** Hier

Rückenfit am Abend

G-525

Dagmar Fröhlich

Schwache Rumpfmuskeln sind die Ursache vieler körperlicher Probleme. In diesem Kurs stärken wir die gesamte Rumpfmuskulatur. Alle Übungen zielen auf die Gelenkstabilität und Körperbalance ab – für ein besseres Gleichgewicht und eine bessere Körperhaltung. Rückenübungen für mehr Beweglichkeit und Koordination.

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 17.12.25, 18–19 Uhr, 12 x**Ort:** Grünes Yogahaus, Am Figurberg 12, Edelshausen**Gebühr:** 72,00 €**Anmeldung:** Hier

Fitness, Deep Work, Functional Training

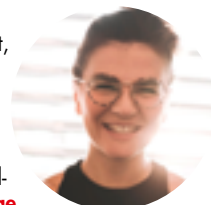
Functional Training am Vormittag

G-461

NEU!

Sabrina Dreblow

Wir zelebrieren das Zusammenspiel unserer Muskeln und unsere Fähigkeit, komplexe Bewegungen auszuführen. Ziel dieser Stunde ist ein dynamisches, ganzheitliches Workout, um den Körper zu kräftigen und richtig ins Schwitzen zu kommen. Begleitet wirst Du von rhythmischen Beats und motivierenden Worten. Wir starten die Stunde gut aufgewärmt mit einem kurzen Technik Part, bevor wir gemeinsam für ca. 30 Minuten in ein kraftvolles und fokussiertes Workout abtauchen. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Montag, 10.11.25 bis 15.12.25, 9.30–10.30 Uhr, 6 x**Ort:** vhs-Haus, «Spiegelsaal» (Zimmer 203), 2. Stock**Gebühr:** 72,00 €**Anmeldung:** Hier

➤ Weitere Termine: – am Samstagvormittag –

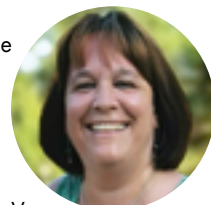
Termin: Samstag, 18.10.25 bis 06.12.25, 9.30–10.30 Uhr, 6 x (G-462)**Anmeldung:** Hier

Indian Balance

G-471

Jutta Dier

Indian Balance vereint altes indianisches Wissen vom Fließen der Körperenergie mit der modernen Bewegungslehre. Dieses Intensivprogramm für Rücken, Bauch, Beine und Po beflügelt die Sinne, formt die Figur und bringt pure Energie. Indianische Klänge geben den Rhythmus vor und wirken entspannend. Indian Balance ist für jede Altersgruppe geeignet, egal ob Sportler oder Nichtsportler.

Termin: Mittwoch, 08.10.25 bis 17.12.25, 18.30–19.30 Uhr, 10 x**Ort:** Aiki-Dojo, Bahnhofstr. 22, Rückgebäude des Vereins für Budo- u. Zenküst e.V.**Gebühr:** 60,00 €**Anmeldung:** Hier

Bodyfit

Sonja Fischerbauer

Bodyfit ist ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit Eigenkörpergewichtstraining und Mobilisationsübungen. Mehrgelenkige Übungen für die tiefe und oberflächliche Muskulatur machen das Training für den ganzen Körper komplett.

Termin: Montag, 22.09.25 bis 01.12.25, 18.30–19.30 Uhr, 10 x

Ort: Kindergarten Hörzhausen, Obermühlstr. 12, Gymnastikraum

Gebühr: 69,00 €

Anmeldung: Hier



G-501

DeepWork

Sonja Fischerbauer

DeepWork ist athletisch, einfach, anstrengend und doch entspannend. Ein Ganzkörpertraining nach dem Prinzip von Yin und Yang. In dieser Stunde starten wir langsam, steigern uns im Hauptteil und enden mit Entspannungsübungen. Auch für motivierte Einsteiger geeignet, da wir in verschiedene Levels trainieren.

Termin: Montag, 12.01.26 bis 09.02.26, 18.30–19.30 Uhr, 5 x

Ort: Kindergarten Hörzhausen, Obermühlstr. 12, Gymnastikraum

Gebühr: 35,00 €

Anmeldung: Hier

G-503

NEU!

Ganzkörper-Fitness

Andrea Pfeffer

In diesem Kurs kombinieren wir Übungen für die Tiefenmuskulatur und Faszi mit bekannten Kraft- und Ausdauerübungen. Dieses Ganzkörpertraining kräftigt tiefliegende Muskeln, formt die Figur und tut sowohl Gelenken als auch Rücken gut. Dabei wird die gesamte Rumpfmuskulatur stabilisiert und die Haltung verbessert. Darüber hinaus steigert das Faszien-Training Ihre Beweglichkeit, löst Verspannungen und fördert das Wohlbefinden.

Termin: Montag, 06.10.25 bis 15.12.25, 18–19.15 Uhr, 10 x

Ort: Turnhalle der Maria-Ward-Realschule, Rotkreuz-Straße

Gebühr: 74,50 €

Anmeldung: Hier



G-512

Body-Fit-Mix

Franziska Steinborn

In dieser Stunde mit Coach Franziska Steinborn erwartet dich ein Mix aus Kräftigung, Kondition und Entspannung! Wir üben mit verschiedenen Trainingseinheiten und erfahren, was Bauch-Beine-Po, Aerobic, Step, Intervall- und Krafttraining sowie unterschiedliche Sportgeräte unter fachkundiger Anleitung bewirken können.

Termin: Mittwoch, 24.09.25 bis 03.12.25, 18.30–19.30 Uhr, 10 x

Ort: Kindergarten Hörzhausen, Obermühlstr. 12, Gymnastikraum

Gebühr: 69,00 €

Anmeldung: Hier



G-514

Hula Hoop Kurs – Hullernd zum Wohlfühl

Sandra Dietl

Mach mit und entdecke die Vorteile des Hullerns! Dieser Kurs bietet Dir ein dynamisches Workout, das nicht nur Deine Ausdauer und Muskelkraft verbessert, sondern auch Deine Koordination und Beweglichkeit fördert. Der Hula-Hoop-Reifen bringt Deinen Körper in Schwung und sorgt für ein intensives Training, das gleichzeitig Spaß macht. Egal, ob Anfänger oder Fortgeschrittene – dieser Kurs ist für alle geeignet, die fit werden und dabei eine gute Zeit haben möchten. ...mehr Infos auf unserer Homepage. Es gibt einen Schnupperkurs am 30.09.25 um 19 Uhr, bei Interesse gerne melden. Kein Kurs am 04.11.25.

Termin: Dienstag, 14.10.25 bis 18.11.25, 19–19.45 Uhr, 5 x

Ort: Online – bei Ihnen zu Hause

Gebühr: 39,00 €

Anmeldung: Hier

G-519

NEU!

Hip Hop Adults

Leah Wölz

Hip Hop ist eine der modernsten und vielfältigsten Tanzarten – ein perfekter Ausgleich zum Alltag. Der Vorteil von Hip Hop ist, dass jeder seinen individuellen Stil, völlig gleich ob Popping, Locking oder House, mit in die Gruppe einbringen kann. In diesem Kurs könnt Ihr einfach den Kopf abschalten und Euch zu den neuesten Hits in Form einer Choreographie bewegen. Zudem wird ein besonderer Fokus auf Rhythmusgefühl und Üben verschiedener Tanzschritte gelegt.

Termin: Dienstag, 23.09.25 bis 02.12.25, 18.30–19.30 Uhr, 10 x

Ort: vhs-Haus, «Spiegelsaal» (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 65,00 €

Anmeldung: Hier

G-630





Tanz dich fit – mit Zumba®!

G-575

NEU!

Patricia Häuslinger

Tanz dich fit – mit Zumba®! Ein Workout mit mitreißender Musik, die ihre Wurzeln hauptsächlich im lateinamerikanischen Bereich hat, aber auch zu vielen anderen „rhythms of the world“ werden wir uns bewegen. Der Kurs ist sowohl für Anfänger, als auch für erfahrene Zumba-Fans geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, bring einfach Freude an Musik und Bewegung sowie feste Hallenturnschuhe, ein kleines Handtuch und etwas zu trinken mit.

Termin: Mittwoch, 08.10.25 bis 03.12.25, 18.30–19.30 Uhr, 8 x

Ort: Sportheim SV-Steingriff e.V., Sportweg 6, Turnhalle (Obergeschoß)

Gebühr: 49,00 €



Anmeldung: Hier



Pilates und Co.

Pilates für Fortgeschrittene am Vormittag

G-453

Marliese Thaler

Pilates ist ein systematisches Ganzkörpertraining. Es beinhaltet sowohl Übungen zur Kräftigung und Dehnung der Muskulatur, als auch spezielle Atemübungen. Bei den Pilates-Übungen werden vor allem die tiefliegenden, kleinen und oftmals schwachen Muskelgruppen angesprochen, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit (geringer) Pilates-Erfahrung.

Termin: Mittwoch, 15.10.25 bis 17.12.25, 8.30–9.30 Uhr, 9 x

Ort: vhs-Haus, «Spiegelsaal» (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 66,00 €



Anmeldung: Hier



Pilates für Fortgeschrittene

G-454

Marliese Thaler

Der Kurs ist inhaltlich gleich mit Kurs G-453. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Pilates-Erfahrung.

Termin: Donnerstag, 16.10.25 bis 18.12.25, 18–19 Uhr, 9 x

Ort: vhs-Haus, «Spiegelsaal» (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 66,00 €

Anmeldung: Hier



Fusion Pilates – get ready to be addicted to burn

G-247

NEU!

Emina Heinzlmeir

Fusion Pilates ist eine Kombination aus klassischem Pilates und ein energiegeladenes Full-Body-Workout, das Deine Tiefenmuskulatur zum Brennen bringt. In dynamischen Stationen verbinden wir Core-Stabilität, Kraft, Balance und Stretch mit dem Flow des Pilates – für maximale Effizienz und Spaß. Du wirst schwitzen, Du wirst zittern – und Du wirst es lieben. Ein Kurs für alle, die gerne über sich hinauswachsen, die Abwechslung suchen und nach dem Pilates-Vibe süchtig sind.

Termin: Donnerstag, 15.01.26 bis 12.02.26, 18–19 Uhr, 5 x

Ort: vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 39,00 €



Anmeldung: Hier



Bewegungslehre nach Liebscher & Bracht mit Schmerzfrei-Flows

G-513

NEU!

Andrea Frank

Dieser Kurs ist eine Hilfe zur Selbsthilfe, um Schmerzzustände von Kopf bis Fuß entgegenzuwirken. Nach dem Konzept von Liebscher & Bracht ist das muskulär-fasziale Ungleichgewicht, welches durch unseren Alltag entsteht, verantwortlich für Schmerzen. Die Faszien-Engpassdehnungen und Bewegungs-Flows mit unserer zertifizierten L&B- Schmerzspezialistin Andrea Frank, wirken ursächlich und nachhaltig diesem Mechanismus entgegen.

Termin: 6.9., 13.9., 11.10., 18.10. sowie 25.10.25, jeweils 10–11 Uhr

Ort: Aiki-Dojo, Bahnhofstr. 22, Rückgebäude des Vereins für Budo- u. Zenküst e.V.

Gebühr: 75,00 €



Anmeldung: Hier



➤ Weitere Termine:

Termin: 08.11., 22.11., 29.11., 13.12. sowie 20.12.25, jeweils 10 Uhr bis 11 Uhr (**G-513A**)

Anmeldung: Hier

Unser gesamtes Programm finden Sie auch im Internet:
Mit uns kommen Sie weiter. www.vhs-sob.de

YOGA

Gesunder Schlaf & Yoga

G-166

Andrea Schymura

Wie gestalte ich den Ausklang meines Tages so, dass ich gut einschlafen und mich erholen kann? Welche Yogahaltungen lassen mich körperlich und geistig leichter zur Ruhe finden? Naturheilmittel, Yogaübungen und vor Allem der Atem als Königsweg zur Entspannung können hier eine wertvolle Hilfe sein. Darum möchte ich in diesem „Vortrag mit Bewegung“ nicht nur Wissen, Tipps und Tricks vermitteln, sondern vor Allem auch das Spüren unseres Körpers in sehr entspannenden Yogahaltungen anbieten. Diese sind auch für Yogaanfänger geeignet. Du erfährst die Sofortwirkung von geeigneten Atemtechniken und lernst Selbstcoaching Methoden kennen. Denn Entspannung fängt im Kopf an... **...mehr Infos auf unserer Homepage.** Andrea Schymura ist ausgebildet in Kundalini Yoga, Tanztherapie und Life Coaching.

Termin: Freitag, 21.11.25, 18–21 Uhr

Ort: Seminarhaus „Ort der Begegnung“, Am Schlosskeller 1, Sandizell

Gebühr: 39,00 €

Anmeldung: Hier



Yogische Morgenroutine

G-167

Andrea Schymura

Für alle, die morgens statt Hektik mehr Ruhe und Fokus kreieren wollen, achtsamer und effizienter in ihren (Arbeits-) tag starten, ihren Yogaweg ganzheitlicher gehen und über die Asanas hinaus etwas für ihre emotionale und mentale Stärke tun möchten. In diesem Kurs erfährst Du, wie Du mit einfachen Methoden und etwas Disziplin nach und nach eine gesunde Morgenroutine in Deinem Leben etablieren kannst, um entspannter und fokussierter in den Tag zu gehen. **...mehr Infos auf unserer Homepage.** Die Kursgebühr beinhaltet ein mehrseitiges Handout, das als pdf nachgereicht wird.

Termin: Samstag, 10.01.26, 9–11 Uhr

Ort: Seminarhaus „Ort der Begegnung“, Am Schlosskeller 1, Sandizell

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier



YOGA NIDRA – Der Schlaf der Yogis – Präsenz & Online

G-211

Brigitte Drieling

Das Wort Nidra stammt aus dem Sanskrit und bedeutet „Schlaf“ oder „Schläfrigkeit“. Yoga Nidra ist eine Form der Tiefenentspannung, die auf körperlicher, geistiger und emotionaler Ebene zu Entspannung führt. Man kann es sich als eine geführte Meditation im Liegen vorstellen, nach der man ruhiger und klarer in den Alltag zurückkehren oder in den Nachtschlaf gleiten kann. Yoga Nidra eignet sich für jeden, der etwas mehr Entspannung brauchen kann oder seine Verbindung zu sich selbst stärken möchte. Regelmäßig ausgeführt, ist Yoga Nidra eine sinnvolle Methode, resilienter zu werden und auch in stressigen Situationen innerlich zu entspannen. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Donnerstag, 13.11.25 bis 11.12.25, 18–18.45 Uhr, 5 x

Ort: Maria-Ward-Realschule, Spitalgasse 2, Schrobhausen

Gebühr: 49,00 €

Anmeldung: Hier



➤ Weitere Termine:

Termin: Mittwoch, 14.01.26 bis 11.02.26, 18–18.45 Uhr, 5 x (G-212)

Anmeldung: Hier





Elektro-Fachkompetenz seit 1948

REICHEL

Elektroanlagen GmbH

Carl-Poellath-Str. 29

86529 Schrobhausen

- Photovoltaik
- Elektroinstallation
- Gebäudeautomation
- Blitzschutzanlagen
- Netzwerktechnik
- Baustromanlagen

Telefon: 08252 / 2053

info@reichel-elektro.de

www.reichel-elektro.de

E-CHECK

Fachbetrieb





YINYOGA – dehnen – entspannen – loslassen – Präsenz & Online G-213

Brigitte Drieling

Yin Yoga ist eine ruhige Yoga-Praxis, die ihren Ursprung im chinesischen Konzept von Yin und Yang hat. Im Gegensatz zu den dynamischen Yoga-Stilen, die auf Kraft und Aktivität setzen, liegt hier der Fokus auf Entspannung und Loslassen. Die Asanas werden ohne Muskelkraft, sanft und über längere Zeit gehalten. Dadurch erreichen wir tiefere Gewebeschichten wie Faszien, Sehnen und Bindegewebe, was u.a. zu mehr Flexibilität und einem verbesserten Energiefluss führt. **...mehr auf unserer Homepage.**

Termin: Donnerstag, 02.10.25 bis 30.10.25, 17.45–19 Uhr, 5 x

Anmeldung: Hier

Ort: Maria-Ward-Realschule, Spitalgasse 2, Schrobenehausen

Gebühr: 59,00 €



Sanftes Hatha-Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

G-260

Dagmar Fröhlich

Regelmäßige Yogaübungen stärken den Körper, klären den Geist und lassen uns unser Inneres tiefer erspüren. Wer Geduld hat, wird die Veränderungen merken. Die Übungen werden so angepasst, dass jeder mitmachen kann. Kein Kurs am 24.10.25.

Termin: Freitag, 26.09.25 bis 19.12.25, 17.30–19 Uhr, 10 x

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 90,00 €



Anmeldung: Hier



Mindfulness Yoga Class in English

Sumalee Udompong

Traditional Hatha Yoga to connect body, mind and soul. Peace and meditation, mindfulness and relaxation. Sumalee instruct Yoga more than 15 years

Termin: Mittwoch, 12.11.25 bis 17.12.25, 18.30–20 Uhr, 6 x

Ort: vhs-Haus, «Spiegelsaal» (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 54,00 €



Anmeldung: Hier

G-261A

➤ Weitere Termine:

Termin: Mittwoch, 07.01.26 bis 25.02.26, 18.30–20 Uhr, 7 x (G-261-B)

Gebühr: 63,00 €

Anmeldung: Hier



Flow Yoga – körperlich intensives Yoga

Dagmar Fröhlich

Ein dynamischer und zugleich meditativer Yoga-Stil: Beweglichkeit, Kondition, Kraft und Ausdauer werden in fließenden Formen trainiert. Atemübungen unterstützen das Bei-sich-bleiben. Der Kurs ist sowohl für Einsteiger, als auch für geübte Teilnehmende geeignet.

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 18.12.25, 19.15–20.45 Uhr, 12 x

Ort: Online – bei Ihnen zu Hause

Gebühr: 78,00 €

Anmeldung: Hier



Yoga für Männer – Kraft und Entspannung – Anfänger

G-280

Hardy Kleinschmidt

Yoga ist inzwischen auch vom männlichen Geschlecht entdeckt worden, denn es ist nichts Weibfremdes, sondern hilft unseren Körper und Geist zu stärken. Es baut Anspannungen ab und erhöht die Vitalität. Jeder holt sich das, was ihm wichtig ist: Ausgleich, Beweglichkeit, Stärkung oder Entspannung. Dieser Kurs soll es dem interessierten Mann erleichtern den Zugang zum Yoga zu finden. Er ist für absolute Neulinge gedacht. Egal welchen Alters und welcher Konstitution. Jede Übung wird entsprechend den eigenen Möglichkeiten ausgeführt.

Der Kurs ist von den Krankenkassen zertifiziert und wird mit ca. 80% bezuschusst. Die entsprechende Teilnahmebestätigung wird Ihnen vom Kursleiter ausgehändigt.

Termin: Dienstag, 23.09.25 bis 02.12.25, 20–21.30 Uhr, 10 x

Ort: Grünes Yogahaus, Am Figurberg 12, Edelshausen

Gebühr: 99,00 €

Anmeldung: Hier



Yoga für Männer – Kraft und Entspannung

Hardy Kleinschmidt

Männer profitieren genauso von den Vorzügen des Yoga, wie viele andere Begeisterte schon seit Jahren. Viele Beschwerden kommen heutzutage von einseitigen Arbeitsbedingungen und erhöhten Anforderungen im Beruf und im Alltag. Durch die Yogaübungen kann ein Teil dieser Anspannungen abgebaut und ausgeglichen werden. Yoga steigert die Vitalität und die Achtsamkeit für die eigenen Bedürfnisse. Dieser Kurs ist für den interessierten Mann jeden Alters und jeder Statur geeignet. Vorkenntnisse sind hilfreich, aber nicht zwingend notwendig. Weitere Infos unter www.gruenes-yogahaus.de. **Der Kurs ist von den Krankenkassen zertifiziert und wird mit ca. 80% bezuschusst.** Die entsprechende Teilnahmebestätigung wird Ihnen vom Kursleiter ausgehändigt.

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 04.12.25, 20–21.30 Uhr, 10 x

Ort: Grünes Yogahaus, Am Figurberg 12, Edelshausen

Gebühr: 99,00 €

Anmeldung: Hier



YinYoga – Entspannung und Regeneration für Körper und Geist G-240

Ramona Stiegler

YinYoga ist ein ruhiger, meditativer Yogastil, bei dem die Positionen überwiegend im Sitzen oder Liegen eingenommen und über mehrere Minuten gehalten werden. Dabei wird das tieferliegende Bindegewebe – Faszien, Bänder und Gelenke – sanft gedehnt und mobilisiert. YinYoga hilft, Verspannungen zu lösen, die Beweglichkeit zu fördern und innere Ruhe zu finden. Der Kurs ist für alle geeignet – unabhängig von Alter oder Vorkenntnissen – und bietet eine wohlthuende Auszeit vom hektischen Alltag.

Termin: Montag, 22.09.25 bis 27.10.25, 18–19 Uhr, 6 x

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 39,00 €

► Weitere Termine:

Termin: Montag, 10.11.25 bis 15.12.25, 18–19 Uhr, 6 x (G-240A)



NEU!

Anmeldung: Hier



Anmeldung: Hier

Happy Monday Flow

G-245

Emina Heinzlmeir

Beginne Deine Woche mit einer aktivierenden Yoga-Monday-Flow-Stunde und starte voller Gelassenheit und mit frischer Energie in die Woche. Löse Verspannungen, tanke Energie und komme in Deine Kraft und Flexibilität. Egal ob totaler Beginner oder Geübter, jeder ist willkommen. Ich freue mich auf Dich.

Termin: Montag, 22.09.25 bis 15.12.25, 18–19.30 Uhr, 12 x

Ort: vhs-Haus, «Spiegelsaal» (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 95,00 €

Anmeldung: Hier



Flow & Balance – Achtsames Yoga für Anfänger

G-246

Emina Heinzlmeir

In dieser 90-minütigen Stunde erwartet Dich eine achtsame Yoga-Praxis, die Dich Schritt für Schritt zu mehr Balance und innerer Ruhe führt. Wir beginnen mit einem entspannten Ankommen, um den Körper sanft auf die Praxis vorzubereiten. Anschließend wärmen wir uns behutsam auf, um Muskeln und Gelenke zu mobilisieren. Der Kern der Stunde umfasst fließende Bewegungen durch die Sonnengröße und Yoga-Flows, die Dir helfen, Kraft und Flexibilität aufzubauen. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Montag, 22.09.25 bis 15.12.25, 19.45–21.15 Uhr, 12 x

Ort: vhs-Haus, «Spiegelsaal» (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 95,00 €



Anmeldung: Hier



Meditation und Entspannung



Die Kraft des bewussten Atmens – Einführungskurs – Präsenz & Online

G-214

Brigitte Drieling

Unser Atem ist mehr als nur Sauerstoffaufnahme – er ist unser stärkster Anker und ein Schlüssel zur Entspannung, Klarheit und innerer Balance. In diesem Einführungskurs lernen Sie in einfachen Übungen, was bewusstes Atmen bedeutet und wie dies Körper und Geist positiv beeinflussen kann. Mit leicht erlernbaren Atemübungen für Alltag, Schlaf und Stressprävention/-bewältigung entwickeln Sie Ihre persönliche Atempraxis. Für Erwachsene ab 18 Jahren, auch ohne Vorkenntnisse, die eine alltagstaugliche Atempraxis erlernen und aufbauen möchten.

Termin: Donnerstag, 13.11.25 bis 18.12.25, 19–20 Uhr, 6 x

Ort: Maria-Ward-Realschule, Spitalgasse 2, Schrobhausen

Gebühr: 66,00 €



NEU!

Anmeldung: Hier



Die Kraft des bewussten Atmens – Vertiefung und Weiterführung – Präsenz & Online

G-215

Brigitte Drieling

Atem ist Leben – und unser stärkster innerer Anker, um im Moment zu sein. In diesem Aufbaukurs vertiefen wir bewährte Atemtechniken und verknüpfen sie mit Themen wie Emotionen, Klang, Energiezentren und innerer Stabilität. Entdecken Sie neue Wege, mit Ihrem Atem zur Ruhe zu finden, Gefühle bewusst zu begleiten und Ihre innere Balance zu stärken. Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus einem Atemkurs oder vergleichbaren Erfahrungen zur Vertiefung und/oder Auffrischung. Für alle, die mit der Kraft des bewussten Atmens Selbstfürsorge üben möchten.

Termin: Mittwoch, 07.01.26 bis 11.02.26, 19–20 Uhr, 6 x

Ort: Maria-Ward-Realschule, Spitalgasse 2, Schrobhausen

Gebühr: 66,00 €

Anmeldung: Hier



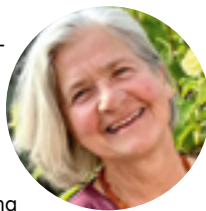


Atem & Energie: Eine Reise zu innerem Gleichgewicht

G-155

Gabriele Koller

In diesem Kurs „Verbundene Tiefenatmung“ werden Grundkenntnisse zur verbundenen Atmung erlernt, die dann eigenverantwortlich angewendet werden können. Wir können unsere Aufmerksamkeit auf den Atem lenken und ihn für eine bestimmte Zeit beeinflussen. Atempausen, Atemvolumen und Atemgeschwindigkeit werden bei dieser Atemmethode bewusst gelenkt. In diesen drei Einheiten atmen wir langsam und tief zu speziell ausgesuchter Musik. Diese langsame, tiefe Atmung ist äußerst hilfreich bei Bluthochdruck, Asthma und hilft seelische Anspannung abzubauen. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Samstag, 20.09.25, 15–18 Uhr**Ort:** Seminarhaus „Ort der Begegnung“, Am Schlosskeller 1, Sandizell**Gebühr:** 40,00 €**Anmeldung:** Hier**Anmeldung:** Hier

➤ Weitere Termine:

Termin: Montag, 10.11.25, 19–21 Uhr (G-157), Gebühr: 30,00 €

Atemmethode zu mehr Vitalität: Entdecke Deine innere Kraft!

G-156

Gabriele Koller

In diesem Kurs „Energieatmung“ werden Grundkenntnisse zur Aktivatmung erlernt, die dann eigenverantwortlich angewendet werden können. Wir atmen bewusst und aktiv zu speziell ausgesuchter Musik. Dabei lenken wir für eine bestimmte Zeit die Aufmerksamkeit auf unseren Atem. Atempausen, Atemvolumen und Atemgeschwindigkeit werden bei dieser Atemmethode bewusst beeinflusst. Ganz besonders bei niedrigem Blutdruck, Antriebsschwäche und Unterfunktion bestimmter Drüsen und depressiven Verstimmungen ist das aktive Atmen ein hervorragendes Werkzeug um uns selbst zu helfen. Durch die vermehrte Energieaufnahme wirkt die Energieatmung erfrischend und vitalisierend und hilft dem Geist klarer zu denken und zu erkennen. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Montag, 27.10.25, 19–21 Uhr**Ort:** Seminarhaus „Ort der Begegnung“, Am Schlosskeller 1, Sandizell**Gebühr:** 30,00 €**Anmeldung:** Hier

➤ Weitere Termine:

Termin: Samstag, 13.12.25, 15–18 Uhr (G-158), Gebühr: 40,00 €**Termin:** Montag, 19.01.26, 19–21 Uhr (G-159), Gebühr: 30,00 €**Anmeldung:** Hier**Anmeldung:** Hier

MAP Training – Entspannung in Balance – Präsenz & Online

G-216

Brigitte Drieling

MAP Training kombiniert und lehrt drei bewährte Methoden für die körperliche und geistige Entspannung aus dem Mentaltraining, dem Autogenen Training n. Schultz und der Progressiven Muskelentspannung n. Jacobson. Im Kurs lernen Sie, mit inneren Bildern Kraftquellen zu aktivieren, durch Autosuggestion Geist und Nerven zu beruhigen und mit bewusster Entspannung den Körper besser wahrzunehmen. Ziele und Wirkung: Stärkung der mentalen Widerstandskraft, Förderung von Konzentration, geistige Gelassenheit. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 30.10.25, 19.30–20.30 Uhr, 6 x**Ort:** Maria-Ward-Realschule, Spitalgasse 2, Schrobenehausen**Gebühr:** 66,00 €**Anmeldung:** Hier

Tiefe Entspannung mit „Meerwert“ – Progressive Muskelentspannung in der Salzoase

G-193

Heike Schmucker

Schrittweise lernen wir, die gesamte Muskulatur des Körpers bewusst anzuspannen und zu lockern. Auf Anspannung folgen spürbare Entspannung und ein Gefühl von Wärme. Die Muskulatur wird besser durchblutet, der Geist wird ruhig und Verkrampfungen verschwinden. Wir lernen körperliche Verspannungen bewusster wahrzunehmen und sich gezielt davon zu befreien. Durch den Aufenthalt in der besonderen Umgebung der Salzoase wird die gezielte Entspannung noch deutlich unterstützt. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Donnerstag, 30.10.25 bis 04.12.25, 19–20 Uhr, 6 x**Ort:** Salzoase, In der Birks 12, 86529 Schrobenehausen**Gebühr:** 99,00 €**Anmeldung:** Hier

Klangschalenmeditation

G-220

Isolde Sigl

Lassen Sie sich verzaubern von den Tönen der verschiedenen Klangschalen, Gong, Sansula, Kalimba und Shoshi-Klangspiel. Emotionale Ausgeglichenheit, Ruhe, Tiefenentspannung und behagliches Wohlbefinden stellt sich ein. Die harmonisierenden Schwingungen der Klangschalen übertragen sich auf Körper, Geist und Seele. Jede Zelle wird berührt, es können sich Verspannungen und Blockaden in Muskeln und Gelenken lösen. Kreativität und Schaffenskraft erhalten neue Impulse und Sie schöpfen neue Kraft und Energie für den Alltag.

Termin: Montag, 6.10., 20.10., 27.10.25 sowie 12.01., 19.1. und 26.01.26, jeweils 19 bis 20 Uhr**Ort:** Maria-Ward-Realschule, Spitalgasse 2, Schrobenehausen**Gebühr:** 69,00 €**Anmeldung:** Hier

NEU!

NEU!

Bewegte Klangzeit – Klangzeit ist Seelenzeit

G-223

Sandra Kimmel, Nicole Schreiner

Komm zu uns und entdecke, wie Bewegung und Klang zusammenpassen. Wir machen einfache Körperübungen und Klangreisen, bei denen Du Dich entspannen kannst. In einer tollen Atmosphäre kannst Du den harmonischen Schwingungen der Klangschalen lauschen und spüren, was sie in Deinem Körper bewirken können. Es ist eine tolle Möglichkeit, Deinen Körper besser kennenzulernen und Dich zu entspannen. Probier's aus und genieße die Erfahrung!

Termin: Donnerstag, 22.01.26 bis 12.02.26, 18.30–20 Uhr, 4 x

Ort: Maria-Ward-Realschule, Spitalgasse 2, Schrobhausen

Gebühr: 50,00 €



Anmeldung: Hier



Meditative Tänze und Co. – Mit Leichtigkeit in Bewegung

G-224

Sandra Kimmel

Lust auf etwas Neues für Körper und Seele? Meditative Tänze bringen dich in Schwung und zur Ruhe zugleich – ganz ohne Vorkenntnisse. Einfach kommen, mitmachen und wohlfühlen!

Termin: Donnerstag, 22.01., 29.01., 12.02.26, 19.45–21 Uhr

Ort: Maria-Ward-Realschule, Spitalgasse 2, Schrobhausen

Gebühr: 40,00 €

Anmeldung: Hier



Monochord-Entspannung

G-225

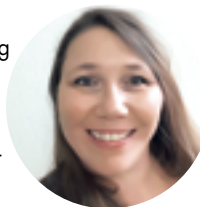
Marion Burkert

Eine Stunde Auszeit mit dem herrlichen Klang des Monochords. Unter Anleitung zur Ruhe kommen und anschließend mit Hilfe des umfassenden Klangspektrums des Monochords den Alltag loslassen und aufladen. Das Monochord zeichnet sich durch seinen wundervollen Klang aus, der zwar intensiv ist, dennoch, oder gerade deswegen für eine rasche Entspannung sorgt. Die Monochord-Entspannungskurse von Marion Burkert finden in loser Folge statt.

Termin: Dienstag, 18.11.25, 10–11 Uhr

Ort: „Leuchtturm“ Kinderhort, (Eingang bei Garage) DG, Bgm.-Stocker-Ring 38, 86529 SOB

Gebühr: 11,00 €



Anmeldung: Hier



➤ Weitere Termine:

Termin: Dienstag, 20.01.26, 10–11 Uhr (G-225A)

Anmeldung: Hier



DR. JAKOB UND KOLLEGEN
GESUND IM MUND EIN LEBEN LANG



WER SCHÖNE ZÄHNE ZEIGEN KANN HAT „BISS FÜRS LEBEN“!

Wir sorgen uns um den Schutz und den Erhalt Ihrer eigenen Zähne. Hierfür bieten wir Ihnen individuelle Prophylaxekonzepte ebenso wie ausführliche Beratungen rund um Vorsorge und geeignete Ernährung. Aber auch bei Zahnverlust können wir selbstverständlich schnell und sicher helfen. Gemeinsam stimmen wir optimale Therapien mit Ihnen ab und finden eine dauerhafte Lösung.

Sie haben Fragen? Rufen Sie uns an. Wir freuen uns auf Sie!

Dr. Jakob und Kollegen · Lenbachstraße 27 · 86529 Schrobhausen
Tel 08252 89297 · www.dr-jakob-zahnaerzte.de



Aikido und Schwertkunst

Aikido – eine japanische Kampfkunst

G-815

Ina Pinck

Aikido, von Morihei Ueshiba (1883 – 1969) entwickelt, ist eine moderne Erscheinungsform der traditionellen japanischen Kampfkünste. Es ist eine sehr dynamische Kampfkunst, welche sich unter anderem durch kreis- oder spiralförmige Bewegungen auszeichnet, die in einem Wurf oder Hebel enden. „Kraft erzeugt Gegenkraft / Gewalt erzeugt Gegengewalt“. Im Aikido wird bewusst darauf verzichtet einen Gegner zu zerstören. Sondern seine Angriffsenergie wird ins „Leere“ geleitet, um ihm so die Fortführung seines Angriffs unmöglich zu machen. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 20.11.25, 18–19 Uhr, 8 x

Ort: Aiki-Dojo, Bahnhofstr. 22, Rückgebäude des Vereins für Budo- u. Zenküst e.V.

Gebühr: 50,00 €



Anmeldung: Hier



Kenjutsu – eine japanische Schwertkunst

G-820

Ina Pinck

Kenjutsu ist die klassische japanische Schwertkunst, wie Sie im Film „The last Samurai“ gezeigt wurde. Es ist die Kunst des Umgangs mit dem Schwert, wenn es bereits aus der Scheide gezogen ist. Streng genommen ist das die japanische Kunst des Schwertkampfes. Diese Praxis galt als die wichtigste, und die Bushi konzentrierten ihre ganze Aufmerksamkeit und Mühe darauf. In ihr lebt der Geist der Samurai, die sieben Tugenden der Samurai: Höflichkeit, Menschlichkeit, Loyalität, Aufrichtigkeit, Gerechtigkeit, Ehre und Mut. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 20.11.25, 19–20 Uhr, 8 x

Ort: Aiki-Dojo, Bahnhofstr. 22, Rückgebäude des Vereins für Budo- u. Zenküst e.V.

Gebühr: 50,00 €

Anmeldung: Hier



Tai-Chi und Qi Gong mit Marion Wohlfeil

Die Stunden finden alle im vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock statt. Bitte bringen Sie lockere Kleidung, dicke Socken oder leichte Stoffschuhe mit dünnen Sohlen mit.

Tai Chi – Qi Gong:

Die acht Brokate (Acht Alltagsübungen)

G-440

Qi Gong dient in erster Linie der Gesunderhaltung, es beugt Krankheiten vor und stärkt unser Immunsystem und die Selbstheilungskräfte des Körpers. Die Übungen, die in der traditionellen chinesischen Medizin wurzeln, helfen durch ihre langsamen fließenden Bewegungen, die Lebensenergie (Qi) im Körper zu erfahren. In diesem Kurs werden die acht Brokate erlernt, welche eine harmonische Verbindung von Aufmerksamkeit, Atmung und Bewegung bilden. Dieser Kurs ist auch für Anfänger geeignet.

Termin: Dienstag, 07.10.25 bis 16.12.25, 18.30–19.45 Uhr, 10 x

Gebühr: 70,00 €



Anmeldung: Hier



Tai Chi – Qi Gong: Einführung in die 18 Figuren – Koordinationsübungen zur inneren Balance

G-441

Es gibt zwei Formen des Qi Gong: Das „innere“ (z. B. nach Meister Zhi-Chang Li), auch stilles Qi Gong genannt, und das „äußere“ oder „bewegte“ (z. B. nach Lena Du Hong). Das Erlernen des bewegten Qi Gong mit 18 Figuren steht im Mittelpunkt dieses Kurses mit Marion Wohlfeil. Die sanften und elastischen Bewegungen sind verhältnismäßig einfach und relativ leicht zu erlernen. Die Wirkung auf das innere Wohlbefinden wird deutlich im sinnlichen Erfahren der Lebensenergie, des Qi. Dieser Kurs ist auch für Anfänger geeignet.

Termin: Montag, 06.10.25 bis 15.12.25, 9–10.15 Uhr, 10 x

Gebühr: 70,00 €

Anmeldung: Hier



Tai Chi Chuan –

Kurzform Yang-Stil nach Cheng Man Ching: Teil 1

G-442

Tai Chi Chuan ist ein altes chinesisch-daoistisches Übungssystem mit langsam fließenden Bewegungen. Es besteht aus gesundheitlichen, meditativen und kampftechnischen Aspekten. Das regelmäßige Üben erhöht die äußere Fitness, mobilisiert die innere Energie und stärkt so den Körper in seiner Ganzheit.

Dieser Kurs ist auch für Anfänger geeignet

Termin: Montag, 06.10.25 bis 15.12.25, 10.20–11.35 Uhr, 10 x

Gebühr: 70,00 €

Anmeldung: Hier



Jung trainiert, Alt profitiert – Ihr smarter Einstieg in Chen-Stil Tai Chi (Taijiquan)

G-450

NEU!

Omkara R. Große-Brauckmann

Sie möchten Körper und Geist in Einklang bringen und Lebendigkeit und Energie spüren? Die Taijiquan 5er-Form (auch bekannt als "Tai Chi") bietet Ihnen einen idealen Einstieg in die Welt des traditionellen Chen-Stils. Dieser Kurs ist perfekt für Anfänger, leicht Fortgeschrittene geeignet und vermittelt Ihnen grundlegende Bewegungen und Prinzipien, die ihr Wohlbefinden nachhaltig fördern. **...mehr Infos auf unserer Homepage. Dieser Kurs ist Erstattungsfähig und kann bis zu 90 % bezuschusst werden.**

Termin: Samstag, 31.01.26 bis 01.02.26, 9–16 Uhr, 2 x

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 160,00 €

Anmeldung: Hier


Helix Taiji Körperreise – Präventionskurs – Sanfte Bewegung für mehr Wohlbefinden

G-451

NEU!

Armin Beil

Die Helix Taiji Körperreise bietet Ihnen einen besonders zugänglichen Einstieg in die Welt des Taiji (Tai Chi). Dieser 10-wöchige Live-Online-Kurs wurde speziell für Menschen entwickelt, die einfache, aber effektive Bewegungsformen als Grundlage für weiterführende Formenabläufe suchen. Er ist ideal für Anfänger sowie Personen mit eingeschränkter Beweglichkeit geeignet. **...mehr Infos auf unserer Homepage. Dieser Kurs ist Erstattungsfähig und kann bis zu 90 % bezuschusst werden.**

Termin: Montag, 06.10.25 bis 15.12.25, 20–21 Uhr, 10 x

Ort: Online – bei Ihnen zu Hause

Gebühr: 120,00 €

Anmeldung: Hier


Tanz

Lifedancing mit Anke Nitsche

Die Kurse finden im wunderbaren Seminarhaus „Ort der Begegnung“, Am Schlosskeller 1 in Sandzell statt.

Lifedancing – Tanzen im Rhythmus des Lebens

G-160

Lifedancing ist freier Tanz, der uns unterstützt, uns im Körper bewusst wahrzunehmen. Wir lassen uns von den Impulsen unseres Körpers leiten und bringen Freude, Kreativität und Bewegung in stagnierende Bereiche in uns. Darüber hinaus kann es uns helfen, uns selbst so anzunehmen wie wir sind und eine wachere Selbstwahrnehmung zu entwickeln. Es kann uns helfen mit Emotionen wie Angst, Wut, Freude und Stress umzugehen. Außerdem ermutigt es uns, dem eigenen Körper zu vertrauen und uns darin sicher und zuhause zu fühlen. Dafür nutzen wir einen Zyklus der Bewegung durch die Elemente Erde, Feuer, Wasser und Luft. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Termin: Freitag, 19.09.25, 19–21.30 Uhr

Gebühr: 25,00 €

Anmeldung: Hier


➤ Weitere Termine:

Termin: Montag, 13.10.25, 19–21.30 Uhr (G-161)

Termin: Freitag, 14.11.25, 19–21.30 Uhr (G-162)

Termin: Freitag, 05.12.25, 19–21.30 Uhr (G-163)

Termin: Freitag, 16.01.26, 19–21.30 Uhr (G-164)

Termin: Montag, 09.02.26, 19–21.30 Uhr (G-165)

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Anmeldung: Hier

Kfz-Angermeier

GmbH & Co. KG
Karosserie- und Kfz-
Meisterbetrieb





auto
reparatur

86561 Aresing-Autenzell • St.-Mauritius-Str. 3
Telefon (0 82 52) 12 06 • Fax (0 82 52) 35 10

www.kfz-angermeier.de



Bewegung & Ausdruck – Yoga trifft Tanz – Workshop

G-500

NEU!

Centa Lotterschmid, Dagmar Fröhlich

In diesem Workshop verbinden wir fließende Yoga-Übungen mit sinnlichen Elementen des Orientalischen Tanzes. Die Kombination fördert Körperwahrnehmung, Beweglichkeit und innere Balance. Nach einer achtsamen Yoga-Einheit erlernen wir Grundbewegungen des Tanzes – weich, kraftvoll und ausdrucksstark.

Für alle geeignet, die sich gerne bewegen – ganz ohne Vorkenntnisse.

Termin: Sonntag, 21.09.25, 14.30–16.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 19,00 €

Anmeldung: Hier



Anmeldung: Hier

➤ Weitere Termine:

Termin: Samstag, 31.01.26, 14.30–16.30 Uhr (G-505)

Orientalischer Tanz – Grundkurs

G-600

Centa Lotterschmid

Lassen Sie sich von den verschiedenen Grundschritten und den rhythmischen Tanztechniken mitreißen: Die perfekte Verbindung von Spaß am Tanzen und Erkunden, Erfahren und Erlernen der orientalischen Tanzkunst! Regelmäßiges Training bewirkt eine bessere Körperhaltung und mehr Beweglichkeit. Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmende mit geringer Erfahrung im Bauchtanz. Kein Kurs am 24.10.25!

Termin: Freitag, 26.09.25 bis 05.12.25, 19.15–20.30 Uhr, 8 x

Ort: vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 64,00 €

Anmeldung: Hier



Orientalischer Tanz für Fortgeschrittene

G-606

Evelyn Papperitz

Der Orientalische Tanz ist ein sinnlicher und vielseitiger Tanz. Allein oder in der Gruppe, mit oder ohne Bauch, egal welchen Alters bietet er durch seine zahlreichen Facetten sehr viel Raum für tänzerische Entfaltung. Tanzen spricht Körper, Geist und Seele an.

Neue Erfahrungen schulen unsere Körperwahrnehmung und dies bei viel Spaß und netten Begegnungen. Die Neurowissenschaft sagt: „Bewegung ist Nahrung fürs Gehirn“. Tanzen vereint Bewegung, Rhythmus und Musik. Wir lernen neue Schrittfolgen und Drehungen und fördern dabei unsere Konzentration und Koordination. **...mehr Infos auf unserer Homepage.**

Auf Wunsch bietet die Kursleiterin den Kurs hybrid an, sodass Teilnehmende auch von zu Hause dabei sein können.

Termin: Dienstag, 23.09.25 bis 02.12.25, 19.45–21.15 Uhr, 10 x

Ort: vhs-Haus, „Spiegelsaal“ (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 85,00 €

Anmeldung: Hier



Tango Argentino – Schnupperkurs für Einsteiger

G-700

Rolf Roessig

Für Anfänger – ohne Grundkenntnisse

Im Tango Argentino wird die Musik ohne vorgegebene Schrittfolgen in einen Tanz umgesetzt, der zu dem Lied das man hört und zu der Stimmung in der man sich als Tanzpaar befindet – passt. Tango Argentino ist nicht nur schön anzusehen, er schenkt denen die ihn tanzen auch ein unglaubliches Gefühl.

Durch eine bestimmte Verteilung der Aufgaben im tanzenden Paar und die besondere Bewegungstechnik im Tango Argentino wird es möglich, Tango Argentino mit jemandem schon beim ersten Zusammentreffen spielerisch offen oder auch in ausgeprägter Nähe schön zu tanzen. **...mehr Infos auf unserer Homepage.** Anmeldung als Paar.

Termin: Dienstag, 16.09.25 bis 30.09.25, 19–20.30 Uhr, 3 x

Ort: «Musikzimmer» Kühbach/Haslangkreit

Gebühr: 30,00 € / pro Person

Anmeldung: Hier



Tango Argentino – Anschlusskurs an den Schnupperkurs

G-701

Rolf Roessig

Dieser Kurs baut auf den Schnupperkurs auf. Wem der Tango Argentino nicht ganz unbekannt ist, der kann auch jetzt noch einfach mitmachen. Alles was dazu kommt wird von Grund auf erklärt und der Inhalt des Schnupperkurses wird in Übungen eingebunden durch welche auch dieser Inhalt ohne Vorkenntnisse erlernt werden kann.

Termin: Dienstag, 07.10.25 bis 04.11.25, 19–20.30 Uhr, 5 x

Ort: „Musikzimmer“ Kühbach/Haslangkreit

Gebühr: 50,00 € / pro Person

Anmeldung: Hier



Line Dance mit Petra und Fritz Vachal

Spaß am Tanzen? Aber keinen Tanzpartner zur Hand? Dann ist Line Dance genau das Richtige. Man tanzt solo, aber gleichzeitig und synchron mit anderen neben- und hintereinander in vorgegebenen Choreografien zu den unterschiedlichsten Rhythmen. Wir tanzen vorwiegend zu Country- und Westernmusik, aber auch zu Rock'n'Roll und Popmusik. Dabei werden nicht nur der Kreislauf, der Stoffwechsel und die Kondition angekurbelt, auch das Gedächtnis und die Koordinationsfähigkeit werden trainiert. Line Dance macht Spaß in der Gruppe, reißen Sie sich ein! Unter www.linedance-vachal.de können Sie sich einen Überblick über unsere Tänze verschaffen. **Bitte zu den Kursen ein Getränk und wenn möglich Tanz- oder Gymnastikschuhe mitbringen.**



Line Dance am Montag – Fortgeschrittene

G-645

Wer etwas anspruchsvollere Choreographien lernen möchte, ist in diesem Kurs richtig. Die meisten Schritte und Bezeichnungen der Schrittkombinationen sollten bekannt sein. Neueinsteiger mit guten Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

Termin: Montag, 22.09.25 bis 17.11.25, 19.15–20 Uhr, 8 x

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 40,00 €

Anmeldung: Hier



Line Dance am Montag

G-647

Es werden die aus den letzten Semestern bekannten Tänze wiederholt und neue einstudiert. Neueinsteigern sollten die meisten Schritte und Bezeichnungen der Schrittkombinationen bekannt sein.

Termin: Montag, 22.09.25 bis 17.11.25, 20.15–21.45 Uhr, 8 x

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 80,00 €

Anmeldung: Hier



Line Dance am Donnerstag

G-649

Es werden Tänze aus den letzten Semestern wiederholt und neue einstudiert. Neueinsteiger mit Vorkenntnissen, auch aus anderen Tanzarten oder Step-Aerobic, sind willkommen!

Termin: Donnerstag, 25.09.25 bis 20.11.25, 19.15–20.45 Uhr, 8 x

Ort: vhs-Haus, «Spiegelsaal» (Zimmer 203), 2. Stock

Gebühr: 80,00 €

Anmeldung: Hier



Line Dance am Vormittag

G-651

Es werden Tänze aus den letzten Semestern wiederholt und neue einstudiert. Neueinsteiger mit Vorkenntnissen, auch aus anderen Tanzarten oder Step-Aerobic, sind willkommen!

Termin: Freitag, 26.09.25 bis 28.11.25, 10–11.30 Uhr, 8 x

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 80,00 €

Anmeldung: Hier



REUBEL
ZAHNMEDIZIN & KOLLEGEN
Schrobhausen

DR. SABINE STICH
ANGESTELLTE ZAHNÄRZTIN

ANDREAS REUBEL
ZAHNARZT

DR. SABINE HEINRICHS
ANGESTELLTE ZAHNÄRZTIN

SPRECHZEITEN

Mo-Fr 7:45 - 12:30 Uhr
13:45 - 18:30 Uhr
(Dienstags bis 19:00 Uhr)

Telefon 08252 / 47 46
Fax 08252 / 82 60 6

info@zahnarzt-reubel.de
www.zahnarzt-reubel.de



Tanzen mit Stephan Pokorny

Alle Tanzkurse sind für alle Altersstufen offen, das Mindestalter beträgt 14 Jahre.

Das TANZEN A LA CARTE hilft Ihnen, wenn Sie einen Kurstermin versäumen, krank oder im Schichtdienst tätig sind. In Zusammenarbeit mit diversen Volkshochschulen können Sie bei allen Paartanzkursen die Paralleltermine (Standard- und Sonderkurse) kostenlos vor- bzw. nachholen oder bei Bedarf auch wiederholen. Die Gebühren und Kurslaufzeiten sind überall gleich. Im Kurs erhalten Sie den Hinweis auf die VHS- Tanzbrochure (www.vhs-tanzkurse.de/kursprogramm.html) mit allen Terminen. Beim Quereinstieg in höhere Kurse von früheren Semestern oder von außerhalb können Sie die letzten ein bis zwei Kursabende des jeweiligen Vorkurses (nach vorheriger Absprache, mindestens zwei Tage vorher) kostenlos mitmachen. Der Tanzlehrer berät Sie gerne persönlich. Prüfungen werden nicht abgelegt. **Bitte mitbringen:** Getränk, saubere Schuhe mit nicht abfärbenden Sohlen (helle Hallenschuhe, Tanzschuhe)



Bis auf den Tanztee finden alle Kurse in der Aula der der Franziska-Umfahrer-Grundschule, Schrobenehausen, Georg-Leinfelder-Str. 17, Zugang beim Lehrerparkplatz (Stichstraße) statt.

Standard- und Lateinamerikanische Tänze I: Anfängerinnen und Anfänger

G-740

Sie lernen die Grundsätze der Standardtänze Langsamer und Wiener Walzer (Hochzeitswalzer), Tango (frz.), Fox-Trott mit Quick-Step und die Grundsätze der lateinamerikanischen Tänze Rumba, Cha-Cha, Samba und Jive. Sie tanzen zusätzlich die Rechtsdrehung im Langsamen Walzer und Wiener Walzer. Sie analysieren Grundlagen, Theorie, Geschichte und Rhythmen einzelner Tänze mit dem Crashkurs Grundsatz Disco-Fox.

Termin: Mittwoch, 12.11.25 bis 10.12.25, 18.15–19.45 Uhr, 5 x

Gebühr: 69,00 €

Anmeldung: Hier



Standard- und Lateinamerikanische Tänze II: Fortgeschrittene

G-741

Sie verbinden die Grundsätze erst mit der halben und dann mit der ganzen Rechtsdrehung im Fox-Trott, im Langsamen und Wiener Walzer werden die Drehungen verbunden und erweitert, im Tango (frz.) kombinieren Sie mit der Seitpromenade. Die Grundsätze der lateinamerikanischen Tänze Rumba, Cha-Cha und Samba verbinden Sie mit der Auswärtspromenade und im Jive tanzen Sie das Lady-in-Lady-out (offen). Sie analysieren die Taktverfahren und die Geschwindigkeiten der Takteinheiten pro Minute.

Termin: Mittwoch, 17.12.25 bis 04.02.26, 18.15–19.45 Uhr, 5 x

Gebühr: 69,00 €

Anmeldung: Hier



Standard- und Lateinamerikanische Tänze VI Silber (2. Teil)

G-742

Rumba: Fächer (Fan), Solorechtsfinish Dame; Jive: 3. Platzwechsel; Tango: Linksdrehung; langsamer Walzer: Chassisdrehung, Rechtskreisel, Finish mit Linkseffekt; Samba: Kick

Termin: Mittwoch, 12.11.25 bis 10.12.25, 19.45–21 Uhr, 5 x

Gebühr: 62,00 €

Anmeldung: Hier



Standard- und Lateinamerikanische Tänze VII Gold (1. Teil)

G-743

Cha-Cha: Fächer (Fan) mit Solorechtsfinish Dame; Jive: 4. Platzwechsel; Samba: Wechselfromenade (Bota Fogo, 1. Teil); Wiener Walzer: Rechts – Links-Kombinationen

Termin: Mittwoch, 17.12.25 bis 04.02.26, 19.45–21 Uhr, 5 x

Gebühr: 65,00 €

Anmeldung: Hier



Hochzeitswalzer I: Anfängerinnen und Anfänger – Crashkurs

G-772

Dieser Tanzkurs wendet sich speziell an Brautpaare, Trauzeugen, Hochzeitsgäste und Ballbesucher. Nach der Einführung mit dem Langsamen Walzer (Grundsatz und Rechtsdrehung), tanzt die Gruppe den Wiener Walzer (= Brautwalzer, Hochzeitswalzer). Zusätzlich werden die Pendelschritte eingeübt, die ein längeres Walzertanzen, wie bei Bällen und Hochzeiten üblich, ermöglichen. Außerdem werden im Fox-Trott und Disco-Fox sowie Rumba der Grundsatz gelernt. Mit diesem «Notprogramm» wird jede Hochzeit ein Vergnügen!

Termin: Mittwoch, 12.11.25 bis 26.11.25, 18.15–19.45 Uhr, 3 x

Gebühr: 42,00 €

Anmeldung: Hier



Disco-Fox I: Anfängerinnen und Anfänger

G-780

Beliebt bei Partys, Bällen und Hochzeiten: der schnelle Disco-Fox (Beat-Fox). Sie definieren die Ableitung des Disco-Fox aus dem Fox-Trott, die Geschwindigkeit und den Rhythmus. Sie lernen beide Grundsatzvarianten, wahlweise klassisch oder modern. Sie verbinden die Rechtsdrehung, die Windmühle (rechts), das Körbchen und die Brezel (Lady-in-Lady-out geschlossen und offen) sowie den Rechtskreisel und das Auswickeln zu einer kleinen Folge.

Termin: Mittwoch, 12.11.25 bis 10.12.25, 21–22 Uhr, 5 x

Gebühr: 50,00 €

Anmeldung: Hier



Disco-Fox II: Fortgeschrittene

G-781

Die Inhalte des ersten Kurses sind Voraussetzung, um das Solorechtsfinish des Auswickelns mit weiteren Figuren zu verbinden: die Linksdrehung, die Windmühle (links), das Einkreiseln, das Körbchenjojo und Brezeljojo (Vorschau) dienen zur Kombination einer großen Folge.

Bei Bedarf wird Disco-Fox III angeboten.

Termin: Mittwoch, 17.12.25 bis 04.02.26, 21–22 Uhr, 5 x

Gebühr: 55,00 €

Anmeldung: Hier



Outfit, Haare und Kosmetik

Natürlich schön: Make-up für jeden Tag!

G-130

NEU!

Sylvia Letzgas

Weniger ist oft mehr – besonders beim Alltags-Make-up. In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie mit wenigen, gut gewählten Produkten und einfachen Techniken ein frisches, natürliches Aussehen zaubern, das Ihre Vorzüge unterstreicht und authentisch wirkt. Sie erfahren, wie Sie mit fünf Basic-Schritten ein dezentes Make-up umsetzen, das zu jedem Anlass passt und morgens schnell gelingt – ganz ohne Schminkstress. Dabei geht es um typgerechte Farben, leichte Texturen und einfache Handgriffe, die sich direkt im Kurs praktisch ausprobieren lassen. Ideal für alle, die ihre natürliche Ausstrahlung betonen möchten! Die Materialkosten werden im Kurs abgerechnet.

Termin: Donnerstag, 23.10.25, 18–20 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 19,00 €

Anmeldung: Hier



Anmeldung: Hier

➤ Weitere Termine:

Termin: Donnerstag, 12.02.26, 18–20 Uhr (G-131)



Individuelle typgerechte Schminkberatung

G-136

Pamela Kramlich

Bei diesem Kurs geht es um die persönliche individuelle Schmink-Beratung! Kleine Typ-Farb-Beratung, Tipps und Tricks für das schnelle typgerecht perfekte Make up! Die Materialkosten und Kopien in Höhe von 14 € sind in der Kursgebühr bereits enthalten.

Termin: Dienstag, 21.10.25, 18–21.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, Zimmer 104, 1. Stock

Gebühr: 44,00 €

Anmeldung: Hier



Klassische Farbtypberatung nach 13 Farbtypen für Sie und Ihn

G-146

Stephie Anna Hölzel

Erleben Sie die Farbtypberatung, differenziert nach 13 Farbtypen, in einem neuen und frischen Look! In meiner Farbberatung erlangen Sie das Wissen über die Farben, die Sie Ihre persönliche Schönheit (wieder) bewusster erleben lassen und neu unterstreichen. Dadurch kann auch mehr Leichtigkeit, Lebendigkeit und Freude in Ihr Leben ziehen. Sie spendet Ihnen, nicht nur ein natürliches „Lifting“, sondern führt Sie auch zu einem positiven Körpergefühl, gesund gesteigerter Selbstsicherheit, unaufdringlich strahlender Eleganz und Authentizität. Unklarheiten über unnötig gewordene Farbexperimente, bezüglich Haarfarbe, Kleidung und Brillenwahl, werden getrost zur Seite geschoben und auf das Wesentliche reduziert. ...mehr Infos auf unserer Homepage.

Termin: Sonntag, 23.11.25, 11–15.30 Uhr

Ort: vhs-Haus, „Blauer Saal“ (Zimmer 301), 3. Stock

Gebühr: 187,00 €

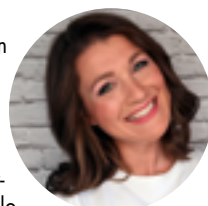
Anmeldung: Hier



Anmeldung: Hier

➤ Weitere Termine:

Termin: Sonntag, 08.03.26, 11–15.30 Uhr (G-148)



Lange Haare – unendliche Möglichkeiten!

G-149

Tülin Satilmis

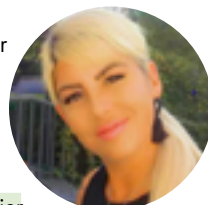
Kennen Sie das? Sie haben lange Haare (ab Boblänge), wissen aber außer Offenem tragen oder einer Hochsteckfrisur nichts damit anzufangen? Dann sind Sie in diesem Workshop genau richtig: Friseurmeisterin Tülin zeigt einfache und doch kreative Frisuren, die Ihnen im Handumdrehen gelingen. Dabei wird auf jede Teilnehmerin individuell eingegangen und jede darf selbst ausprobieren!

Termin: Montag, 26.01.26, 17.30–19 Uhr

Ort: HairLounge Tülin, Kreuzstr. 10, SOB Mühlried

Gebühr: 19,00 €

Anmeldung: Hier





Unser Studium Generale Online-Seminare, Livestreams und vhs.wissen live!

Hier die kostenlosen Online-Vorträge von vhs.wissen live. Die Kurse werden über ZOOM übertragen. Die genaue Beschreibung der Inhalte finden Sie auf unserer Homepage.



Alle anderen Online-Kurse finden Sie ebenfalls auf unserer Homepage www.vhs-sob.de unter der Rubrik „Online Kurse“.

Ökonomie für eine gerechte Gesellschaft.

Gespräch zwischen Joseph Stiglitz (Nobelpreisträger) und Simon Strauss (FAZ)

Termin: Montag, 15.09.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09010



Foto: ©DanDiech



Foto: ©privat

Ordnung – und was wir von ihr zu halten haben

Prof. Dr. Kurt Bayertz

Termin: Dienstag, 30.09.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09015



Foto: ©RenoldSchmuckert

Gefährliche Rivalitäten: Wirtschaftskriege – von den Anfängen bis zu Trumps Deal-Politik

Prof. Dr. Werner Plumpe

Termin: Mittwoch, 08.10.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09020



Foto: ©privat

Der Sternenhimmel und die Schöpfungsmythen der Menschheit

Raoul Schrott

Termin: Donnerstag, 16.10.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09025



Foto: ©privat

Hoffnung: Eine Geschichte der Zuversicht von Homer bis zum Klimawandel

Prof. Dr. Jonas Grethlein

Termin: Mittwoch, 22.10.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09030



Foto: ©SabineHug





Wann ist ein KI-System vertrauenswürdig?

Prof. Dr. Ute Schmid

Termin: Mittwoch, 29.10.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09040



Foto: © Saskia Blees

Schönheit der Astronomie II

Dr. Andreas Müller

Termin: Montag, 03.11.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09045



Foto: © Mike Zeitz

Für die Freiheit: Der Bauernkrieg 1525

Lyndal Roper

Termin: Mittwoch, 05.11.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09050



Foto: © 2023 hofPhotoblog

Die Frage von Krieg und Frieden im Völkerrecht

Prof. Dr. Dr. Claus Kieß

Termin: Donnerstag, 06.11.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09055



Foto: © 2023 hofPhotoblog

Quantencomputer – wie Quantenmechanik unsere gesellschaftliche Zukunft beeinflusst

Dr. rer. nat. Dr. h. c. Heike Riel

Termin: Dienstag, 11.11.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09060



Foto: © privat

Neue Technologien und Strafrecht – Wie können Juristen unerwünschte Nebenfolgen einhegen?

Prof. Dr. Susanne Beck

Termin: Dienstag, 18.11.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09065



Foto: © Univ. Hannover

Spinnen und Menschen: Eine verwobene Beziehung

Jan Monhaupt

Termin: Montag, 24.11.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09070



Foto: © Mario Büßmann





Innovationen für die Verteidigung

Prof. Dr. Dr. Michael Lauster

Termin: Dienstag, 25.11.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09075



Foto: ©TfG

Bullshit, Fake News und Manipulation – Wie antike Rhetorik und Philosophie helfen können

Prof. Dr. Gyburg Uhlmann

Termin: Mittwoch, 03.12.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09080



Foto: ©privat

Die Zitrusfrüchte Italiens

Dr. Peter Peter

Termin: Mittwoch, 10.12.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09085



Foto: ©privat

Wie Bilder erzählen: Storytelling von Albrecht Aldorfer bis Peter Paul Rubens

Dr. Mirjam Neumeister

Termin: Donnerstag, 11.12.2025, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09090



Foto: ©Elisabeth Grell

Bilderkult und Bildkritik

Dr. Johann Hinrich Claussen

Termin: Donnerstag, 15.01.2026, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09092



Foto: ©Andreas Schoelz

Demographische Transformation und Pflege. Herausforderungen und Perspektiven.

Prof. Dr. Thomas Klie

Termin: Mittwoch, 21.01.2026, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09094



Foto: ©Marc Doradzilo

Aramäisch: Weltsprache des Altertums und der Gegenwart

Prof. Dr. Holger Gzella

Termin: Montag, 26.01.2026, 19.30 - 21 Uhr

Anmeldung: Hier

09096



Foto: ©Stephan Haack

Impressum:

Herausgeber: Volkshochschule Schrobenhausen e. V.

Programmplanung: Manuela Hirt und Sandra Kimmel

Fotonachweise: Alle Bilder dieses Flyers sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht anders gekennzeichnet, beim Veranstalter und den jeweiligen Künstlern.

Anzeigen: Veronika Goder, Tel. 08442 / 9253-0, E-Mail: vgoder@kastner.de

Gestaltung und Druck: Kastner GmbH, 85283 Wolnzach

Auflage: 13.000 Exemplare

Das Programmheft wird auf chlorfreiem und holzfreiem Papier gedruckt

www.fmader.de

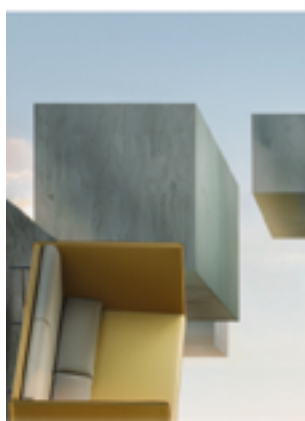
FMADER
Bürodesign  Ergonomie



NEU HEI TEN 2025

■ PALMBERG

 **aeris**
interstuhl



Franz Mader

info@fmader.de
www.fmader.de

08252 - 915 12 82
01 70 - 433 36 03

Putostraße 3
86565 Peutenhausen



PERSÖNLICHE BERATUNG
für uns selbstverständlich!

WIR. FÜR. SIE. VOR. ORT.



Christian Mair

Telefon: 0160 96358274

Mail: cm@immo8.de

Tobias Schöttner

Telefon: 0152 34782518

Mail: ts@immo8.de

WIR. FÜR SIE. VOR ORT.

Die **immo8**, Ihr kompetentes Team bei allen Themen rund um Ihre Immobilie. Egal ob Kauf, Verkauf, Vermietung sowie Wertermittlung stehen Ihnen unsere erfahrenen Fachberater zur Seite.

WIR BERATEN SIE GERNE