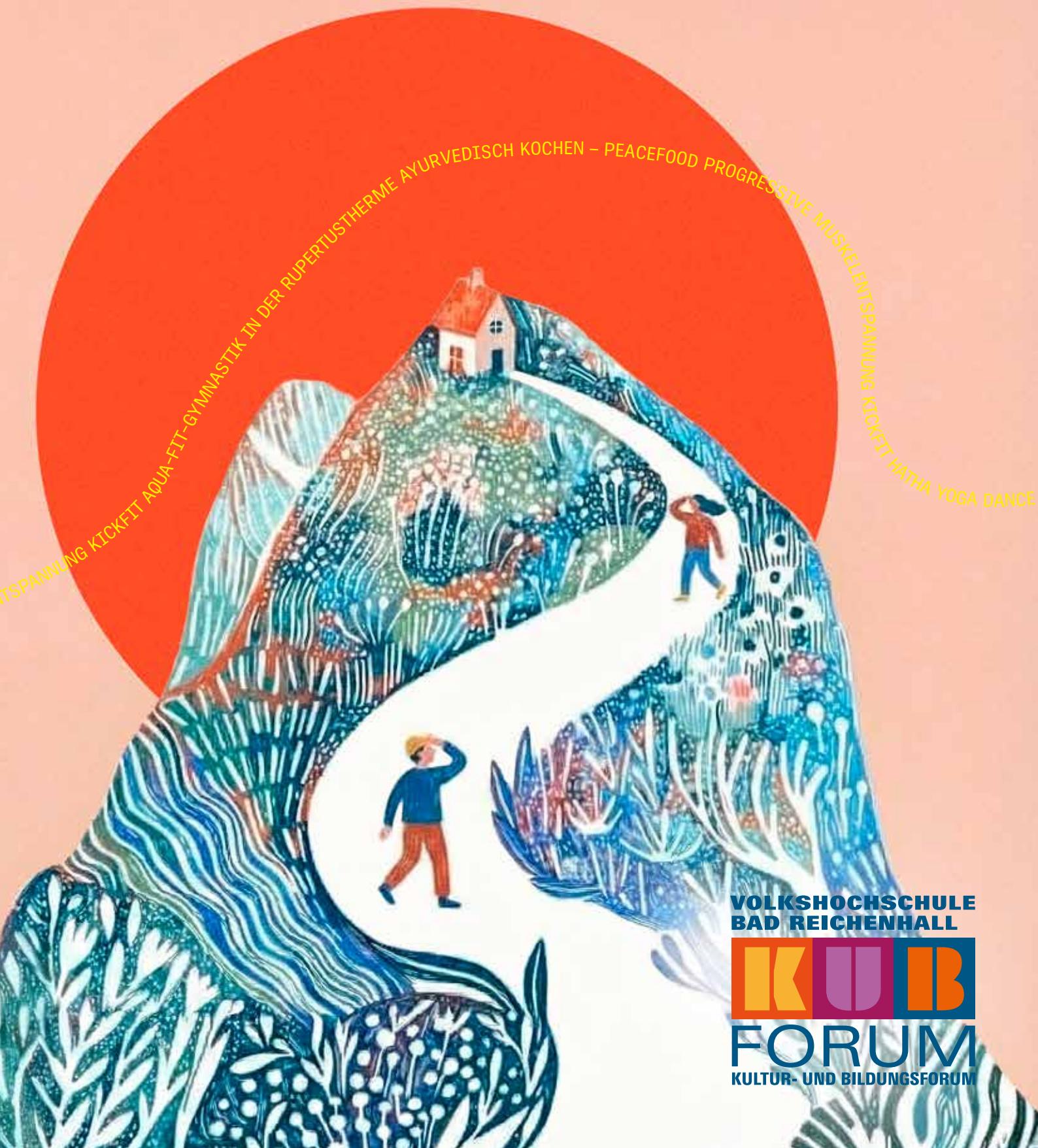


BURNEN. KOCHEN. VERSTEHEN & SPUIN.

DAS VHS PROGRAMM
FRÜHLING/SOMMER 2026



VOLKSHOCHSCHULE
BAD REICHENHALL

KUB
FORUM
KULTUR- UND BILDUNGSFORUM

RUPERTUS THERME

SPA & FAMILIEN RESORT · BAD REICHENHALL

Kursprogramm



ErwachsenenKurse

- | Kräftigendes und bewegungsförderndes AquaTraining in AlpenSole*
- | RückenFit Präventionskurs*
- | Schwangerschaftsgymnastik
- | Schwimmkurs Erwachsene
- | Kraulkurs Erwachsene

* Bei Präventionskursen ist eine Bezuschussung der Krankenkasse möglich.



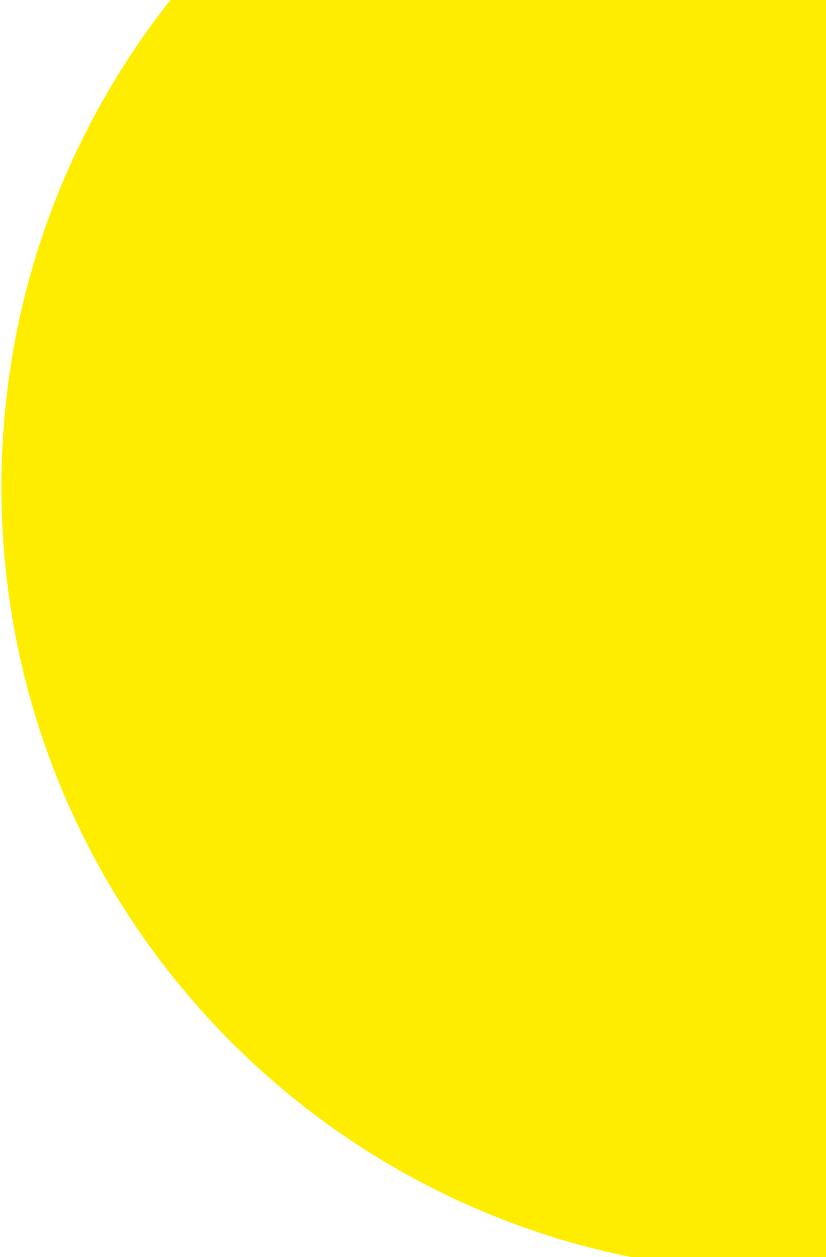
KinderKurse

- | Babyschwimmen (4 – 9 Monate)
- | Babyschwimmen (9 – 18 Monate)
- | Schwimmkurs Kinder (5 – 7 Jahre)
- | Schwimmkurs Kinder Fortführung (5 – 7 Jahre)

Die Präventionskurse AquaTraining und RückenFit können von Ihrer Krankenkasse bezuschusst werden.

Informationen und Anmeldung online –
Jetzt direkt buchen unter:
kurse.rupertustherme.de oder per QR-Code





VHS PROGRAMM BAD REICHENHALL **FRÜHLING/SOMMER 2026**



**JEDE HANDLUNG
IST EINE STIMME
FÜR DIE PERSON,
DIE DU WERDEN
WILLST.**

James Clear

AUF EIN WORT

**Liebe Reichenhallerinnen und Reichenhaller,
sehr geehrte Damen und Herren,**

„man müsste mal...“ - Sätze wie diesen hören wir ganz oft. Und auch wenn diese Sätze gut gemeint sein mögen, weil sie Ideen formulieren: Sie helfen doch nicht weiter. Denn erstens stellt der formulierte Konjunktiv nur eine Möglichkeit in den Raum und das „man“ schiebt die Verantwortung zweitens sogleich von sich selbst weg. Und so lautete ein salopper Satz, den ich jüngst gelesen habe denn doch recht treffend: Machen ist wie Wollen, nur krasser.

Es freut mich demgegenüber, dass Sie den ersten Schritt gemacht haben, um vom Wollen zum Machen zu kommen. Denn Sie lesen nunmehr das Programm unserer Reichenhaller Volkshochschule. Ich kann Ihnen versichern: Es lohnt sich, diesen Weg weiterzugehen! Und so darf ich Sie herzlich einladen, dieses umfangreiche und vielfältige Programm für sich zu entdecken und dann auch tatsächlich einen Kurs zu belegen.

Wir spüren es momentan alle: Die Welt ist im Wandel begriffen – und ob wir es wollen oder nicht: Wir selber sind es auch! Ich meine, es ist

daher eine gute Idee, sein Glück selbst in die Hand zu nehmen und die anstehende Veränderung aktiv mitzugestalten. Dazu kann auch ein Kurs bei der Volkshochschule Bad Reichenhall beitragen. Denn hier erfahren Sie neue Impulse, erweitern Sie Ihren Horizont und machen neue Begegnungen mit Menschen aus der Region. Kurzum: Sie tun etwas für sich und die Weiterentwicklung Ihrer Persönlichkeit.

Damit bekommen Sie aber auch das passende Werkzeug in die Hand, um Ihre ganz unmittelbare Lebenswirklichkeit mit neuen Augen zu sehen, neue Denk- und Handlungsansätze zu gewinnen und das geeignete Rüstzeug für die anstehenden Aufgaben zu erwerben. Und vielleicht entsteht bei Ihnen daraus sogar zusätzliche Motivation und Lust auf Neues.

Ich fände es schön, wenn wir Sie dazu bewegen können, tatsächlich vom Wollen zum Handeln zu kommen. Dann heißt es vielleicht statt „man müsste mal...“ bald „ich werde wieder...“ einen Kurs der vhs Bad Reichenhall besuchen. Viel Freude dabei!

Mit den besten Empfehlungen herzlichst
Ihr Dr. Christoph Lung
 Oberbürgermeister Bad Reichenhall

ÜBER GEMEINSCHAFT, GEMEINSINN, SOLIDARITÄT UND TEAMGEIST

Liebe Freunde und Freundinnen, liebe Teilnehmende des KUB Forum/vhs Bad Reichenhall, liebe Bürgerinnen und Bürger von Bad Reichenhall und Umgebung,

ich hatte die Gelegenheit, am 27. November 2025 bei einer Preisverleihung der Verlegerin Angelika Diekmann in Kooperation mit dem Internationalen Karlspreis zu Aachen und der Universität Passau zwei herausragende weibliche Persönlichkeiten erleben zu dürfen: Julia Nawalnaja, Menschenrechtsaktivistin und russische Oppositionelle, und Sviatlana Tsikhanouskaya, belarussische Oppositionelle. Beide Frauen stellten hierbei nicht das persönliche Schicksal in den Mittelpunkt ihrer Ausführungen, sondern die Möglichkeiten und Notwendigkeiten jedes Einzelnen, in Solidarität und Gemeinsinn den Menschenrechten auch in dramatischen Situationen treu zu bleiben. Ihr Appell: Wir sind gemeinsam stärker als scheinbar übermächtige Autokraten.

Ich stelle diese persönliche Erfahrung an den Anfang des Vorworts, weil wir in Zeiten leben, in denen wir alle auf ganz unterschiedliche Weise das Gefühl von Krisen und dramatischen persönlichen Veränderungen haben. Die Folge sind oftmals Verunsicherung und Rückzug auf das Altbewährte, auch wenn wir ahnen, dass das Altbewährte uns nicht in die Zukunft trägt. Auch Bildungseinrichtungen wie das Kultur- und Bildungsforum/vhs Bad Reichenhall befinden sich in unruhigem Fahrwasser. Neue Bildungsmodelle, Digitalisierung und KI, die sich verändernde Zusammensetzung unserer Gesellschaft, prekäre öffentliche Finanzen und das Verschwinden eines öffentlichen Raumes, wie wir ihn kennen. Unsere Antwort darauf lautet u.a.: Kooperation, Gemeinschaft stärken und sich offensiv den neuen Möglichkeiten des Digitalen stellen.

Wir hatten 2024 die Zusammenarbeit mit der

vhs Berchtesgaden geschaffen, nun werden wir ab Januar 2026 in Bad Reichenhall eine neue Kooperation zum Leben erwecken. Die über 50-jährige vhs wird organisatorisch verschmolzen mit der 30-jährigen Kunstakademie. Für unsere Teilnehmenden und Dozenten wird sich dabei wenig ändern, intern aber werden wir die Organisationen zusammenführen und uns schlanker und zielgenauer aufstellen. Aufgaben werden neu aufgeteilt, Prozesse optimiert und nicht zuletzt werden wir digitaler und nutzen die Vorteile der künstlichen Intelligenz.

So ist es möglich, dass Sie Mitarbeitenden der Kunstakademie begegnen, wie auch die Teilnehmenden der Kunstakademie Mitarbeitende der vhs treffen können. Denn in Zukunft sind wir gemeinsam die **Kultur- und Erwachsenenbildung Bad Reichenhall**. Wir nutzen die jeweiligen inhaltlichen und organisatorischen Kompetenzen nun vollumfänglich für beide Einrichtungen.

Wir wünschen uns, dass Sie weiterhin und noch komfortabler unsere Online-Anmeldung nutzen. Einer der Vorteile ist, dass Sie sich rund um die Uhr anmelden können, zusätzlich sind Ihre Daten vollumfänglich erfasst und die weitere Abwicklung läuft automatisch. Daneben arbeiten wir daran, die Weitermeldung für Anschlusskurse für Sie zu vereinfachen und Ihnen unser vielfältiges Angebot durch Empfehlungen passgenau näher zu bringen.

Ebenso wichtig ist uns, dass wir in Zukunft noch mehr Angebote, über das ganze Jahr verteilt, schaffen. Aus diesem Grund werden wir in Zukunft Kurs- und Veranstaltungsangebote auch während der Schulferien anbieten – wie es in der Kunstakademie schon seit mehr als 25 Jahren üblich ist.

Im Hintergrund arbeiten wir unter anderem deshalb an der Optimierung der Abläufe, damit unsere

INHALT

1 Politik / Gesellschaft / Umwelt	08
Bad Reichenhall und Umgebung – die Heimat neu entdecken	
vhs.wissen live	
Politik/Gesellschaft/Umweltbildung	
Verbraucherbildung	
Psychologie/Persönlichkeitsentwicklung	
Philosophie/Ethik	
vhs unterwegs	
2 Kultur / Gestalten	22
Musik	
Tanz/Theater	
Kunst/Kulturgeschichte	
Kreatives Gestalten	
3 Gesundheit / Ernährung	34
Ernährung	
Gesundheit und mehr	
Entspannung/Stressbewältigung	
Bewegung/Fitness	
Aqua-Kurse	
Outdoor-Kurse	
Eltern-Kind-Turnen	
Rund um die Geburt	
4 Sprachen	54
Integration	
Deutsch als Fremdsprache	
Englisch	
Französisch	
Italienisch	
Spanisch	
Weitere Fremdsprachen	
5 Arbeit / Beruf	68
Berufliche Bildung	
Xpert Business	
EDV Grundlagen	
Seniorenkurse	
Organisation & Management	
MS Office / MS 365	
Gestaltung & Kreativ	
Social Media	
Künstliche Intelligenz	
Softskills	
6 Junge vhs	80
Musikschule	85
vhs-Geschäftsstelle	86
Impressum	87

Mitarbeitenden in Zukunft hoffentlich wieder mehr Zeit für Sie persönlich haben. Denn der persönliche Austausch ist heute von besonderer Bedeutung. Sie erleben das bereits jetzt in den Kursen und Veranstaltungen mit anderen Teilnehmenden und den Dozenten und Dozentinnen.

Mit diesem Prozess der Zusammenführung stärken wir den gemeinsamen Geist der Bildung in Bad Reichenhall und Umgebung. Um den Gemeinsinn unserer Einrichtung noch mehr zum Tragen zu bringen, bitten wir Sie in den kommenden Monaten immer wieder einmal um Unterstützung: sei es durch die Abfrage von inhaltlichen Vorschlägen für das Programm wie auch die Nachfrage, welche Veranstaltungsformate für Sie von Interesse sind. Denn unser Programm soll Ihre Interessen aufgreifen und spiegeln.

An dieser Stelle erlaube ich mir eine weitere persönliche Bemerkung: Diese Veränderungen sind nur möglich, weil alle Mitarbeitenden der beiden Einrichtungen den Prozess mittragen und ihre Fähigkeiten zielführend und gewinnbringend einbringen. Hierfür möchte ich auch in diesem Vorwort meinen Dank ausdrücken.

Zum Abschluss lade ich Sie ein, das vorliegende Programm intensiv zu studieren, und glaube daran, dass wir wieder ein tolles Angebot bereitstellen können. Vergessen Sie dabei nicht, regelmäßig auf unserer Homepage vorbeizuschauen, denn wir entwickeln das Programm permanent weiter und so gibt es immer wieder Veranstaltungen, die erst nach der Drucklegung dieses Heftes vereinbart werden konnten.

Ihr Stefan Wimmer mit dem gesamten Team des KUB Forum/vhs Bad Reichenhall.



**DU WILLST
DAS HOW
WIR PUSHEN
DEIN KNOW.**

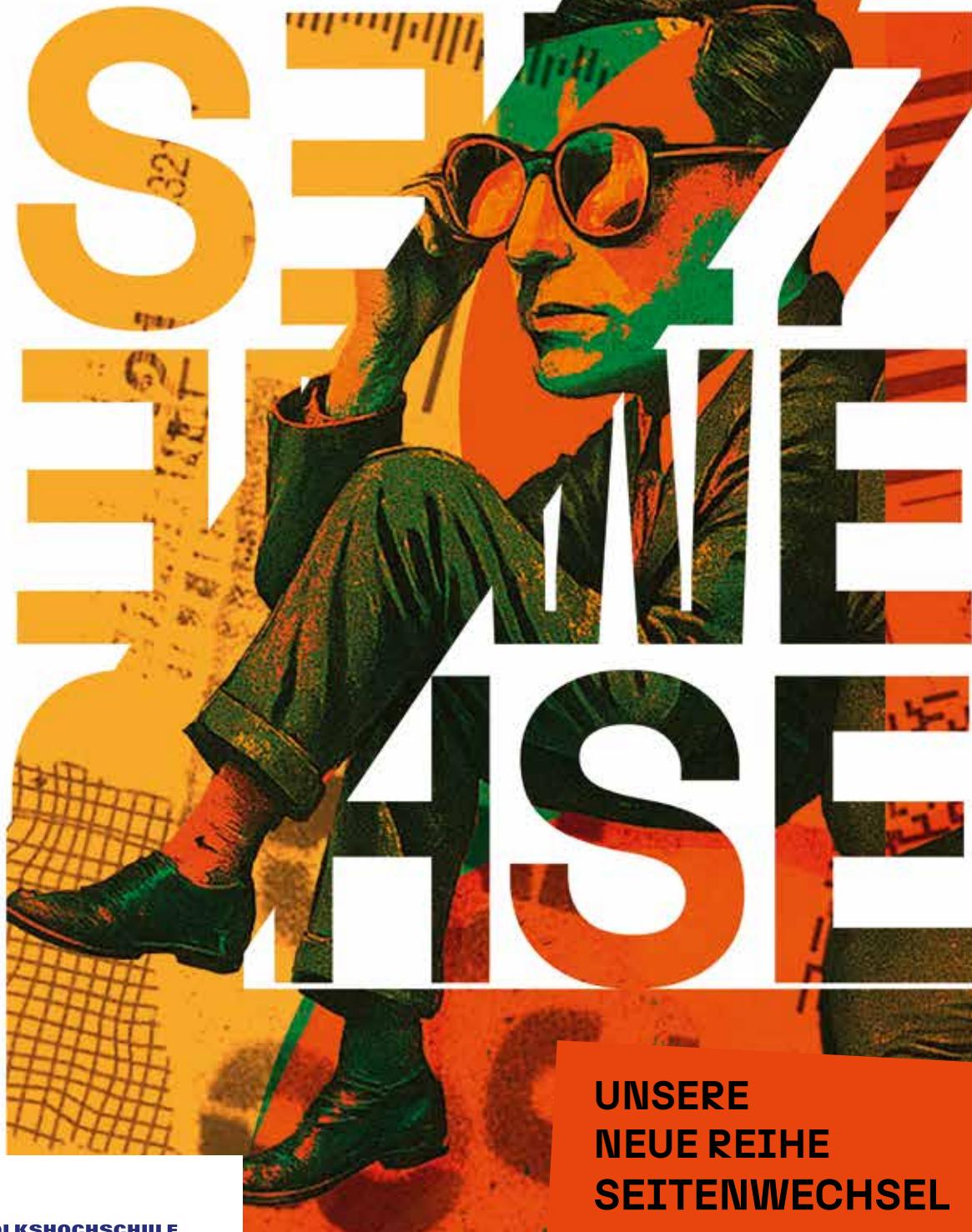
ISKA - INTO THE WILD DIE RÖMER IM REICHENHALLER TAL IST KÜNSTLICHE INTELLIGENZ SCHON INTELLIGENT? Ü



BER GELD UND FREIHEIT IM ZEITALTER DER KRYPTOWÄHRUNGEN WIEDERHOLT SICH GESCHICHT? KEIN WE

Check unsere Kurse für
Politik / Gesellschaft und Umwelt

SEITENWECHSEL



UNSERE NEUE REIHE SEITENWECHSEL

WECHSELN SIE MIT UNS DIE SEITE
UND GEWINNEN SIE NEUE
PERSPEKTIVEN!

AKTUELLE GÄSTE UND TERMINE
www.vhs-reichenhall.de

VOLKSHOCHSCHULE
BAD REICHENHALL

KUB
FORUM
KULTUR- UND BILDUNGSFORUM

AEGIDIPLATZ 3
83435 BAD REICHENHALL

08651 / 95151-0
INFO@VHS-REICHENHALL.DE

VHS-REICHENHALL.DE

POLITIK GESELLSCHAFT UMWELT

LÄNDER & KULTUREN

100

KANADA & ALASKA - Into the Wild

Live-Reportage

PASCAL VIOLO

Natur, Freiheit, Abenteuer - Pascal Violo erkundet die Rockies und umrundet den „kältesten Berg“ per Flugzeug. Auf dem Segelboot durchquert er die Inside Passage, paddelt 800 km am Yukon, erforscht Dawson City und indigene Kulturen. Das Highlight: die Beobachtung von Eisbären in der Arktis, wo Violo die fragile Verbindung zwischen Mensch und Natur begreift.

Altes Feuerhaus, Raum 0.06**1 x Mo, 23.02.2026, 19.30 - 21.30 Uhr****Vvk EUR 16,- / Ak EUR 19,-**

101

Amazonas & Anden

HELMUT PICHLER

Die Reise beginnt in Manaus, der pulsierenden Millionenstadt im Amazonasgebiet. Von Leticia (Kolumbien) geht es mit Schiff nach Iquitos (Peru). Weiter geht's nach Bolivien, La Paz zum Titicaca-See (3.812m), das höchstgelegene schiffbare Gewässer und Geburtsort der Inka-Kultur. Mit dem Fahrrad geht's an den Amazonas. Die Atacama-Wüste im Norden Chiles bildet den Abschluss.

Altes Feuerhaus, Raum 0.06**1 x Mo, 20.04.2026, 19.30 - 21.30 Uhr****Vvk EUR 16,- / Ak EUR 19,-**

BAD REICHENHALL UND UMGEBUNG – DIE HEIMAT NEU ENTDECKEN:

105 ›NEU

Bairisch - die Heimat auf der Zunge tragen. Entstehung, Bedeutung und Besonderheiten unserer Mundart

**DR. ULRICH KANZ, Germanist,
Sprachwissenschaftler, Gymnasiallehrer**

Der Referent nimmt die Zuhörer mit auf eine Reise in die Anfänge der deutschen Sprache und zeigt anhand konkreter Beispiele die Entwicklung des Bairischen. Viele Besonderheiten wurzeln im Althochdeutschen, bestehen fort und beeinflussten das Hochdeutsche. Der Vortrag richtet sich an Mundartfreunde, die wissen wollen, warum „eins, zwei, drei“ nicht „oans, zwoa, droa“ heißt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01**1 x Mo, 23.02.2026, 18.00 - 19.30 Uhr****EUR 10,-**

DAMIT SICH DIE WELT WIE
DEIN ZUHAUSE ANFÜHLT
**FIX ZUR ANMELDUNG SEGELN.
VHS-REICHENHALL.DE**

106 ›NEU

**Erinnerungskultur im BGL –
Gefallene und Vermisste des
I. und II. Weltkriegs**

JOHANN STEINBRECHER

Der Referent erforscht seit über 20 Jahren die Lebensgeschichten von mehr als 7000 Soldaten aus dem Berchtesgadener Land und Umgebung und gibt einen Einblick in seine Recherchen. Ausgehend von Kriegerdenkmälern und Sterbebildern werden exemplarisch Lebensläufe nachgezeichnet und ihre Verbindung zu historischen Ereignissen aufgezeigt. Zudem erklärt er, welche Datenbanken er nutzt und welche Informationen sich dort finden lassen. Der Vortrag richtet sich an alle, die die persönlichen Geschichten hinter den historischen Fakten entdecken möchten.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Mi, 25.03.2026, 18.30 - 20.00 Uhr

EUR 12,-

107 ›NEU

**Zwischen Inn und Salzach –
die Römer im Reichenhaller Tal**

**ANDREA KRAMMER, M. A., Archäologin und
Museumsleiterin**

Kaum eine andere Region im südostbayerischen Raum weist eine so hohe Dichte an Besiedlungsspuren auf wie das Reichenhaller Tal. Durch seine Lage zwischen Inn und Salzach war es zu allen Zeiten eng in überregionale Verkehrs- und Handelsnetze eingebunden – nicht zuletzt aufgrund seiner bedeutenden Salzvorkommen.

Auch zur Römerzeit spielte das Reichenhaller Tal eine wichtige Rolle innerhalb der regionalen und überregionalen Strukturen. Der reich bebilderte Vortrag beleuchtet die Forschungsgeschichte und Ausprägungen der römischen Besiedlung im Reichenhaller Tal, ihre archäologischen Zeugnisse und die Einbindung der Region in das weiträumige römische Verkehrs- und Versorgungsnetz.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Mo, 20.04.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

EUR 12,-

108 ›NEU

**Die historische Altstadt von Bad Reichenhall:
eine Führung durch das Florianiviertel**

ULRIKE RAPOLD-KERN, Stadtführerin

Kennen Sie das Dorf in der Stadt? Ein Kleinod mitten in Bad Reichenhall - das Florianiviertel oder auch Obere Stadt genannt, das älteste noch erhaltene Viertel von Bad Reichenhall. Hier verbergen sich so einige Geheimnisse hinter mittelalterlichen Fassaden, die so gut erhalten sind, dass das Viertel auch immer wieder als Drehort für zahlreiche Fernsehserien dient. Bei dieser Führung erfahren Sie auch einiges über die Alte Saline, die Holztrift und den ältesten noch in Kraft befindlichen Staatsvertrag Europas.

Auch für alteingesessene Reichenhaller interessant.
Anmeldung bis spätestens 08.06.2026.

Treffpunkt: Aegidiplatz,

vor dem Alten Feuerhaus

1 x Do, 11.06.2026, 15.30 - 17.00 Uhr

EUR 13,-

VHS.WISSEN LIVE ONLINEKURSE

DIE TEILNAHME AN VERANSTALTUNGEN DER REIHE **VHS.WISSEN LIVE** IST KOSTENLOS.

110 vhs.online

**Zwischen Superorganismus und Polizeistaat:
Konflikte und Konfliktlösung in den Staaten
sozialer Insekten**

PROF. DR. JÜRGEN HEINZE

Online: 1 x Mo, 02.02.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

111 vhs.online

**Im Wettkampf mit dem Gehirn: Ist künstliche
Intelligenz schon intelligent?**

PROF. DR. MORITZ HELMSTAEDTER

Online: 1 x Mo, 23.02.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

**BEWIRB DICH ALS DOZENT
VHS-REICHENHALL.DE**

112 vhs.online

**Fehlerhafte Menschen und Maschinenfehler.
Warum wir eine Error Literacy brauchen**

PROF. DR. MARTINA HESSLER

Online: 1 x Di, 24.02.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

113 vhs.online

**Jim Knopf, die Halbdrachen und
die deutsche Geschichte**

PROF. DR. JULIA VOSS

Online: 1 x So, 01.03.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

114 vhs.online

**Die Frau als Mensch.
Am Anfang der Geschichte**

ULLI LUST

Online: 1 x Mi, 04.03.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

115 vhs.online

Kunst im Ohr – Ein Livestream für alle Sinne

**DR. ANDREA WENIGER, JOCHEN MEISTER,
CLAUDIA BÖHME**

Online: 1 x Mi, 11.03.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

116 vhs.online

**Jenseits der Banken und fern vom Staat.
Über Geld und Freiheit im Zeitalter der
Kryptowährungen**

PROF. DR. AARON SAHR

Online: 1 x Mo, 16.03.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

117 vhs.online

Antisemitismus - Was gibt es da zu erklären?

PROF. DR. JAN PHILIPP REEMTSMA

Online: 1 x Mi, 25.03.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

ALLES ZU DEN KURSEN
VHS-REICHENHALL.DE



118 vhs.online

**Roma Eterna. Kunst und Kultur im Rom der
Nachkriegszeit: Zwischen Trümmern,
Widerstand und Erneuerung**

DR. LISA HOCKEMEYER

Online: 1 x Mi, 01.04.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

119 vhs.online

Benvenuto Cellini. Ein Künstlerleben

PROF. EM. DR. ANDREAS BEYER

Online: 1 x Do, 02.04.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

120 vhs.online

**Die Gletscher:
Von der letzten Eiszeit bis morgen**

DR. ANDREA FISCHER

Online: 1 x Do, 16.04.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

121 vhs.online

**Warum nicht losen? Über den Sinn von
Zufallsentscheidungen**

PROF. DR. BARBARA STOLLBERG-RILINGER

Online: 1 x Mi, 24.04.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

122 vhs.online

Die Kelten

PROF. DR. BERNHARD MAIER

Online: 1 x Mi, 29.04.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

123 vhs.online

**In der Nähe: Vom politischen Wert einer
ostdeutschen Sehnsucht**

DR. SIMON STRAUSS

Online: 1 x Mo, 18.05.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

124 vhs.online

**Cahokia: Eine präkolumbische indigene
Hochkultur in Nordamerika**

PROF. MICHAEL HOCHGESCHWENDER

Online: 1 x Di, 09.06.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

125 vhs.online

Bauchentscheidungen: Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition

PROF. DR. GERD GIGERENZER

Online: 1 x Do, 18.06.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

126 vhs.online

Zukunft der industriellen Produktion in Deutschland

DR. BJÖRN SAUTTER

Online: 1 x Di, 23.06.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

127 vhs.online

Musik, Wissenschaft und Technik - eine harmonische Reise durch zwei Jahrhunderte

PROF. DR. MYLES W. JACKSON

Online: 1 x Di, 21.07.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

128 vhs.online

Die Wiederkehr der Imperien

PROF. DR. HERFRIED MÜNKLER

Online: Frühjahr 2026 (genauer Termin wird Anfang 2026 bekannt gegeben)

POLITIK/ GESELL- SCHAFT/ UMWELT- BILDUNG

135 ›NEU

„Alles schon mal da gewesen“ – Wiederholt sich Geschichte?

MARTIN SCHNEIDER, M.A.

Was verstehen wir unter „Geschichte“ und was prägt unsere Geschichtlichkeit? Was ist Geschichte? Wie definieren wir den Begriff und welche Bedeutung hat er für uns? Lassen sich aus historischen und philosophischen Erkenntnissen Rückschlüsse auf den Verlauf der Geschichte ziehen? Ist die Idee, dass „alles schon einmal da gewesen ist“, zutreffend? Wir präsentieren wichtige philosophische Modelle und den Einfluss religiöser Überzeugungen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

1 x Mi, 11.03.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

EUR 15,-

136A

Brennpunkte der Welt: Die UNO in der Krise

MARTIN SCHNEIDER, M.A.

Seit ihrer Gründung 1945 sind die Vereinten Nationen zentral für Frieden, Sicherheit und internationale Zusammenarbeit. Heute stehen sie an einem Wendepunkt. In diesem Vortrag beleuchten wir Struktur, Aufgaben und Entscheidungsmechanismen der UNO und prüfen ihre Handlungsfähigkeit in einer von Krisen geprägten Welt. Welche Rolle spielen die Großmächte im Sicherheitsrat und wie beeinflussen sie Entscheidungen? Welche Reformen braucht es, um die UNO zukunftsfähig zu machen?

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Mi, 11.02.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

EUR 15,-



1—POLITIK / GESELLSCHAFT / UMWELT

136B

Brennpunkte der Welt: Die USA unter Donald Trump - Quo vadis, Amerika?**MARTIN SCHNEIDER, M.A.**

Seit Beginn seiner zweiten Amtszeit im Januar 2025 hat US-Präsident Trump weitreichende konkrete Maßnahmen angestoßen, die sich am konservativen Strategiepapier „Project 2025“ orientieren. Dazu zählen innenpolitisch die Stärkung konservativer Prinzipien, Kürzungen in Bildung und Sozialem sowie eine stärkere Kontrolle staatlicher Institutionen. Außenpolitisch betonen die USA wieder eine nationale Positionierung. In dieser Veranstaltung analysieren wir Ziele, bereits umgesetzte Schritte und die Herausforderungen durch die Opposition – diskutieren Sie gemeinsam mit!

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Do, 05.03.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 15,-

136C

Brennpunkte der Welt: Nordafrika und der arabische Raum 15 Jahre nach dem „Arabischen Frühling“**MARTIN SCHNEIDER, M.A.**

Ab 2010 brachten Proteste und Aufstände in Tunesien, Libyen und Ägypten Diktaturen ins Wanken und führten zu ihrem Sturz. In Syrien hingegen entwickelte sich ein langwieriger, blutiger Bürgerkrieg mit vielen Akteuren. Welche Entwicklungen folgten in den Ländern des „Arabischen Frühlings“? In dieser Veranstaltung untersuchen wir die Zeit nach den Aufständen und spüren gesellschaftlichen wie politischen Folgen nach. Dabei betrachten wir auch Hoffnungen, Rückschläge und neue Machtkonstellationen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Mi, 15.04.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 15,-

136D

Brennpunkte der Welt: Wege aus dem Ukrainekrieg**MARTIN SCHNEIDER, M.A.**

Der Krieg in der Ukraine, der im Februar 2022 begann, dauert mit unverminderter Härte an und birgt weiterhin ein erhebliches Eskalationspotenzial. Seit Beginn des Konflikts gab es jedoch auch mehrere Ver-

mittlungsversuche von unterschiedlichen Akteuren. In dieser Veranstaltung werden wir diese Vermittlungsbemühungen beleuchten, auf die aktuellen Friedenschancen eingehen und eine mögliche zukünftige Friedensordnung diskutieren.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Fr, 24.04.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 15,-

137 ›NEU
Kein Weltfrieden ohne Religionsfrieden?
GEORG SPINDLER, Diakon

Sind Religionen die Wurzel allen Übels? In diesem spannenden Vortrag beleuchten wir die komplexe Beziehung zwischen Religion und Konflikt. Welche Rolle spielen Religionen in den Kriegen der Menschheitsgeschichte, obwohl sie sich doch alle dem Frieden verpflichtet fühlen? Ist die Neigung zu Konflikten bereits in der DNA der Religionen verankert? Sind monotheistische Religionen besonders anfällig für Gewalt und Intoleranz? Tauchen Sie mit uns ein in diese tiefgründigen Fragen und entdecken Sie, wie Religionsfrieden als Schlüssel zu echtem Weltfrieden dienen kann.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Do, 12.03.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 12,-

BLEIBT DIR BEIM
 DISKUTIEREN MIT
 FREUNDEN AUCH NUR
 HÖFLICHES NICKEN?
WIR ÄNDERN DAS JETZT.
VHS-REICHENHALL.DE

VER- BRAUCHER- BILDUNG



gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium für
Umwelt und Verbraucherschutz



Die Kurse 150 – 159 sind gefördert durch das Bayer. Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherbildung. Die Vorträge finden in Kooperation mit der Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern statt; die Teilnahme daran ist kostenlos.

Der Link zum Vortrag wird nach der Anmeldung zugeschickt. Bitte beachten Sie, dass der Zugang zum virtuellen Raum der Veranstaltung erst möglich ist, nachdem die Anmeldung über das Anmeldeformular der Verbraucherzentrale in Edudip erfolgt ist.



Gefördert durch:
Bundesministerium
für Wirtschaft
und Klimaschutz
aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

NACHHALTIGKEIT ALLE INTERESSIERTEN AB 16 JAHREN

150 vhs.online
**Leben ohne Plastik –
Wege aus der Wegwerfgesellschaft**
DR. MAIKEN WINTER,
Verbraucherzentrale Bayern e.V.
Online: 1 x Di, 03.03.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

151 vhs.online

Was hat mein Konsum mit der Klimakrise zu tun?

DR. MAIKEN WINTER,
Verbraucherzentrale Bayern e.V.

Online: 1 x Mo, 16.03.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

152 vhs.online

Stoff zum Nachdenken: Nachhaltigkeit im Kleiderschrank

DR. MAIKEN WINTER,
Verbraucherzentrale Bayern e.V.

Online: 1 x Fr, 24.04.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

TIPPS FÜR HAUSBESITZER

INTERESSIERTE UND/ODER
BETROFFENE HAUSEIGENTÜMER, KEINE
VORKENNTNISSE ERFORDERLICH

153 vhs.online

Wie schütze ich mein Haus gegen Extrem- wetterereignisse wie Hitze, Regen und Flut?

**DIPL.-ING. (FH) ARCHITEKTIN GISELA
KIENZLE,** Energieberaterin
für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.

Online: 1 x Do, ab 12.03.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

154 vhs.online

Photovoltaik – Strom selbst erzeugen!

THOMAS BUGERT, Energieberater
für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.

Online: 1 x Di, 14.04.2026, 12.30 - 13.30 Uhr

155 vhs.online

Neue Heizung? Aktuelle Gesetze, Förderungen und technische Möglichkeiten

THOMAS BUGERT, Energieberater
für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.

Online: 1 x Mo, 20.04.2026, 10.00 - 11.00 Uhr

156 vhs.online

Wärmepumpe im Altbau – So klappt es!

ALEXANDER WALTNER, Energieberater
für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.

Online: 1 x Di, 05.05.2026, 19.00 - 20.00 Uhr

157 vhs.online

Aus Alt mach Neu: Wie richtig sanieren?**MATTHIAS RÖSCH**, Energieberater
für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.**Online: 1 x Do, 11.06.2026, 19.00 - 20.30 Uhr****VORTRÄGE IN EINFACHER SPRACHE****DIE VORTRÄGE RICHTEN SICH BESONDERS AN INTERESSENTEN MIT DEUTSCHKENNTNISSEN AB A2-NIVEAU, STEHEN ABER SELBSTVERSTÄNDLICH ALLEN INTERESSENTEN OFFEN.**

158 vhs.online

**Schimmel vermeiden und beseitigen:
Wie heize und lüfte ich richtig?****ALEXANDER WALTNER**, Energieberater
für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.**Online: 1 x Di, 24.03.2026, 19.00 - 20.30 Uhr**

159 vhs.online

Energie sparen im Alltag – Tipps und Tricks**JUTTA ROSE**, Energieberaterin
für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.**Online: 1 x Mi, 13.05.2026, 19.00 - 20.00 Uhr**

160 >NEU

Behördengänge online erledigen – bequem und sicher**INGRID SCHMIDT**, BayernLab Traunstein

Behördengänge jederzeit im BayernPortal erledigen - bequem und absolut sicher. Ob Elterngeld, Meldebescheinigung, BAföG-Antrag oder Einsicht in den Rentenversicherungsverlauf: In vielen Fällen ist das mittlerweile bequem von zu Hause aus möglich. Viele Verwaltungsdienstleistungen stehen online zur Verfügung. Das BayernPortal bündelt diese Verwaltungsdienstleistungen. Für einige Vorgänge wird der Personalausweis wie eine digitale Unterschrift eingesetzt. Wie der Personalausweis als digitale Unterschrift genutzt werden kann, erfahren Sie von der Referentin im Kurs Schritt für Schritt mit einem Testausweis. Für das praxisnahe Seminar sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**1 x Mi, 25.02.2026, 14.00 - 15.30 Uhr****EUR 5,-**

161 >NEU

Digitaler Nachlass - Passwörter sicher hinterlegen: So erhalten Hinterbliebene Zugang zu digitalen Konten und Verträgen**INGRID SCHMIDT**, BayernLab Traunstein

Accounts in den sozialen Medien, Kauf- und Verkaufsplattformen, Banking über Internet - dies gehört zum heutigen modernen Leben dazu und (fast) jeder hat hier persönliche Daten hinterlegt. Oft existieren wichtige Vertragsdaten nur noch digital. Doch was passiert mit diesen Konten und Verträgen im Todesfall? Bleiben sie bestehen? Wie erhalten Hinterbliebene Zugang zu den Konten auf digitalen Geräten? Erfahren Sie hier, welche Vorehrungen Sie treffen sollten, wenn Sie digitale Konten besitzen. Der Vortrag richtet sich an Verbraucher aller Altersgruppen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**1 x Di, 17.03.2026, 14.00 - 15.30 Uhr****EUR 5,-**

162 >NEU

Der BayernAtlas:**Von historischen Karten bis hin zu aktuellsten Luftbildaufnahmen****ANJA ROSSMANIT**, BayernLab Traunstein

Ob Wanderer, Radler, Heimatforscher, für Schule oder Beruf: Der BayernAtlas bietet viele Werkzeuge zur Orientierung im Raum. Messen Sie z. B. exakt die Höhenunterschiede für Ihre nächste Wanderung. Machen Sie mit uns eine Tour quer durch die Region anhand aktueller digitaler topographischer Karten, Parzellarkarten und Luftbildern. Der BayernAtlas - von historischen Karten bis zu aktuellsten Luftbildaufnahmen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**1 x Mi, 22.04.2026, 14.00 - 15.30 Uhr****EUR 5,-**

**JEDERZEIT? IMMER?
ALLES? SOFORT?
GIBT'S BEI UNS.
VHS-REICHENHALL.DE**

PSYCHO- LOGIE / PERSÖN- LICH- KEITSENT- WICKLUNG

Informationen zu den Kursen Nr. 171 bis 173
auf der Fraueninsel

Kursort: Abtei der Benediktinerinnen
Frauenwörth im Chiemsee, Frauenchiemsee 50,
83256 Frauenchiemsee.

Rauminfo und Treffpunkt: 09.30 Uhr an der
Klosterpforte. Schiff 09.00 Uhr ab Prien-Stock
(ohne Gewähr).

**Die Kosten der Überfahrt sind nicht in den
Kursgebühren enthalten! Mittagspause mit
eigener Verpflegung.**

171

**Workshop auf der Fraueninsel:
Das erfrischende Rhetorik-Training
auf der Fraueninsel**

SUSANNE MARIA SCHUMACHER,
Journalistin, Coach

Sie haben die ehrenvolle Aufgabe, einen Vortrag, eine
Rede, eine Präsentation zu halten? Nur keine Panik!
Mit Hilfe kluger Methoden werden Sie Ihren Auftritt
mit Leichtigkeit schaffen - ob im Beruf oder privat.

Abtei der Benediktinerinnen Frauenwörth
1 x Sa, 13.06.2026, 09.30 - 16.30 Uhr
EUR 75,-

172 ›NEU

**Workshop auf der Fraueninsel:
Die Poesie der kühnen Worte. Ein feder-
leichter Schreibtag auf der Fraueninsel**
SUSANNE MARIA SCHUMACHER,
Journalistin, Coach

Der Sommer lädt ein zu „federleichten Wort-
schöpfungen“ und eigen-sinnigen Texten. Von A wie
Alliteration bis Z wie Zauberwort lernen Sie das wert-
freie, entdeckende Schreiben kennen als fantasievolle
Methode des Selbstausdrucks. Freuen Sie sich auf
erfrischende Methoden und journalistische Impulse
wie knackiger Titel, szenischer Einstieg, Spannungs-
bogen und mehr.

Abtei der Benediktinerinnen Frauenwörth

1 x Sa, 20.06.2026, 09.30 - 16.30 Uhr
EUR 75,-

173 ›NEU

**Impulstag auf der Fraueninsel:
Ich sage Ja und meine Nein.
Selbstbewusst Grenzen setzen!**
SUSANNE MARIA SCHUMACHER,
Journalistin, Coach

Oft sagen wir JA und meinen das Gegenteil, dabei hilft
ein freundliches, entschiedenes NEIN zur rechten
Zeit, um natürliche Grenzen zu setzen. Wir trainieren
Möglichkeiten des annehmbaren Nein-Sagens und
charmanten Sich Abgrenzens.

Abtei der Benediktinerinnen Frauenwörth

1 x Sa, 11.07.2026, 09.30 - 16.30 Uhr
EUR 75,-



176

Leben bis zuletzt – Patientenverfügung**DR. BIRGIT KRAUSE-MICHEL,***Ärztin für Psychotherapie und Palliativmedizin;
Vorsitzende der außerklinischen Ethikberatung im
Netzwerk Hospiz SOB*

Ist meine Patientenverfügung zusammen mit der Vorsorgevollmacht der Garant, dass ich nach meinem Willen in Würde sterben darf? Tipps und Tricks bei der Gestaltung einer konkreten Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht. Eine Rechtsberatung findet nicht statt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01**1 x Mi, 11.03.2026, 18.00 - 20.00 Uhr****EUR 15,-**

178 >NEU

Märchen in der Trauerarbeit**DR. BIRGIT KRAUSE-MICHEL,***Ärztin für Psychotherapie und Palliativmedizin;
Vorsitzende der außerklinischen Ethikberatung
im Netzwerk Hospiz SOB*

Die Trauer gehört zur Freude wie das Sterben zum Leben. Märchen zu schreiben ist eine Möglichkeit, sich aus der Passivität des unbegreiflichen Verlustes zu befreien. Man kann in schlichter, kindlicher Sprache Unausgesprochenes und Unaussprechbares klären, ohne zu erklären. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt

Altes Feuerhaus, Raum 2.02**3 x Mi, ab 25.03.2026, 18.00 - 19.30 Uhr****EUR 50,-**

179

Das Enneagramm – Grundkenntnisse**CHRISTINE DE VOGT,***cert. Vera Birkenbihl-Trainerin, Autorin*

In diesem Einführungskurs lernst du die neun Persönlichkeitstypen des Enneagramms kennen und verstehst, wie sie unser Denken, Fühlen und unser Verhalten prägen. Seminarunterlagen inbegriffen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02**1 x Di, 03.02.2026, 18.00 - 20.30 Uhr****EUR 50,-**

PHILO- SOPHIE/ ETHIK

186

Macht und Gewalt in der Gesellschaft**THOMAS WIGGER,***Berufsschullehrer im Gesundheitswesen*

Im Kurs erhalten die Teilnehmer grundlegende Informationen zum Thema "Macht und Gewalt in der Gesellschaft", u. a. Identität und Macht, Sprache und Macht, Arten der Gewalt, #MeToo-Debatte, Mobbing, Aggressionsmodelle und Deeskalationsstrategien.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**3 x Do, ab 05.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr****EUR 36,-**

188 >NEU

Meister Eckhart –**der große deutsche Mystiker****GEORG SPINDLER, Diakon**

Wer war dieser faszinierende Dominikanermönch des Hochmittelalters? Meister Eckhart gilt als einer der herausragendsten Mystiker des Christentums, doch über Jahrhunderte geriet sein Werk fast in Vergessenheit. Wie konnte es dazu kommen, dass einer der bedeutendsten Theologen seiner Zeit beinahe auf dem Scheiterhaufen endete? Was waren die zentralen Ideen und Lehren von Meister Eckhart, die auch heute noch relevant sind?

Altes Feuerhaus, Raum 2.01**1 x Do, 19.03.2026, 18.30 - 20.00 Uhr****EUR 12,-**

PASSENDE KURS GEFUNDEN?
EINFACH ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE

189 ›NEU
Geschichte der abendländischen Philosophie im Dialog
HELMUT RUSSEGGER

In dieser Veranstaltung entwickeln wir eine Philosophiegeschichte von der Antike bis zur Gegenwart, unter Berücksichtigung historischer Zusammenhänge und Schlüsseltexte. Wir beginnen mit dem mythischen Weltbild der Griechen, das über die naturwissenschaftlich ausgerichtete Philosophie der Vorsokratiker bei Sokrates, Platon, Aristoteles, den Stoikern und Epikur schließlich den Mensch ins Zentrum rückt. Thematisiert wird auch die Vermittlung der griechischen Philosophie in Rom bei Cicero und Seneca. Die in der Antike gelegten Grundlagen finden wir wieder in der Aufklärung bei Kant, im Idealismus Fichtes und Hegels, im Pessimismus Schopenhauers und Nietzsches „Umwertung aller Werte“. Im Dialog mit den Teilnehmern soll das Verständnis dieser Texte und ihr Bezug zur Gegenwart vertieft werden.

Hinweis: Die angemeldeten Teilnehmer treffen sich am ersten Kursabend um 18.15 Uhr am Haupteingang des Karlsgymnasiums.

**Karlsgymnasium Bad Reichenhall/
 Seminarraum**
7 x Do, ab 26.02.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 62,-

WEISST DU, VON WEM DIE
 ZEILE STAMMT: „WENN EINER
 EINE REISE TUT, SO KANN ER
 WAS ERZÄHLEN“?
WIR AUCH NICHT.
STIMMT ABER TROTZDEM.
VHS-REICHENHALL.DE

PSS: Matthias Claudius

VHS UNTER- WEGS

190 ›NEU
Meet a Rabbi –
in der Dokumentation Obersalzberg
MITARBEITER DER DOKUMENTATION

Gemeinsam mit dem „Jewish Ambassador Program“ der Conference of European Rabbis“ und der Dokumentation Obersalzberg laden wir zu einer besonderen Veranstaltung, die historische Bildung und Dialog verbindet. Nach einem 90-minütigen Rundgang durch die Dauerausstellung „Idyll und Verbrechen“ mit Schwerpunkt auf jüdischem Leben und Antisemitismus im Nationalsozialismus folgt ein offenes Gespräch mit einem Rabbiner (auf Deutsch). Die Teilnehmenden können Fragen stellen, ins Gespräch kommen und neue Perspektiven gewinnen. Themen können z.B. sein: Geschichte und Traditionen des Judentums, jüdisches Leben heute, Vorurteile und Antisemitismus. Ein Nachmittag des Dialogs – gegen Vorurteile, für Verständnis.

**Anmeldung bis spätestens 29.04.2026. Eigene
 Anreise. Treffpunkt vor dem Eingang der
 Dokumentation Obersalzberg.**

**Dokumentation Obersalzberg, Salzbergstr. 41,
 83471 Berchtesgaden**
1 x Mi 06.05.2026, 14.00 - 17.00 Uhr
EUR 8,-



191

Besichtigung der Talsperre Kibling, des Restwasserkraftwerkes und des Einlaufbauwerkes
DB ENERGIE GMBH

Wichtiger Hinweis: Im Restwasserkraftwerk sind sehr viele Stufen zu überwinden! Keine medizinischen Ausschlussgründe. Bitte festes Schuhwerk anlegen. Dauer etwa 2 Stunden.

Treffpunkt: Kibling, Parkplatz ehem. Café am See
1 x Mi, 13.05.2026, 14.00 - 16.00 Uhr
EUR 7,-

192

Besichtigung des Saalachkraftwerkes
DB ENERGIE GMBH

Wichtiger Hinweis: Personen mit aktiven Implantaten (z. B. Herzschrittmacher, Cochlea-Implantat) können leider nicht teilnehmen. Es sind Stufen zu überwinden. Bitte festes Schuhwerk anlegen. Dauer etwa 1,5 bis 2 Stunden.

Treffpunkt: KW Reichenhall,
Thumseestr. 25, Haupttor
1 x Mi, 20.05.2026, 14.00 - 16.00 Uhr
EUR 7,-

193

Über den Dächern – Führung über den
Mönchsberg, Salzburgs grüne Oase
SUSANNA IHNINGER-LEHNFELD, BA,
Austria Guide

Was Sie erwartet: Faszinierende Ausblicke auf die Stadt Salzburg, die Festung Hohensalzburg und die umliegende Bergwelt. Historische Hintergründe zur Festung Hohensalzburg, der Bürgerwehr und zum Museum der Moderne. Dauer: ca. 2,5 - 3 Stunden. Hinweis: Bitte tragen Sie festes Schuhwerk und wetterangepasste Kleidung, die Führung ist mit Treppensteigen verbunden. Die Führung findet bei (fast) jedem Wetter statt. Anmeldung erforderlich, Anmeldeschluss: 17.04.2026.

Treffpunkt: Kapitelplatz / "Goldene Kugel",
mit eigener Anfahrt
1 x Fr, 24.04.2026, 14.30 - 17.30 Uhr
EUR 27,-

198 >NEU

Bad Reichenhall: I Monumenti / Bad
Reichenhall: die Denkmäler.
Stadtführung in italienischer Sprache
ALDO DI MATTEO, offizieller Gästeführer

Una passeggiata alla scoperta di straordinari monumenti costruiti nella nostra città dall'epoca medievale fino ai nostri giorni, con notizie sulla loro storia e architettura. Entdecken wir außergewöhnliche Denkmäler unserer Stadt, errichtet ab dem Mittelalter bis zur Moderne, ihre Geschichte und Architektur.

Treffpunkt: Aegidiplatz,
vor dem Alten Feuerhaus
1 x Sa, 18.04.2026, 10.00 - 12.00 Uhr
EUR 15,-





HEIMAT VERBINDELN!

Glasfaser für Bad Reichenhall

Bis zu 1.500 Mbit/s im Glasfasernetz
Mehr Infos unter: www.stadtwerke-bad-reichenhall.de

Gästehaus und Restaurant St. Florian

Unser Restaurant, der Biergarten mit der urigen Almhütte oder unsere sonnige Terrasse mit herrlichem Bergblick haben täglich für Sie geöffnet.

Vormittags genießen Sie unser reichhaltiges und vielfältiges „Feuerwehrheimfrühstück“. Ab 12.00 Uhr verwöhnt Sie unser Küchenteam mit saisonalen, kulinarischen Köstlichkeiten. Auch zu Kaffee und Kuchen oder einem leckeren Eisbecher begrüßen wir Sie gerne in unserem Café oder auf unserer Sonnenterrasse. Es ist für jeden Geschmack und für Groß und Klein etwas dabei.

Tischreservierung: +49 8651 9563-220



**Wir
freuen
uns auf
Ihren
Besuch!**

St. Florian
GÄSTEHAUS & RESTAURANT

Gästehaus und Restaurant St. Florian

Feuerwehrheimstr. 12-18
83457 Bayerisch Gmain
+49 8651 9563-0 oder -220
info@feuerwehrheim.de
www.feuerwehrheim.de





ÖFFNUNGSZEITEN

15. APRIL BIS 15. OKTOBER

Mittwoch bis Sonntag, 10.30 bis 16.00 Uhr

16. OKTOBER BIS 14. APRIL

Freitag bis Sonntag, 10.30 bis 16.00 Uhr

Am 1. November, 24. – 26. Dezember, Silvester, Neujahr und Karfreitag geschlossen

www.reichenhallmuseum.de

AB SOL UTE

HÖHE PUN KTE

PREDIGTSTUHL BAHN

HIGH LIGH TS

Sundowner
4-Gang-Abendmenü
ProseccoSamstag
Sonntagsbrunch

Jorip
physiotherapie

next level
physio

www.jorip.de

Moderne
Physiotherapie
kann mehr.

Next Level Physio bedeutet:

- ✓ Aktive Mitgestaltung
- ✓ Verständliche Aufklärung
- ✓ Individuelle Ziele

Unsere Kunden erhalten bei uns keine Standardtherapie, sondern Physiotherapie auf Augenhöhe. Gemeinsam bringen wir Ihre Therapie auf das nächste Level.

Poststraße 27 · 83435 Bad Reichenhall
+49 (0)8651 9655000 · kontakt@jorip.de



gitarre durch den Frühling Erwachsenen-Ballett Dance Moves – Modern Style wie man in Bildern

**Check unsere Kurse für
Kultur & Gestalten**





Geschichte erzählte Papiergeschichten Schafkopf-Kurs für Anfänger Töpfen - das

**DU KENNST
DAS ZIEL,
WIR KENNEN
DEN WEG.**

KULTUR & GESTALTEN



MUSIK

200

Mit Ukulele durch den Frühling I

Level: Anfänger

NATALIA MARASHOVA

In insgesamt 7 Einheiten lernen Sie systematisch die wesentlichen Elemente des Ukulele-Spiels kennen und erlangen eine solide Beherrschung der Grundlagen, sodass Sie schnell Fortschritte machen können.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

7 x Sa, ab 07.02.2026, 09.00 - 10.30 Uhr

EUR 110,-

201

Mit Ukulele durch den Frühling II

Level: geringe Vorkenntnisse

NATALIA MARASHOVA

Wenn Sie Ihre Fähigkeiten erweitern möchten, bietet Ihnen dieser Ukulelenkurs die perfekte Gelegenheit in nur wenigen Monaten bekannte Lieder zu begleiten und beliebte Melodien zu spielen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

7 x Sa, ab 07.02.2026, 10.30 - 12.00 Uhr

EUR 110,-

202

Ukulele für alle!

Level: Anfänger

NATALIA MARASHOVA

Der Kurs ist ideal für Einsteiger, die noch nie ein Instrument gespielt haben.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

2 x Sa/So, 07./08.02.2026, 12.30 - 14.30 Uhr

EUR 55,-

203

Ukulele für alle!

Level: geringe Vorkenntnisse

NATALIA MARASHOVA

In diesem Ukulelenkurs können Sie neue Griffe und Rhythmen erlernen, damit neue Lieder begleiten und sogar einfache Melodien spielen. In dem kurzen zweitägigen Intensivkurs werden die bereits vorhandenen Grundkenntnisse einfach und schnell erweitert.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

2 x Sa/So, 07./08.03.2026, 10.00 - 12.00 Uhr

EUR 55,-

204

Lagerfeuer & Gitarre – mit wenigen Akkorden zum Lied

Level: Anfänger

NATALIA MARASHOVA

Der Kurs ist ideal für Einsteiger, die noch nie ein Instrument gespielt haben.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

2 x Sa/So, 21./22.03.2026, 12.30 - 14.30 Uhr

EUR 55,-

2—KULTUR & GESTALTEN

205

Lagerfeuer & Gitarre – mit wenigen Akkorden zum Lied

Level: geringe Vorkenntnisse

NATALIA MARASHOVA

Bei unserem Liedbegleitungs-Gitarrenkurs können Sie Ihre Kenntnisse erweitern, neue Griffen und Rhythmen erlernen und den Sommer mit schöner Musik verzieren!

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**2 x Sa/So, 18./19.04.2026, 12.30 - 14.30 Uhr****EUR 55,-**

206

Mandoline für Anfänger**NATALIA MARASHOVA**

Wenn Sie eine Alternative zur Gitarre suchen und möglichst schnell und leicht das Spiel eines Instrumentes erlernen möchten, dann ist die Mandoline genau das Richtige für Sie.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**2 x Sa/So, 07./08.03.2026, 12.00 - 14.00 Uhr****EUR 55,-**

207

Mit der Lagerfeuergitarre durch den Frühling

Level: Anfänger & geringe Vorkenntnisse

NATALIA MARASHOVA

In insgesamt sieben Einheiten vermittele ich Ihnen das Know-how und die nötigen Grundkenntnisse, damit Sie schon diesen Sommer am Lagerfeuer, bei Familienfeiern oder anderen Gitarrensessions mitspielen können. Melodien und Akkorde sowie Schlag- und Zupfmuster werden einfach und schnell erklärt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**7 x So, ab 22.02.2026, 10.00 - 11.30 Uhr****EUR 130,-****TANZ**

208

Gesellige Tänze**MONIKA STADLER,***Gesundheits- und Tanzpädagogin*

Eine Tanzreise durch verschiedene Länder rund um den Globus. Spaß an Musik und Bewegung für Jung und Alt - ob mit oder ohne Vorkenntnisse. Kein fester Tanzpartner erforderlich. **Bitte mitbringen:** Getränk, flache Schuhe.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**1 x So, 26.04.2026, 14.30 - 16.30 Uhr****EUR 28,-**

209

Erwachsenen-Ballett – Anfänger**ALEXANDRA FRINGS,***diplomierte Balletttänzerin*

Wir beschäftigen uns mit unserem Körper und seinen Grenzen. Ballett lehrt Körperbeherrschung, Koordination, Rhythmus und Beweglichkeit. **Bitte mitbringen:** Handtuch, Getränk, enganliegende Sportkleidung und Socken.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**8 x Do, ab 16.04.2026, 18.30 - 19.30 Uhr****EUR 75,-**

WILLST DU AM LAGERFEUER
MAL SO RICHTIG ABLIEFERN?
**SCHNAPP DIR EINE GITARRE
UND SPIEL DICH GLÜCKLICH.
VHS-REICHENHALL.DE**

210 ›NEU

Danceflow – Tanzen bewegt!**CLAUDIA GOLDSCHMITT,***Diplomierte Tanzpädagogin*

Die Verbindung von Innen und Außen findet im Tanz ihren Ausdruck. Freie tänzerische Elemente verbinden sich mit Übungen, die den Bewegungsfluss geschmeidig werden lassen. Die Kräftigung der Körpermitte unterstützt Zentrierung und schenkt ein befreites Körpergefühl. **Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung und Socken.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**1 x Sa, 25.04.2026, 15.00 - 17.00 Uhr****EUR 34,-**

211

Line Dance Latin Style für Einsteiger**MIRIAM MACHATA,***Geprüfte Tanz- und Yogatrainerin*

Wenn du das Tanzen liebst, nette Leute kennenlernen willst und Spaß am Bewegen hast, bist du beim "Line Dance Latin Style" genau richtig. Dieser Kurs ist für alle Altersstufen geeignet. Ein Tanzpartner ist nicht erforderlich. **Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk, bequeme Kleidung und Sportschuhe.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**10 x Mo, ab 23.02.2026, 19.00 - 20.00 Uhr****EUR 80,-**

212

Line Dance Latin Style**für Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger****MIRIAM MACHATA,***Geprüfte Tanz- und Yogatrainerin*

Aufbaukurs zum bisherigen Line Dance Latin Style-Kurs. Die Choreographien entsprechen Leicht-Fortgeschrittenen- bis Fortgeschrittenen-Niveau. **Bitte mitnehmen: Handtuch, Getränk, bequeme Kleidung und Sportschuhe.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**10 x Mo, ab 23.02.2026, 18.00 - 19.00 Uhr****EUR 80,-**

214 ›NEU

Line Dance – Country Style**VALENTINA PEMLER,***Zertifizierte Fitnessstrainerin B-Lizenz*

Hier zählt nur eins: Spaß an Bewegung und Musik – keine Vorkenntnisse nötig. In diesem Kurs bringen wir Country-Liebe und mitreißende Musik auf die Tanzfläche. **Bitte mitbringen: bequemes Schuhwerk und ein Getränk.**

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle**10 x Fr, ab 23.01.2026, 18.30 - 19.30 Uhr****EUR 80,-**

KUNST/ KULTUR- GESCHICH- TE

215

Klassizismus – Antikenrezeption und erhabene Kunst**DR. PHIL. STEFAN SCHMITT, M. A.***Kunsthistoriker*

Der Klassizismus (1770 – 1840) interpretierte die Ideale von Antike und Hochrenaissance neu. Die letztlich platonisch inspirierte Ästhetik dieses Stils ist normativ und knüpft am „Kanon“ der Antike, der Tradition Raffaels und den großen Architekten des Cinquecento an (Palladio).

Altes Feuerhaus, Raum 2.01**1 x Do, 26.02.2026, 18.30 - 20.00 Uhr****EUR 15,-**

2—KULTUR & GESTALTEN

216

Antonio Canova – „Bildhauergott“ des Klassizismus

DR. PHIL. STEFAN SCHMITT, M. A.
Kunsthistoriker

Der wichtigste klassizistische Bildhauer war Antonio Canova (1757 - 1822). Im Gegensatz zu vielen französischen Kollegen war Canova nicht politisch engagiert. Für ihn sollte die Kunst unabhängig von äußerer Zwängen bleiben. In den Werken des venezianischen Bildhauers findet sich das Ideal von "edler Einfachheit und stiller Größe" des deutschen Kunsttheoretikers und Ästheten Winckelmann vollendet wieder.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Do, 26.03.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 15,-

217

Romantik – Subjektivismus, Emotion und moderne Sehnsucht

DR. PHIL. STEFAN SCHMITT, M. A.
Kunsthistoriker

Die deutschen Romantiker standen in Opposition zur rationalen und alles verwissenschaftlichenden Aufklärung. Voller Emotion suchten sie die „progressive Universalpoesie“ und ihrem Pantheismus galt die Natur als Hieroglyphe Gottes. Der weltweit berühmteste deutsche romantische Maler ist Caspar David Friedrich, dessen religiöse Naturmalerei unvergleichlich scheint.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Do, 30.04.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 15,-

218

Pittura Metafisica – Seinsfragen in aller Stille

DR. PHIL. STEFAN SCHMITT, M. A.
Kunsthistoriker

Die Pittura Metafisica entdeckte 1917 um Giorgio de Chirico im Gefolge der Philosophien Schopenhauers und Nietzsches eine befreimende Welt, in deren Szenen Dinge und Menschen beziehungslos und ohne Zusammenhang nebeneinander existieren.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Do, 21.05.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 15,-

219

Deutsche Künstlerfeste im 19. Jahrhundert

DR. PHIL. STEFAN SCHMITT, M. A.
Kunsthistoriker

Der Berufsstand der Künstler war immer organisiert. Mit dem Beginn der Moderne entwickelten sich ab circa 1800 neue gesellschaftliche Strukturen und auch die Künstlerschaft organisierte sich neu in bürgerlichen Vereinen und Berufsverbänden. In zahllosen Festen repräsentierte sich diese auch in der Gesellschaft als besonders wahrgenommene Berufsgruppe.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Do, 18.06.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 15,-

220

Historienmalerei – wie man in Bildern Geschichte erzählte

DR. PHIL. STEFAN SCHMITT, M. A.
Kunsthistoriker

Viele der Hauptwerke der Kunstgeschichte zählen zur Gattung „Historienmalerei“, die in der Gattungshierarchie an der Spitze stand. Der Historienmaler galt als öffentlicher Redner und seine Gattung entstand ab der Mitte des 15. Jahrhunderts. Ihre kanonischen Standards definierte die barocke Akademie und mit der Aufklärung wandelte sich die Gattung hin zur modernen Historienmalerei, um im 19. Jahrhundert spektakulär ihre letzten großen Triumphe zu feiern.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Do, 16.07.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 15,-

ICH DACHTE: IST HALT
EIN BISSCHEN KUNST-
GESCHICHTE. STATTDESEN
WAR'S RICHTIG LEBENDIG.
DER DOZENT WAR TOLL UND
DIE RUNDE WAR SPANNEND.
**NÄCHSTES SEMESTER BIN
ICH WIEDER DABEI.**
TOBIAS, 38 JAHRE

KREATIVES GESTALTEN

221 ›NEU

Workshop auf der Fraueninsel. Ein kreativer Sommertag auf der Fraueninsel – Schreiben, Malen, Fotografieren

SUSANNE MARIA SCHUMACHER,
Journalistin, Coach

„Sei frech und wild und wunderbar“: Frei nach Pippi Langstrumpf wollen wir uns heute selbst überraschen und schreiben, malen, glücklich sein. Im kreativen Tun stärken wir unser Selbstvertrauen und lösen uns von der Anerkennung Anderer. Am Ende des Tages haben wir die Insel in uns selbst entdeckt und kehren beflügelt ans Ufer zurück. **Bitte mitbringen: Schreibzeug und Malsachen. Mittagspause mit eigener Verpflegung. Rauminfo 09.30 Uhr an der Klosterpforte.**

HINWEIS: Die Kosten der Überfahrt sind nicht in den Kursgebühren enthalten! Schiff 09.00 Uhr ab Prien-Stock (ohne Gewähr).

Kursort: Abtei der Benediktinerinnen Frauenwörth im Chiemsee, Frauenchiemsee 50, 83256 Frauenchiemsee.
1 x Sa, 04.07.2026, 09.30 - 16.30 Uhr
EUR 75,-

222

Paper Art – Rosen + Kränze aus alten Buchseiten und Notenblättern

CHRISTINE DE VOGT,
zert. Vera Birkenbihl-Trainerin, Autorin

In meinem Paper Art Kurs "Rosen + Kränze" arbeiten wir mit alten Notenblättern und Buchseiten und gestalten zauberhafte Rosen und/oder verschiedene Kränze. **Materiakosten in Höhe von EUR 5,- sind direkt bei der Kursleitung in bar zu bezahlen.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
1 x Mo, 09.02.2026, 18.00 - 20.30 Uhr
EUR 38,-

BEWIRB DICH ALS DOZENT
VHS-REICHENHALL.DE

223

Paper Art – Kreative + vielseitige Objekte aus alten Büchern

CHRISTINE DE VOGT,
zert. Vera Birkenbihl-Trainerin, Autorin

In meinem Paper Art Kurs "Kreative + vielseitige Objekte" arbeiten wir mit alten Büchern und gestalten einzigartige Objekte. **Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Materiakosten in Höhe von EUR 5,- sind direkt bei der Kursleitung in bar zu bezahlen.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

1 x Mo, 09.03.2026, 18.00 - 20.30 Uhr
EUR 38,-

224

Collagen

CHRISTINE DE VOGT,
zert. Vera Birkenbihl-Trainerin, Autorin

In meinem Kurs "Collagen" gestalten wir aus unterschiedlichen Bildern und verschiedenen Untergründen individuelle „Bild-Kunstwerke“. Wer mag, kann gerne auch eigene Bilder mitbringen. **Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Materiakosten in Höhe von EUR 5,- sind direkt bei der Kursleitung in bar zu bezahlen.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

1 x Mo, 13.04.2026, 18.00 - 20.30 Uhr
EUR 50,-

225

Papiergeschichten

CHRISTINE DE VOGT,
zert. Vera Birkenbihl-Trainerin, Autorin

In meinem Kurs „Papiergeschichten“ gestalten wir Porträts und Bilder auf besondere Art und binden sie in verschiedene Geschichten ein. Eigene Porträts (auch als Kopie) können gerne mitgebracht und mit eingebunden werden. **Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Materiakosten in Höhe von EUR 5,- sind direkt bei der Kursleitung in bar zu bezahlen.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

1 x Mo, 04.05.2026, 18.00 - 20.30 Uhr
EUR 50,-

2—KULTUR & GESTALTEN

265

Schafkopf-Kurs für Anfänger HEINZ MIELEWSKY (alias Sigi Wenz)

Haben Sie schon immer einmal Lust gehabt, ein altes bayerisches Gesellschaftsspiel zu lernen? Wenn Sie gerne mit Menschen zusammen sind, Geselligkeit schätzen, sich in einer gemütlichen Runde entspannen wollen, dabei Ihr Gedächtnis mit komplexen Spielementen trainieren wollen, dann kommen Sie zu uns. Es wird "ohne Einsätze" gespielt. **Kursvoraussetzungen:** Keine. Skript ist in den Kursgebühren enthalten.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

**3 Termine: Mi/Do/Fr, 24./25./26.06.2026,
19.00 - 21.40 Uhr
EUR 90,-**

266

Schafkopf-Kurs für Fortgeschrittene HEINZ MIELEWSKY (alias Sigi Wenz)

Kursvoraussetzungen: Anfängerkurs und mindestens 1 Jahr Spielpraxis. Spielsicherheit in den Varianten Sauspiel, Wenz, Solo. Skript ist in den Kursgebühren enthalten. Frischen Sie Ihre Kenntnisse auf und lernen Sie nette Leute kennen, um vielleicht nach dem Kurs z. B. an einem offenen Schafkopfstammtisch teilzunehmen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

**2 Termine: Mo/Di, 22./23.06.2025,
19.00 - 21.40 Uhr
EUR 75,-**

269

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg / Seminar ANETTE GOHLKE, Trainerin Fachverband Gewaltfreie Kommunikation

Sie möchten Ihre Gefühle und Bedürfnisse mitteilen, ohne andere zu verletzen oder zu kritisieren. Sie wollen empathisch zuhören, Konflikte lösen und schwierige Gespräche vorbereiten. Gewaltfreie Kommunikation hilft, Beobachtungen von Bewertungen und Gefühle von Interpretationen zu trennen, Anliegen klar zu formulieren, auf Einwände zu reagieren, Kooperation zu fördern und Beziehungen zu verbessern. **Mittagspause 60 Minuten.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

**2 x Sa, 28.02. und 07.03.2026, 10.00 - 17.00 Uhr
EUR 114,-**

275

Töpfern - das neue Yoga SUSI HECKEL

Töpfern ist nicht nur ein kreatives Hobby, sondern auch eine Möglichkeit, den stressigen Alltag zu vergessen. Dieser Kurs bietet für jeden Teilnehmer die passende Herausforderung. **Die Kosten für Brennen und Glasieren sind bei der Kursleiterin extra zu bezahlen. Ein weiterer Termin (nach Absprache) ist in der Kursgebühr enthalten.**

Keramik*Kreativ*Zauber, Bad Rhall, Innsbrucker Str. 5 (Hinterhof)

**2 x Mo, ab 23.03.2026, 19.00 - 22.00 Uhr
EUR 74,-**

276

Töpferkurs MARCELLA LEHMANN

Ich nehme dich in die Welt des Tons mit und zeige dir in diesem Kurs, wie du mit Hilfe von Formen und Aufbautechnik Gebrauchsgeräte, Gartenkeramik und vieles mehr herstellen kannst. **Ton-, Brenn-, und Glasurkosten richten sich nach Verbrauch und werden bei der Kursleiterin extra abgerechnet.**

Werkstatt TON.HOLZ.HERZ, Thumseestr. 50 Hinterhof, Bad Reichenhall

**2 x Sa, ab 07.03.2026, 9.00 – 12.00 Uhr
EUR 87,-**

277

Lieblingstasse MARCELLA LEHMANN

In diesem Kurs widmest du deine volle Aufmerksamkeit einem Projekt, nämlich DEINER Lieblingstasse. Die Werkstücke werden von der Kursleitung nach Absprache mit den Teilnehmern glasiert. **Ton-, Brenn-, und Glasurkosten sind inklusiv.**

Werkstatt TON.HOLZ.HERZ, Thumseestr. 50 Hinterhof, Bad Reichenhall

**1 x Mo, 27.04.2026, 19.00 - 21.00 Uhr
EUR 78,-**



278

Workshop "Kleine Lieblingsvasen"

MARCELLA LEHMANN

Ganz nach dem Motto: Das Schönste liegt oft in den kleinen Dingen, stellen wir in diesem Kurs mit unseren Händen und wenigen Hilfsmitteln vier verschiedene kleine Vasen her. Die Werkstücke werden von der Kursleitung nach Absprache mit den Teilnehmern glasiert. **Ton-, Brenn-, und Glasurkosten sind inklusiv.**

Werkstatt TON.HOLZ.HERZ, Thumseestr. 50

Hinterhof, Bad Reichenhall

1 x Fr, 13.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr

EUR 69,-

280

**Intuitives Zeichnen und Malen
Ein Raum der Ruhe und Kreativität**

MIRIAM JORDAN,

Kunstpädagogin

Intuitives Zeichnen & Malen: Lassen Sie Farben, Formen und Gefühle frei fließen. Keine Technik, kein Können nötig, nur Zeit für den eigenen Ausdruck. Entdecken Sie Neues mit Buntstiften, Kreiden, Wasserfarben auf Papier. Meditative Elemente möglich, aber nicht Bedingung. **Bitte eigene Materialien mitbringen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.**

Altes Feuerhaus, Raum 0.02

7 x Mi, ab 25.02.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

EUR 129,-

281

**Freie Malerei mit Acrylfarben –
entdecke den Künstler in Dir!**

EVA MARSCHALL,

Akademische Malerin

In diesem Kurs stehen Inspiration und Kreativität im Mittelpunkt. Eva Marschall, akademische Malerin, begleitet Sie in gemütlicher Atmosphäre in ihrem Privat-Atelier. Unterstützt durch Musik, entstehen ausdrucksstarke Werke mit Acrylfarben. **Die Gebühr beinhaltet das Material (ausgenommen Leinwände).** Leinwände können bei Bedarf direkt bei der Dozentin erworben und bezahlt werden.

Privat-Atelier, Eva Marschall,

Ludwig-Thoma-Str. 10

4 x Do, ab 26.02.2026, 18.00 - 20.30 Uhr

EUR 110,-

282

Workshop Natur-Gartendesign

MARTINA ROMSTÖTTER,

Dipl. Ing. (TU), Gartendesignerin

Wünschen Sie sich einen bunten, pflegeleichten Garten voller Leben? Der Naturgarten bietet heimischer Tierwelt Lebensraum und Ihnen eine pflegeleichte Oase. Im Workshop entdecken Sie vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten, um Ihren Garten in ein Naturparadies für Mensch und Natur zu verwandeln.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

2 x Di, ab 10.03.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

EUR 50,-

283

**Klimagarten –
Vorgärten klimafreundlich gestalten**

CHRISTINE GRUNDNER,

Betriebsinformatikerin

In diesem Kurs bekommen Sie Tipps und Tricks, einen klimafreundlichen Garten, Vorgarten, Wintergarten, Balkon oder Terrasse anzulegen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Mi, 04.03.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

EUR 21,-

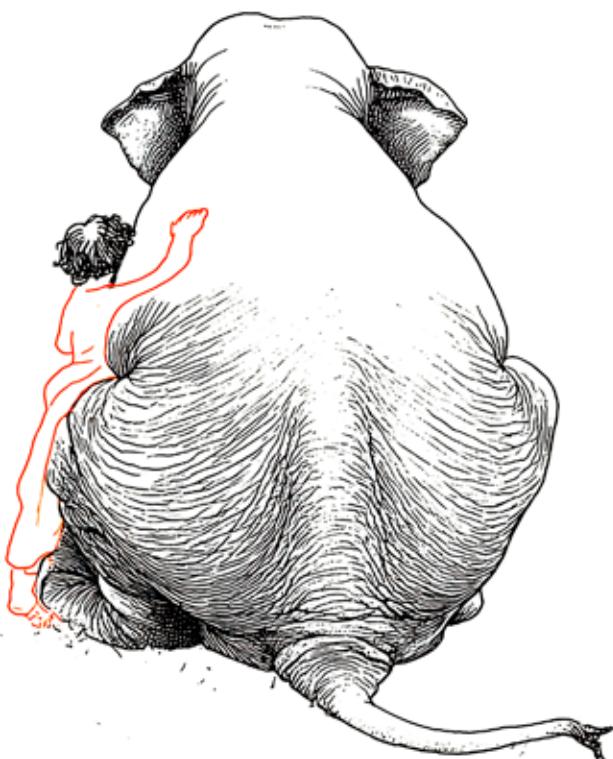
WENN IM GARTEN
LÖWENZAHN DEINE
SCHÖNSTE PFLANZE IST,
UND DEIN APFELBAUM
AUF DAS NACHBARGRUND-
STÜCK UMZIEHEN WILL...
**SCHNELL KLIMA-
FREUNDLICH ANMELDEN
VHS-REICHENHALL.DE**

284

Fotogruppe der Volkshochschule
MARKUS SPRING

Die Fotogruppe begleitet die Teilnehmer und Teilnehmerinnen auf dem Weg vom fotografischen Abbild zum kreativen Ausdruck. Zum ersten Kursabend mitzubringen: 10 Bilder nach freier Wahl als Papierbild oder auf einem USB-Stick. **Der Kurs findet in vorheriger Absprache mit den Teilnehmern teilweise situationsbedingt als Online-Kurs statt.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
5 Termine: Mo, 02.03./04.05./08.06./
06.07./20.07.2026, 19.00 - 21.00 Uhr
EUR 35,-



285

Näh-Treff – für Nähbegeisterte oder solche, die es werden wollen.

Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Ein Näh-Treff, bei dem wir uns austauschen und von einander lernen und so zu einem schönen Ergebnis kommen. Vorkenntnisse sind nicht unbedingt notwendig, Ihr solltet aber eine eigene Nähmaschine haben. Bitte bringt Eure Nähmaschine und alle Utensilien mit, die Ihr benötigt.

Jeden letzten Mittwoch im Monat
von 19.00 bis 21.00 Uhr im "Café Elternzeit",
Tiroler Str. 15, 83435 Bad Reichenhall.
Informationen: Sandra Kunz, Tel. 08651 773-838,
E-Mail: sandra.kunz@lra-bgl.de

299

PIDINGER WERKSTÄTTEN!

Kursangebote in Zusammenarbeit mit der Pidinger Werkstätten GmbH der Lebenshilfe BGL im Jahr 2026:

- **Lesen und Schreiben für Erwachsene**
Kurs A, 30 Doppelstunden
- **Lesen und Schreiben für Erwachsene**
Kurs B, 30 Doppelstunden
- **Töpfern I + II, 77 Doppelstunden**
- **Lesen und Schreiben für Erwachsene**
Kurs C, 30 Doppelstunden
- **Gymnastik & Entspannung, 30 Doppelstunden**
- **Mal- und Werkgruppe, 40 Doppelstunden**
- **Mal- und Werkgruppe-Außenstelle Anger, 23 Doppelstunden**
- **Musik & Singen & Veeh-Harfe Anger, 30 Doppelstunden**
- **Tanz & Spiel, 20 Doppelstunden**
- **Kochen und Backen, 23 Doppelstunden**
- **Kunst & Können I + II, 45 Doppelstunden**
- **Bewegungstherapie, 50 Doppelstunden**
- **Wandern & Kultur, 20 Doppelstunden**
- **Standfest & Fit I, 20 Doppelstunden**
- **Standfest & Fit II, 20 Doppelstunden**
- **Rio abierto – Tanzangebot, 20 Doppelstunden**

Bayerisches Staatsministerium für
Unterricht und Kultus





ALPENSTOFF. DAS BIER DER BERGE

So kraftvoll, klar und doch harmonisch mild.
Mit seiner jährlichen DLG-Goldmedaille
erstürmt DAS BIER DER BERGE die Gipfel des
besonderen Biergeschmacks.
Lassen Sie Ihren Geschmack entscheiden.
Und entdecken auch Sie diesen Gipfel
bayerischer Braukunst für sich.

INFO - TEL. 08651 - 608-0
WWW.ALPENSTOFF.DE



Ein Spitzenprodukt der
privaten Alpenbrauerei
Bürgerbräu Bad Reichenhall

pwlh.



AUSBILDUNG & PRAKTIKUM

- Freiwilligendienst
- Praktikum
(Ergotherapie, FOS ...)
- Ausbildung
Heilerziehungspflege
- Duales Studium

Probieren Sie's doch
einfach aus!



Wir bieten
Menschen mit
Behinderung

- berufliche Teilhabe
- Bildung & Assistenz
auf Augenhöhe,
- Selbstwirksamkeit
- Raum zur Entwicklung
- der Persönlichkeit

www.pwlh.de

PRODUKTION & DIENSTLEISTUNG

Gerne informieren
wir Sie ausführlich!

- Metallbau
- Schreinerei / Holz
- Küche / Hauswirtschaft
- Montage / Verpackung
- Wäscherei
- ausgelagerte
Arbeitsplätze

UPDATE GEFÄLLIG?

Unser neues *Kursprogramm* ist online!

Bildungszentrum Traunstein

Handwerkskammer
für München und Oberbayern

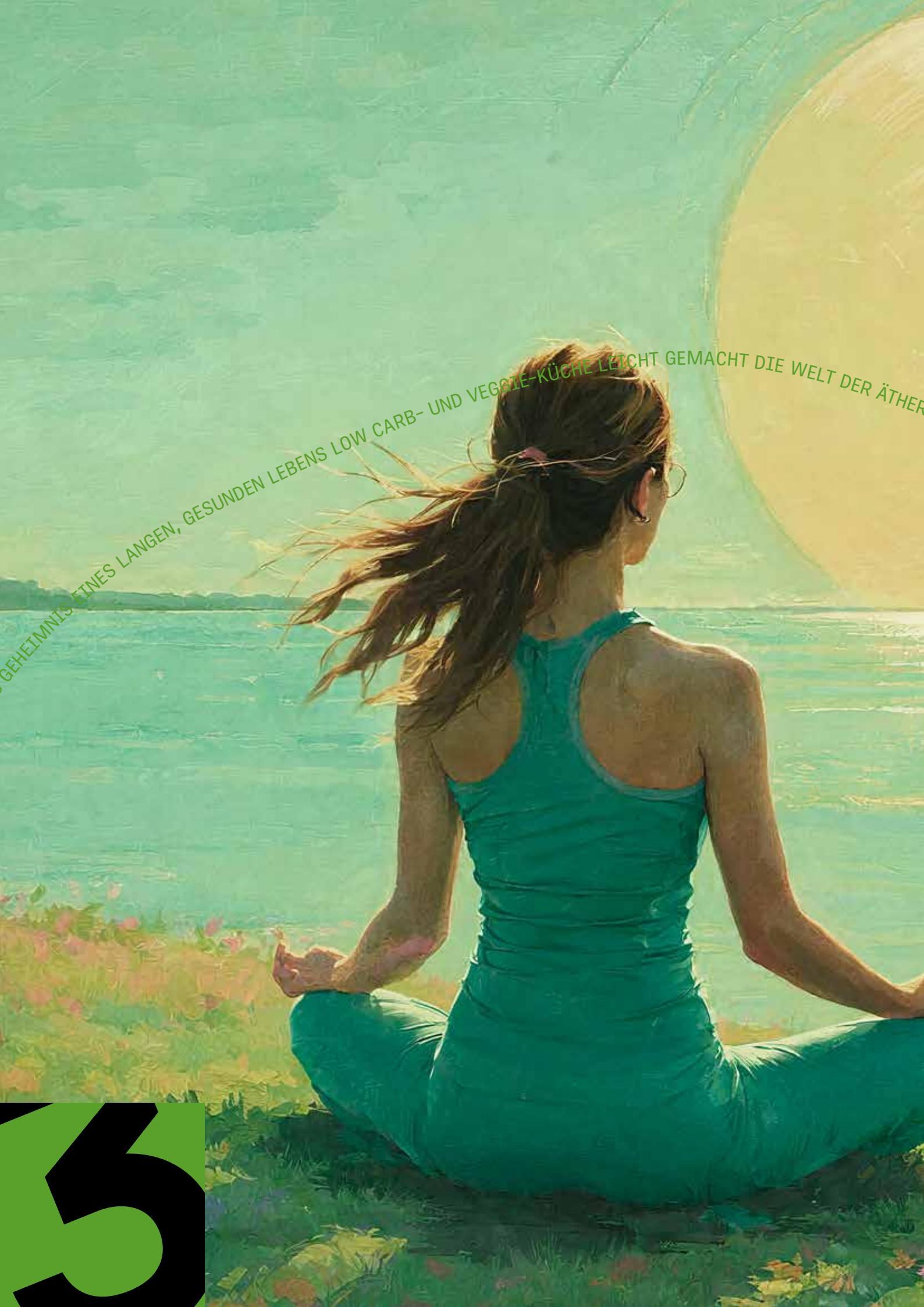


Freie Plätze
sichern!
hwk-muenchen-bildung.de

DAS HANDWERK

GEHEIMNIS EINES LANGEN, GESUNDEN LEBENS LOW CARB- UND VEGGIE-KÜCHE LEICHT GEMACHT DIE WELT DER ÄTHER

6





ÖRISCHEN ÖLE ERLEBEN! DIE GESUNDHEIT LIEGT IN DEN FÜSSEN HARMONYOGA RÜCKENFT SOMA

**BRING UNS
DEIN BEING.
WIR GEBEN
DIR DAS WELL.**

Check unsere Kurse für
Gesundheit und Ernährung

GESUNDHEIT & ERNAHRUNG

ERNÄHRUNG

3004

**Mit Messer und Gabel
gegen Arthrose und andere Beschwerden
des Bewegungsapparates**
CARMEN KRAUS, Kneipp-Gesundheitstrainerin
SKA, Gesundheitsberaterin GGB

Erfahren Sie in diesem Kurs mehr darüber, wie Sie mit Messer und Gabel gegen Beschwerden wie Probleme mit den Bandscheiben, Osteoporose, Arthrose oder Arthritis angehen oder dafür sorgen können, dass sie erst gar nicht entstehen. Bitte zum Kurs mitbringen: Schürze, Haargummi für langes Haar und Behälter zum Mitnehmen der Reste. Die Materialkosten in Höhe von 5 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

**Mittelschule Zenostr., Lehrküche UG
(Eingang Grundschule)**
1 x Mi, 04.03.2026, 18.00 - 21.00 Uhr
EUR 25,-

3005

**Zurück zum Wohlfühlgewicht – ohne
Hungerkur, dafür mit Genuss und Spaß**
CARMEN KRAUS, Kneipp-Gesundheitstrainerin
SKA, Gesundheitsberaterin GGB
In diesem Kurs lernen Sie die vitalstoffreiche Vollwertküche kennen, die nicht nur die Pfade purzeln lässt, sondern auch ein ganz neues Lebensgefühl weckt. Bitte zum Kurs mitbringen: Schürze, Haargummi für langes Haar und Behälter zum Mitnehmen der Reste. Materialkosten in Höhe von 5 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

**Mittelschule Zenostr., Lehrküche UG
(Eingang Grundschule)**
1 x Do, 12.03.2026, 18.00 - 21.00 Uhr
EUR 25,-

3006

**Pasta – Pasta
Pasta-Genuss ohne Reue**
CARMEN KRAUS, Kneipp-Gesundheitstrainerin
SKA, Gesundheitsberaterin GGB

Vollwertige, gesunde Pasta-Gerichte – Pasta und Sauce - selber machen für Jedermann mit und ohne Küchenmaschine. Bitte bringen Sie folgendes mit: Schürze, Haargummi für langes Haar, Behälter für Pasta und Sauce zum Mitnehmen sowie eine Portion Spaß und Hunger.

**Mittelschule Zenostr., Lehrküche UG
(Eingang Grundschule)**
1 x Do, 16.04.2026, 18.00 - 21.00 Uhr
EUR 56,-

3007

**Longevity oder das Geheimnis eines langen,
gesunden Lebens**
VERENA FEIFEL,
M.Sc. der Ernährungswissenschaften

Alt werden will jeder - alt sein keiner. Wie wir fit, wach, aktiv und neugierig bleiben, möglichst bis ins hohe Alter, ist das Thema dieses Vortrags. Wir schauen uns an, welche Faktoren unser Altern beeinflussen und was die Wissenschaft heute wirklich über Ernährung, Bewegung, Gene und Geist weiß.

Altes Feuerhaus, Raum 0.06
1 x Do, 12.03.2026, 19.00 - 20.30 Uhr
EUR 15,-

3—GESUNDHEIT & ERNÄHRUNG

3008

Kochkurs

Low Carb- und Veggie-Küche leicht gemacht

VERENA FEIFEL,

M.Sc. der Ernährungswissenschaften

Hier erfährst du, wie du mit schnellen einfachen Rezepten auch mal auf Fleisch verzichten kannst und darauf achtest, dass du hochwertige Kohlenhydrate zu dir nimmst. Die vegetarischen Gerichte zeigen dir, wie du dich leicht, ausgewogen und gesund ernährst und dabei den Fokus auf deine Gesundheit setzt. **Bitte mitbringen: Schürze und Schreibzeug.** Materialkosten in Höhe von 10,- € sind bei der Kursleiterin abzurechnen.

**Mittelschule Zenostr., Lehrküche UG
(Eingang Grundschule)**

1 x Fr, 20.03.2026, 17.00 - 20.30 Uhr

EUR 49,-

3009

Indische und pakistanische Küche

TAHIR NAEEM

Erleben Sie die bunte und aromatische Welt der Küche aus Indien und Pakistan, kochen Sie ein traumhaftes Menü und genießen Sie das gemeinsame Abendessen. **Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, scharfes Messer, Schäler, Getränk, Behälter.** Die Lebensmittelkosten in Höhe von 20,00 € werden mit dem Dozenten verrechnet.

**Mittelschule Zenostr., Lehrküche UG
(Eingang Grundschule)**

1 x Fr, 17.04.2026, 17.00 - 21.00 Uhr

EUR 29,-

3010

Thailändische Küche

PIYAWADEE ROHITARACHOON-HAAS

Wenn thailändische Gerichte zu Ihren Lieblingsgerichten gehören und Sie eine andere Kochkunst entdecken möchten, ist dieser Kochkurs genau das Richtige für Sie. **Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, scharfes Messer, Schäler, Getränk, Behälter.** Die Lebensmittelkosten in Höhe von 20,00 € werden mit der Dozentin verrechnet. Anmeldeschluss: 05.06.2026.

**Mittelschule Zenostr., Lehrküche UG
(Eingang Grundschule)**

1 x Fr, 12.06.2026, 17.00 - 21.00 Uhr

EUR 29,-

GESUND- HEIT UND MEHR

301

Aromaöle –

Die Welt der ätherischen Öle erleben!

SABINE WEINERT

Aromatherapie fördert das ganzheitliche Wohlbefinden für Erwachsene und Kinder in Form von Raumbedeutungen, Einreibungen, Riechsalzen, Massagen und ist vielseitig anwendbar. **Bitte mitbringen: ein mittelgroßes Handtuch und Schreibutensilien,** Materialkosten: 5 € pro Person (bei der Kursleitung zu bezahlen).

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Sa, 18.04.2026, 09.30 - 12.30 Uhr

EUR 49,-

302 ›NEU

Pumperlgund ins Frühjahr –

Mit natürlicher Kraft neu durchstarten

HEIKE PROKISCH, Heilpraktikerin

In diesem kompakt gehaltenen Seminar erfahren Sie, wie Sie mit einfachen natürlichen Methoden – von heimischen Heilpflanzen über gezielte Bewegung bis hin zu einem besseren Verständnis Ihrer wichtigsten Laborwerte – vital ins Frühjahr starten können. **Bitte mitbringen: Schreibutensilien.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

1 x Fr, 13.05.2026, 15.00 - 18.00 Uhr

EUR 33,-

WUSSTEST DU, DASS DU NIE
GLEICHZEITIG DURCH BEIDE
NASENLÖCHER ATMEST?
SIEHSTE.
**DURCHATMEN, ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE**

303

Die Gesundheit liegt in den Füßen*BARBARA SPINDLER, Reflexologin*

Die Fußreflexzonenmassage wird angewendet zur Stärkung des Immunsystems, zur Anregung der Selbstheilungskräfte, zur Schmerzlinderung und zur Entspannung. In diesem Vortrag erfahren Sie vieles über das Thema Fußreflexzonen und die Möglichkeiten, sich selbst etwas Gutes zu tun.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**1 x Do, 26.03.2026, 19.00 - 21.00 Uhr****EUR 18,-**

304

Gesundheit ist ein Informationsproblem*CARMEN KRAUS, Kneipp-Gesundheitstrainerin
SKA, Gesundheitsberaterin GGB*

Von unseren heutigen Zivilisationskrankheiten sind viele Menschen in irgendeiner Form betroffen: Gefäßkrankheiten, Stoffwechselkrankheiten, Erkrankungen des Bewegungsapparates, Allergien und vieles mehr. Sie fragen sich, woran das liegt, obwohl unsere moderne Medizin immer besser wird?

Altes Feuerhaus, Raum 2.01**1 x Di, 24.02.2026, 19.00 - 21.00 Uhr****EUR 10,-**

305 >NEU

Vitalpilze: Heilkräfte der Pilze entdecken*ANNA HEINISCH, Wildnispädagogin und
PilzCoach*

Pilze sind nicht nur kulinarisch ein Highlight, sondern entfalten auch für unsere Gesundheit zahlreiche positive Wirkungen. Wir tauchen ein in das faszinierende Reich der Vitalpilze, lernen verschiedene Vitalpilzarten sowie ihre Anwendungsbereiche kennen und stellen eine Tinktur sowie einen Tee her.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**1 x Do, 26.02.2026, 18.30 - 20.30 Uhr****EUR 38,-**

ALLE INFOS ZU DEN KURSEN.
JEDERZEIT.
VHS-REICHENHALL.DE

308

Schulter-Nacken-Spezial - Freiheit und Beweglichkeit im Schultergürtel*CLAUDIA GOLDSCHMITT,
Diplomierte Tanzpädagogin*

Der Schultergürtel ist von zentraler Bedeutung für eine gesundheitsförderliche Körperhaltung und für die Beweglichkeit. Über Übungen sowie anatomisches Wissen, finden wir wieder zu mehr Weite und Gelöstheit im Schultergürtel. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Socken.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**1 x Fr, 12.06.2026, 14.30 - 16.30 Uhr****EUR 34,-**

311 >NEU

Gelassen bleiben, wenn's stressig wird – Resilienz-Workshop*TERESA KNOTT, Heilpraktikerin*

In diesem Workshop lernen Sie, Ihre innere Widerstandskraft zu stärken und gelassener mit den täglichen Herausforderungen umzugehen. Gemeinsam entdecken wir, wie Sie Stressreaktionen frühzeitig erkennen und beeinflussen können. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**1 x Sa, 28.02.2026, 09.00 - 12.00 Uhr****EUR 38,-**

316

Deine Rückengesundheit – Übungen für den Alltag*CORNELIA GREINER,
Pilatestrainerin und Yogalehrerin (BYV)*

Mit Kräftigungsübungen, u.a. aus Rückenschule, Yoga und Pilates, lernen Sie verschiedene Möglichkeiten zur Stärkung Ihres Rückens und zur Verbesserung der Beweglichkeit kennen. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Decke.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**1 x Sa, 07.03.2026, 10.00 - 13.00 Uhr****EUR 38,-**

3—GESUNDHEIT & ERNÄHRUNG

318A

Loslassen lernen mit Yin Yoga & Yoga Nidra – Einführungskurs**SABINE SAVITRI KELLERHALS,**
Yogalehrerin BYV, Yogatherapeutin BYAT

Yin Yoga ist ein ruhiger und sanfter Übungsstil, der stressreduzierend wirkt. Er ergänzt dynamische Yogastile und Sportarten ideal und bietet zugleich einen guten Einstieg für Menschen ohne Yogaerfahrung. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eigene Matte und eine Decke.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
1 x Fr, 26.06.2026, 15.00 - 18.00 Uhr
EUR 38,-

318B

Hormonyoga nach Dinah Rodrigues**SABINE SAVITRI KELLERHALS,**
Yogalehrerin BYV, Yogatherapeutin BYAT

Dinah Rodrigues entwickelte eine Yoga-Übungsreihe, die die weibliche Hormonproduktion anregt. Sie eignet sich besonders für Frauen mit Kinderwunsch, Wechseljahrbeschwerden oder zur vorbeugenden Unterstützung ab 35 Jahren. Nicht geeignet nach Operationen im Bauch- oder Leistenbereich, sowie hormonabhängigen Krebserkrankungen. **Bei größeren Myomen oder schwerer Endometriose vorher ärztlichen Rat einholen.** Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und eine eigene Matte. Eine einstündige Mittagspause ist eingeplant.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
1 x Sa, 27.06.2026, 10.00 - 18.00 Uhr
EUR 75,-

BÜCKEN: ÄÄCHZ!
 STRECKEN: OOOCHZ!
 TREPPE: PPFFFFF!
 KENNST DU?
**DAGEGEN HILFT NUR
 EIN WORT: ANMELDEN.
 VHS-REICHENHALL.DE**

319

Therapeutisches Ausdrucksmalen – Förderung der Kreativität - Kommunikation mit sich selbst - Frieden schließen bei Krankheit - Es wird mit Fingern auf Papier gemalt!**EVA MARSCHALL,**
Akademische Malerin und Maltherapeutin

Eva Marschall, ausgebildete Maltherapeutin (zwei-jährige Ausbildung im Atelier Spaltenegg), führt Sie in die Welt des Ausdrucksmalens nach Arno Stern ein, bei dem mit den Fingern auf festem Papier und in vorgegebenem Format mit hochwertigen LASCAUX Resonance® Farben gemalt wird – eine neue Art der Kommunikation mit sich selbst, inklusive Materialkosten.

Privat-Atelier, Eva Marschall, Ludwig-Thoma-Str. 10
4 x Fr, ab 20.03.2026, 15.00 - 17.00 Uhr
EUR 130,-

ENTSPAN- NUNG / STRESS- BEWALTI- GUNG

322 ›NEU

Zeit für dich - Einstieg in Hatha Yoga
JANINE THOMA, Yogalehrerin

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen des Hatha Yoga kennen. Ideal für Einsteiger sowie alle, die Yoga in einem ruhigen Tempo und mit klarer Anleitung kennenlernen möchten. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Yogamatte und, falls vorhanden, eine Decke.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
8 x Mi, ab 28.01.2026, 19.15 - 20.30 Uhr
EUR 80,-

323

Yin Yoga am Morgen**ULRIKE OSWALD**, Mental- und Vitaltraineerin

Gönne dir körperliche und mentale Entspannung! Yin Yoga ist eine sanfte, aber tiefgehende Praxis, die Körper und Geist auf eine ganz besondere Weise entspannt und regeneriert. **Bitte mitbringen: Sportkleidung, Getränk, evtl. eigene Matte.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**8 x Di, ab 27.01.2026, 09.00 - 10.00 Uhr****EUR 70,-**

ICH BIN 64 – UND SO WOHL
HAB ICH MICH LANGE NICHT
MEHR GEFÜHLT.
YOGA TUT MIR EINFACH GUT.

Elisabeth

324A

**Hatha-Yoga
(keine Teilnahmevoraussetzungen)****zertifizierter Präventionskurs gem. § 20 SGB V****CLAUDIA ABEL-LANG**, Yogalehrerin BDY/EYU

Mit Körper- und Atemübungen stärken wir die Gesundheit, harmonisieren den Atem und schaffen Entspannung. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eigene Matte, Socken, Handtuch oder Decke.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**8 x Do, ab 29.01.2026, 18.30 - 19.30 Uhr****EUR 72,-**

324B

Hatha-Yoga**für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen****zertifizierter Präventionskurs gem. § 20 SGB V****CLAUDIA ABEL-LANG**, Yogalehrerin BDY/EYU

Voraussetzung für die Anmeldung ist die Teilnahme an einem Basiskurs. Wir bauen mit komplexen Übungsreihen auf dem Gelernten auf. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eigene Matte, Socken, Handtuch oder Decke.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**8 x Do, ab 29.01.2026, 19.30 - 21.00 Uhr****EUR 107,-**

325 ›NEU

Mit Yoga aktiv in den Tag –**Sonnengrüße & Pranayama****NICOLE STALLER**, Yogalehrerin (Yoga Alliance)

Starten Sie kraftvoll und energiegeladen in den Tag! Diese Yogastunde kombiniert aufweckende Pranayama-Atemübungen mit Sonnengrüßen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eigene Matte/Kissen.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**6 x Do, ab 29.01.2026, 09.30 - 10.30 Uhr****EUR 65,-**

326

Hatha Yoga - Yoga 60+/-**zertifizierter Präventionskurs gem. § 20 SGB V****ELIZABETH BAUREGGER**, Yogalehrerin BYO/EYU

Die Bewegungsabfolgen des Yoga werden achtsam und sanft durchgeführt und den individuellen Möglichkeiten der Teilnehmenden angepasst, so dass sich die heilsame Wirkung gut entfalten kann. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eigene Matte, Socken und Kissen.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**10 x Mo, ab 02.03.2026, 15.00 - 16.15 Uhr****EUR 88,-**

327

Hatha-Yoga - Yoga kennt kein Alter –**mit Übungen im Stehen und Sitzen****zertifizierter Präventionskurs gem. § 20 SGB V****ELIZABETH BAUREGGER**, Yogalehrerin BYO/EYU

Die Übungen erfolgen nicht auf dem Boden, sondern im Stehen oder auf dem Hocker. Alle gezeigten Übungen sind an die jeweilige körperliche Verfassung angepasst. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eigene Matte, Socken und Kissen.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**10 x Di, ab 03.03.2026, 15.00 - 16.15 Uhr****EUR 88,-**

SIE KÖNNEN DAS HIER ECHT LESEN? WOW, WAS FÜR GUT!

3—GESUNDHEIT & ERNÄHRUNG

330 >NEU

Yoga & Klang - Entspannung zum Aufatmen

CORNELIA GREINER, Pilatestrainerin und
Yogalehrerin (BYV)

Wir verbinden sanfte Yoga-Übungen (Asanas) mit bewusster Atmung und harmonisierenden Klangschalen. Gemeinsam lösen wir Verspannungen, fördern Beweglichkeit und stärken das Nervensystem. Keine Vorkenntnisse notwendig. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Decke.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

12 x Do, ab 05.02.2026, 15.30 - 16.30 Uhr

EUR 85,-

331

Yogilates

für Wiedereinsteiger mit Vorkenntnissen

CORNELIA GREINER, Pilatestrainerin und
Yogalehrerin (BYV)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen. Fit mit den Elementen nach Pilates und Yoga, die harmonisch miteinander verbunden werden. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Kissen.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

12 x Do, ab 05.02.2026, 16.45 - 18.15 Uhr

EUR 110,-

332A

Tai Chi Ch'uan und die Feldenkrais-Methode

ANDREAS LANGHAMMER,
liz. Feldenkrais- und Tai Chi-Lehrer

In diesem Kurs für Anfänger lernen Sie beide Methoden kennen. Der Kurs ist für jedes Alter geeignet. Alle Bewegungen werden sanft angeleitet. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken oder geeignete Schuhe, Decke.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

15 x Di, ab 03.02.2026, 19.15 - 20.15 Uhr

EUR 125,-

332B

Tai Chi Ch'uan für Fortgeschrittene

ANDREAS LANGHAMMER,

liz. Feldenkrais- und Tai Chi-Lehrer

Vertiefen Sie Ihre Tai-Chi-Praxis mit fließenden Bewegungsfolgen, innerer Achtsamkeit und präziser Technik - für mehr Energie und innere Stärke.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken oder geeignete Schuhe, Decke.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

15 x Di, ab 03.02.2026, 18.15 - 19.15 Uhr

EUR 125,-

335

Qi Gong für Alle

MARION PFISTERER,

Qi-Gong und Tai Chi-Lehrerin

Qi Gong ist ein alter, fernöstlicher Übungsweg, in welchem durch das Zusammenspiel von Bewegung, Vorstellung und Meditation das Qi (Lebensenergie) gestärkt werden soll. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

8 x Mi, ab 11.02.2026, 18.10 - 19.10 Uhr

EUR 65,-

336

Duft & Klang - ein Entspannungsabend

BARBARA SPINDLER, Klangmassagepraktikerin

Ein Abend zum Entspannen mit Düften von Kräutern und Harzen und den Klängen und Schwingungen von Klangschalen. Zeit für Körper, Geist und Seele, um sich Gutes zu tun und für das eigene Wohlbefinden. **Bitte mitbringen: Kissen, bequeme Kleidung, Decke.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

1 x Fr, 17.04.2026, 18.30 - 21.00 Uhr

EUR 28,-

**PASSENDEN KURS GEFUNDEN?
EINFACH ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE**

TE AUGEN UND HABEN SIE LUST DIESEM TEXT BIS ZU UNSERER KLEINEN INFOEINSCHALTUNG ZU FOLGEN.

337

Die Seele baumeln lassen – Fantasiereisen**mit Klangschalen und Chakren-Yoga****CORNELIA GREINER,***Pilatestrainerin und Yogalehrerin (BYV)*

Die Kombination von beruhigenden Klangschalen und einfachen Yoga-Übungen sorgt in diesem Workshop für Entspannung und bietet Erholung vom alltäglichen Stress. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Decke.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**1 x Sa, 21.03.2026, 19.00 - 21.00 Uhr****EUR 25,-**

338

Somatic Breathwork - Atem neu erleben*PATRICIA SCHMÖLZ, Somatic Breath Coach*

In diesem Kurs lernst du, wie du durch bewusste Atem- und Körperarbeit mehr Ruhe, Entspannung und innere Balance findest. Der Kurs ist praxisnah und alltagstauglich. **Bitte mitbringen: Getränk, bequeme Kleidung, dicke Socken, evtl. eine Decke und ein (Meditations-)Kissen.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**5 x Fr, ab 06.02.2026, 15.30 - 16.30 Uhr****EUR 50,-**

340

Stressmanagement und Meditation**WALTER BERGER,***Mediationslehrer in der Kriya Yoga Tradition*

Fühlen Sie sich permanent gestresst? Mit diesem Kurs erhalten Sie praktische Anleitungen für ein wirkungsvolles Stressmanagement und zur entspannenden Meditation. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, eine kuschelige Decke, Schreibutensilien, Lieblingsgetränk.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**3 x Sa, ab 28.02.2026, 15.00 - 16.30 Uhr****EUR 48,-**

341 ›NEU

Herzverbindung – Ein Weg zurück zu deinem inneren Kompass**KATRIN ANGERER, Meditationslehrerin**

In diesem Meditationskurs wirst du Schritt für Schritt durch Atem- und Herzmeditationen, Körperreisen und Übungen zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele geführt. So entsteht eine stabile Meditationspraxis für deinen Alltag. **Bitte mitbringen: Decke und evtl. eigene Matte.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**Kurs A****5 x Mi, ab 25.02.2026, 16.00 - 17.00 Uhr****EUR 48,-****Kurs B****5 x Fr, ab 27.02.2026, 18.15 - 19.15 Uhr****EUR 48,-**

SEIT OMA EURE KURSE
BESUCHT, IST SIE MORGENS
IMMER VOR MIR IM BAD.
LÖSUNG: AUCH ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE

BEWEGUNG /

FITNESS

351 ›NEU

Lebensfreude in Bewegung - Balance & Flexibilität & Rhythmus 65+**MIRIAM MACHATA,***geprüfte Tanz- und Yogatrainerin*

Sanfte, fließende Bewegungsfolgen fördern Gleichgewicht, Körperausrichtung und Anmut – leicht und musikalisch. Im zweiten Teil lädt Yin Yoga zum Loslassen ein. Ideal für Menschen mit Lebenserfahrung, ganz ohne Vorkenntnisse. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Schuhe, Getränk.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**10 x Mo, ab 23.02.2026, 17.00 - 18.00 Uhr****EUR 80,-**

3—GESUNDHEIT & ERNÄHRUNG

353

Gymnastik mit Musik für die Altersgruppe 65+

HEDWIG ROLFS-HAMMERL, Physiotherapeutin

Ein Angebot für die Erhaltung der Beweglichkeit bis ins hohe Alter - die wechselnden Übungen werden an die gesundheitlichen Möglichkeiten der Teilnehmer angepasst. **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Handtuch und Socken.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

10 x Di, ab 03.03.2026, 10.30 - 11.30 Uhr

EUR 65,-

354

Rücken- und Bauchtraining *zertifizierter Präventionskurs gem. § 20 SGB V*

VRENI SCHWEIGER, Dipl.-Sportwiss. Univ.

Mit gezielten Übungen und dem Einsatz von Klein-geräten, trainieren und stärken wir die Rumpfmus-kulatur. Ein abschließender Dehnteil rundet den Kurs ab. **Bitte mitbringen: Handtuch, Trainingsmatte, bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, Getränk.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

10 x Mi, ab 04.02.2026, 09.00 - 10.00 Uhr

EUR 80,-

355 >NEU

Fit durchs Alter – Ganzkörpertraining für Senioren

KARIN KAMML-SCHWEIGER, Präventions-
trainerin für Haltung und Bewegung (BSA)

Bewegung hält jung! Dieser Kurs stärkt Muskeln, Gelenke und Koordination mit sanften Übungen, die individuell angepasst werden. Für Einsteiger und Wiedereinsteiger bestens geeignet! **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Handtuch, evtl. Getränk.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

5 x Fr, ab 17.04.2026, 10.15 - 11.15 Uhr

EUR 40,-

DU KANNST REISETASCHEN
HÄKELN? BRING'S DOCH
AUCH DEN ANDEREN BEI!
BEWIRB DICH ALS DOZENT.
VHS-REICHENHALL.DE

356

Sturzprophylaxe

KARIN KAMML-SCHWEIGER, Präventions-
trainerin für Haltung und Bewegung (BSA)

Das effektive und auch für Einsteiger leicht anzuwen-dende Bewegungsprogramm dient der Verbesserung der Balance, Kraft und Ausdauer. Damit soll das Sturz-
risiko verringert und das Körperbewusstsein gestärkt werden. **Bitte mitbringen: Gymnastikschuhe oder
rutschfeste Socken, bequeme Kleidung, evtl. etwas
zu Trinken.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

5 x Fr, ab 06.02.2026, 10.15 - 11.15 Uhr

EUR 40,-

358

Rückenfit

KARIN KAMML-SCHWEIGER, Zumba®-
Instructor, Präventionstrainerin für Haltung und
Bewegung (BSA), Aerobic-Trainerin (HIIT)

Dieses spezielle Training dient der Mobilisation, Stabi-lisation und Kräftigung der Rückenmuskulatur. Auch erfahren wir durch gezielte Übungen, wie wir unse-ren Alltag rückengerechter gestalten können. **Bitte
mitbringen: bequeme Kleidung, Trainingsmatte,
Handtuch, evtl. ein Getränk.**

Schule Heilingbrunnerstraße Gymnastikraum

10 x Mo, ab 02.02.2026, 18.00 - 19.00 Uhr

EUR 82,-

359

Gymnastik für die Frau ab 50

HANNELORE PEMLER, Übungsleiterin,
Z-Aquatrainierin

Gezielte Übungen zur Stärkung der Beckenboden-
muskulatur, Bauch- und Rückenmuskulatur, Gleich-
gewichtsübungen sowie Arm- und Beintraining. Wir
arbeiten mit Therabändern, Stäben und Bällen. **Bitte
mitbringen: bequeme Kleidung, Turnmatte.**

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle

12 x Do, ab 29.01.2026, 18.00 - 19.00 Uhr

EUR 78,-

360 ›NEU vhs.online

Beckenboden-Balance - nicht nur für Frauen
JESSICA KÜHN, Fitnesstrainerin B-Lizenz

Die Stärke der Mitte beginnt mit einem ausgewogenen Beckenboden. In diesem Kurs lernen wir mit gezielten Bewegungen und Atemübungen die Körpermitte bewusst wahrzunehmen und zu unterstützen. Der Kurs findet über Microsoft Teams statt. Den Link dazu erhalten Sie vor Kursbeginn. **Bitte bequeme Kleidung tragen und einen ruhigen Platz herrichten, mit Matte und etwas zu trinken.**

vhs-online-Kurs

10 x Fr, ab 16.01.2026, 10.00 - 11.00 Uhr
EUR 67,-

361

Tabata-Workout – das effektive Fatburner-Training für mehr Fitness
KATARZYNA ZIMMERMANN, Fitness- und Personaltrainerin

Entdecke unseren energiegeladenen Tabata-Kurs! In kurzen, intensiven Intervallen trainierst du Kraft und Ausdauer, verbrennst Kalorien und steigerst dein Wohlbefinden. **Bitte mitbringen: Handtuch und ein Getränk.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
8 x Mi, ab 04.02.2026, 17.10 - 18.00 Uhr
EUR 65,-

362

Faszientraining
KARIN KAMML-SCHWEIGER, Zumba®-Instructor, Präventionstrainerin für Haltung und Bewegung (BSA)

Faszien sind entscheidend für unsere Körperhaltung. In unserem Training stellen gezielte Übungen das Gleichgewicht von Faszien und Muskeln wieder her, lösen Verspannungen und verbessern die Belastbarkeit. **Bitte mitbringen: Trainingsmatte, leichte Sportkleidung, Turnschuhe und ein Getränk.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
7 x Fr, ab 27.02.2026, 08.45 - 10.00 Uhr
EUR 72,-

363

Indian Balance® – ein Achtsamkeits- und Kräftigungstraining
CLAUDIA GOLDSCHMITT, Diplomierte Tanzpädagogin

Indian Balance® ist ein fließendes Ganzkörpertraining, das den gesamten Körper mobilisiert und kräftigt. Die atmosphärische Klangwelt indianischer Musik begleitet die Übungen. Indian Balance® eignet sich für Menschen aller Altersgruppen und Fitnessniveaus. **Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung und Socken.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
1 x Sa, 09.05.2026, 10.00 - 12.00 Uhr
EUR 34,-

364 ›NEU

Faszientraining kompakt – das Elixier für unsere Gesundheit
CLAUDIA GOLDSCHMITT, Diplomierte Tanzpädagogin

Faszien – das faszinierende „Netzwerk des Lebens“ – durchziehen unseren gesamten Körper. In diesem kompakten Kurs lernen Sie, wie Sie Ihr Fasziengewebe elastisch, kräftig und gesund halten können. **Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung und Socken.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
1 x Fr, 20.03.2026, 15.00 - 16.30 Uhr
EUR 26,-

365

Pilates – *zertifizierter Präventionskurs gem. § 20 SGB V*
VRENI SCHWEIGER, Dipl.-Sportwiss. Univ.

Pilates ist eine effektive Trainingsmethode, bei der unter Anwendung einer speziellen Atemtechnik, die Muskeln des ganzen Körpers gestärkt werden. Keine Vorkenntnisse nötig! **Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe oder Socken, Handtuch**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
10 x Mi, ab 04.02.2026, 10.00 - 11.00 Uhr
EUR 80,-

3—GESUNDHEIT & ERNÄHRUNG

366

Pilates-Balance

LYDIA DUFTER, DOSB-Übungsleiterin Haltung- und Bewegung, zert. Pilatesstrainerin BTV

Im Pilates-Training aktivieren wir die tiefliegende Muskulatur, stabilisieren das Körperzentrum und kräftigen Bauch, Beckenboden und Rücken. Für Einsteiger und Fortgeschrittene. **Bitte mitbringen:** Handtuch und ABS-Socken.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

8 x Mo, ab 26.01.2026, 10.30 - 11.30 Uhr
EUR 65,-

367

Core-Training - Für eine starke Körpermitte

LUCIANO LEROSE,
 selbständiger Fitness- und Personaltrainer

Dieses Core-Training (englisch für "Kern" bzw. "Mitte") ist ein Ganzkörpertraining, mit dem Schwerpunkt auf die Stärkung der Rumpf- und Tiefenmuskulatur. Sie lernen verschiedene Übungen zur Mobilisation und Kräftigung des ganzen Körpers. **Bitte mitbringen:** Sportbekleidung, eigene Matte, Getränk.

Schule Heilingbrunnerstraße Gymnastikraum

10 x Mo, ab 12.01.2026, 19.10 - 20.10 Uhr
EUR 88,-

368

BURN – Dein Power-Bootcamp mit Musik und Motivation

VALENTINA PEMLER,
 Zertifizierte Fitnessstrainerin B-Lizenz

In diesem mitreißenden Fitnesskurs bringen wir Beine, Po und Ausdauer auf Hochtouren. Fühl die Energie, spür das Brennen – und wachse über dich hinaus! Bitte mitbringen: Trainingsmatte, Sportbekleidung, Handtuch und Getränk.

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle

10 x Fr, ab 23.01.2026, 17.15 - 18.15 Uhr
EUR 80,-

369

Hula Hoop für leicht Fortgeschrittene/ Fortgeschrittene 60+

DANIELA SCHRÖFL,
 Physiotherapeutin, Ernährungsberaterin

Ein Ganzkörpertraining mit dem Reifen, das die Körpermitte stabilisiert und Ausdauer und Kondition fördert. Für die Teilnahme an diesem Kurs ist ein Umgang mit dem Reifen Voraussetzung. **Bei Fragen, ob der Kurs für Sie geeignet ist, bitten wir Sie die Geschäftsstelle der vhs zu kontaktieren.** Bitte mitbringen: Eigener Hula Hoop-Reifen.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

8 x Do, ab 29.01.2026, 10.45 - 11.45 Uhr
EUR 88,-

370

Ballettstangen-Workout

ALEXANDRA FRINGS,
 diplomierte Balletttänzerin

Dieses Allround-Workout ist für alle, die sich straffe Muskeln und eine gute Körperhaltung wünschen. Viele Übungen werden wir an der Ballettstange durchführen, entweder mit dem eigenen Körpergewicht oder mit leichten Gewichten. Für gesunde Anfänger. Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk, enganliegende Sportkleidung, Socken mit Noppen.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

8 x Do, ab 16.04.2026, 19.30 - 20.30 Uhr
EUR 75,-

200 HOOPS GLEICHZEITIG!
 DER GUINNESS-REKORD FÜR
 DIE MEISTEN GLEICHZEITIG
 GEDREHTEN HULA-HOOPS
 LIEGT BEI 200.
DAS KANNST DU DOCH BESSER.
VHS-REICHENHALL.DE

371

Bodystyling**CARMEN FONTEYN**, Lehrerin (vhs)
für Bewegung u. Fitness, Dipl. Trainerin

Mit gezielten Übungen kräftigen wir die gesamte Körpermuskulatur, bauen Problemzonen ab und straffen das Gewebe. Um ein optimales Ergebnis zu erreichen, verwenden wir u.a. Fitnessbänder und Handgewichte. Bitte mitbringen: Turnschuhe, Matte.

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle**Kurs A****12 x Mo, ab 02.02.2026, 17.50 - 18.50 Uhr**
EUR 60,-**Kurs B****12 x Mo, ab 02.02.2026, 19.00 - 20.00 Uhr**
EUR 60,-**Kurs C****12 x Di, ab 03.02.2026, 17.30 - 18.30 Uhr**
EUR 60,-**Kurs D****12 x Di, ab 03.02.2026, 18.40 - 19.40 Uhr**
EUR 60,-

372 >NEU

Bootcamp Circel - Dein Weg zur Bestform
LUCIANO LEROSE,
selbständiger Fitness- und Personaltrainer

In diesem intensiven Zirkeltraining trainierst du deinen ganzen Körper mit verschiedenen Kleingeräten. Das abwechslungsreiche Bootcamp-Training fördert Kraft, Koordination und Kondition, egal ob Anfänger, Fortgeschritten oder Profi. Bitte mitbringen: Sportbekleidung, eigene Matte, Handtuch und Getränk.

Schule Heilingbrunnerstraße Gymnastikraum
5 x Di, ab 03.02.2026, 18.00 - 19.00 Uhr
EUR 45,-

DAS ERSTE GERÄT IN
UNSEREM POWER WORKOUT
IST DEINE TASTATUR.
UUUND... ANMELDEN
VHS-REICHENHALL.DE

373 >NEU

30:30 – HIIT trifft Core**LUCIANO LEROSE**,
selbständiger Fitness- und Personaltrainer

In diesem energiegeladenen Kurs kombinieren wir 30 Minuten intensives Bodyweight-HIIT-Training mit 30 Minuten gezieltem Bauch- und Core-Workout. Für Anfänger und Fortgeschrittene. Bitte mitbringen: Sportbekleidung, eigene Matte, Handtuch und Getränk.

Schule Heilingbrunnerstraße Gymnastikraum**5 x Di, ab 17.03.2026, 18.00 - 19.00 Uhr**
EUR 45,-

380

Zumba Gold® – für Einsteiger und aktive Senioren**IRIS EICHERT**,
Official Zumba® Instructor, Präventionstrainerin
für Haltung und Bewegung (DOSB)

Zumba Gold® ist ein Tanz-Fitnessprogramm für Frauen und Männer, das speziell auf aktive ältere Erwachsene und Anfänger abgestimmt ist. Es ist für alle Altersklassen geeignet. Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Sportschuhe, Getränk und ein Handtuch.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**10 x Di, ab 03.02.2026, 17.00 - 18.00 Uhr**
EUR 80,-

381

Zumba für Fortgeschrittene**KARIN KAMML-SCHWEIGER**,
Zumba®-Instructor

Das Tanzworkout bringt gute Laune und stärkt ganz nebenbei den gesamten Muskelapparat, die Koordination und natürlich wird viel Fett verbrannt. Die Schritte sind dabei einfach und erlernte Choreographien werden öfter wiederholt, sodass sich schnell ein Erfolg einstellt. Bitte mitbringen: leichte Sportbekleidung, Turnschuhe, Getränk.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**7 x Fr, ab 08.05.2026, 09.00 - 10.00 Uhr**
EUR 60,-

AQUA-KURSE

383

Z-Aquatraining™

HANNELORE PEMLER,

Übungsleiterin, Z-Aquatrainerin

Wassergymnastik zur Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit und zur Verbesserung der Beweglichkeit und Koordination. **Bitte mitbringen: Badebekleidung.** Kurort: Klinik Bad Reichenhall, Salzburger Str. 8 - 11, Bad Reichenhall

Klinik Bad Reichenhall

Kurs A

12 x Di, ab 27.01.2026, 17.15 - 18.00 Uhr

EUR 139,-

Kurs B

12 x Mi, ab 28.01.2026, 17.45 - 18.30 Uhr

EUR 139,-

WIE ICH DEN KURS FINDE?
TOTAL GUT! ICH BIN ENDE 60
UND MERKE, DASS ICH MEHR
KRAFT HABE UND MEINEN
KNIEN GEHT'S AUCH BESSER.
AUSSERDEM: MAN LERNT
NETTE LEUTE KENNEN, DAS
TUT GENAU SO GUT.

RENATE, 68 JAHRE

384

Aqua-Fit-Gymnastik in der RupertusTherme zertifizierter Präventionskurs gem. § 20 SGB V RUPERTUSTHERME SPA & FAMILIEN RESORT

Mit wohltuenden Bewegungsübungen, vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung im tiefen Wasser lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung von Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer. kennen. Beim Eintritt ist ein Pfand von EUR 10,- für eine Mehrfacheintrittskarte zu entrichten. Dieser Betrag wird nach Kursabschluss bei Rückgabe der Karte zurückerstattet. 2 Stunden Aufenthalt, davon 45 Minuten Kursanteil und anschließendes Ausschwimmen in warmer AlpenSole. Treffpunkt: Haupteingang Rupertustherme, an der Fitnesstheke können die Mehrfacheintrittskarten abgeholt werden. Hinweis: Für diesen Kurs gilt die Ferienordnung nicht!

Spa & Familien Resort Rupertus Therme

Kurs A

8 x Mo, ab 12.01.2026, 19.00 - 19.45 Uhr

EUR 165,-

Kurs B

8 x Mo, ab 16.03.2026, 19.00 - 19.45 Uhr

EUR 165,-

385 →NEU

Fit im Wasser – ein Ganzkörpertraining

mit Wohlfühlfaktor

WINFRIED FRANZEN,

Übungsleiter Fitness und Rehasport

Erleben Sie ein effektives und gelenkschonendes Training im Wasser! Der Wasserwiderstand macht jede Bewegung intensiver - perfekt für alle, die fit werden oder bleiben wollen. Ideal für Einsteiger und Wiedereinsteiger. Die reine Trainingsdauer beträgt 45 Minuten. **Bitte mitbringen: Badekleidung.**

**Reha-Klinik Hochstaufen, Herkommerstr. 2,
Bayerisch Gmain, Hallenbad**

Kurs A

8 x Mo, ab 02.02.2026, 16.30 - 17.30 Uhr

EUR 95,-

Kurs B

8 x Mo, ab 27.04.2026, 16.30 - 17.30 Uhr

EUR 95,-

OUTDOOR-KURSE

386

Eselwanderung – für Erwachsene und Kinder ab 8 Jahren.

WANDERWELTEN CHIEMGAU

Wir erkunden umliegende Wälder, Moore, Wiesen und genießen im Hintergrund das Panorama der Berchtesgadener Bergwelt. Hinweis: die Wanderungen finden bei JEDER WITTERUNG statt, außer bei Unwetterwarnung (Gewitter, Sturm, Hagel). Tourenlänge ca. 5 km (ca. 1,5-2 Stunden Gehzeit). Bitte kontaktieren Sie die Geschäftsstelle der vhs, falls Sie Eltern-Kind-Anmeldungen vornehmen möchten!

Termin A

Treffpunkt: Pension Holneich, Holneich 2, 83362 Surberg/ Lauter.
1 x Sa, ab 14.03.2026, 10.30 - 13.30 Uhr

Termin B

Treffpunkt: Pension Holneich, Holneich 2, 83362 Surberg/ Lauter.
1 x Sa, ab 21.03.2026, 10.30 - 13.30 Uhr

Erwachsene 42,- EUR

Kind 12,- EUR

Eltern-Kind-Paar 75,- EUR (2 Eltern + 1 Kind)

387

Esel-Mondschein-Wanderung

WANDERWELTEN CHIEMGAU

Wir erfahren Wissenswertes über das Eselwesen und erleben die unterschiedlichen Esel-Charakter auf der gemeinsamen Reise im Mondschein. Hinweis: die Wanderungen finden bei JEDER WITTERUNG statt, außer bei Unwetterwarnung (Gewitter, Sturm, Hagel). Distanz ca. 3 km (Gehzeit ca. 1 Stunde)

Termin A

Treffpunkt: Pension Holneich, Holneich 2, 83362 Surberg/ Lauter.
1 x Mi, ab 04.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr

Termin B

Treffpunkt: Pension Holneich, Holneich 2, 83362 Surberg/ Lauter.
1 x Fr, ab 06.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr

Erwachsene 39,- EUR

Bei gewünschter Buchung als Eltern-Kind-Paar: 69,- EUR (2 Eltern – 1 Kind) kontaktieren Sie bitte die Geschäftsstelle.

388

Kräuterführung

ANDREA HOCHHÄUSLER, Kräuterpädagogin

Eine kleine Reise zu unseren Wildkräutern und essbaren Kräutlein und denen, die unsere Gesundheit unterstützen können. Im Anschluss folgt in der Waldkräuterküche ein kleiner Workshop.

Bitte mitbringen: Korb oder Tasche, Etiketten, Gartenhandschuhe, Rosenschere und eine kleine Gartenschaufel. Bitte wettergerechte Kleidung sowie festes Schuhwerk tragen.

Wanderparkplatz Weißbach a.d.A. / gegenüber Inzeller Str. 30

Kurs A

1 x Sa, 11.04.2026, 09.00 - 13.00 Uhr
EUR 47,-

Kurs B

1 x Sa, 18.04.2026, 09.00 - 13.00 Uhr
EUR 47,-

Kurs C

1 x Sa, 23.05.2026, 09.00 - 13.00 Uhr
EUR 47,-

Kurs D

1 x Sa, 13.06.2026, 09.00 - 13.00 Uhr
EUR 47,-

389

Feierabend im Grünen

**ANNA HEINISCH,
Wildnispädagogin und Outdoor Guide**

Bei unseren kleinen Feierabendwanderungen rund um Bad Reichenhall genießen wir die frische Frühlingsluft, kommen wieder in Schwung und entdecken ganz nebenbei Naturschätze am Wegesrand. Die Touren dauern jeweils etwa 2,5 Stunden. **Bitte mitbringen: wettergerechte Kleidung & Schuhwerk, Sitzunterlage, Getränk, evtl. Brotzeit und Stirnlampe.**

Festplatz Bad Reichenhall,

Loferer Str. 14, Bad Reichenhall

4 x Di, ab 14.04.2026, 17.00 - 19.30 Uhr
EUR 48,-

3—GESUNDHEIT & ERNÄHRUNG

3900

Orientierung - (k)ein Kinderspiel

ANNA HEINISCH,*Wildnispädagogin und Outdoor Guide*

Diese Veranstaltung richtet sich an alle, die glauben, einen schlechten Orientierungssinn zu haben und sich immer mal wieder verlaufen. Wir nähern uns diesem Thema spielerisch und Schritt für Schritt, um verschiedene Techniken für eine verbesserte Orientierung kennenzulernen. **Bitte mitbringen:** wettergerechte Kleidung, Sitzunterlage, Getränk und Brotzeit, falls vorhanden: Armbanduhr mit Zeigern, Kompass (bitte nicht extra kaufen! Leihexemplare vorhanden).

Feuerwehr Marzoll, Römerstr. 21**83435 Bad Reichenhall****2 x Do, 16.04.2026 und Do, 30.04.2026,****17.30 - 19.30 Uhr****EUR 39,-**

390 ›NEU

Frische Luft, frischer Schwung:

Outdoor-Sport 65+**WINFRIED FRANZEN,***Übungsleiter Fitness und Rehasport*

Bewegung unter freiem Himmel macht fit, stärkt das Immunsystem und hebt die Stimmung! In diesem Kurs trainieren wir in der Nonner Au und im Rupertuspark am Outdoor-Fitness-Parcours gemeinsam Beweglichkeit, Gleichgewicht, Kraft, Ausdauer und Koordination. **Bitte mitbringen:** wetterfeste Sportkleidung, Sportschuhe, Nordic-Walking-Stöcke.

**Treffpunkt: Eingang Rupertustherme,
Bad Reichenhall**

Kurs A

5 x Mo, ab 23.02.2026, 10.00 - 11.00 Uhr**EUR 45,-**

Kurs B

5 x Mo, ab 13.04.2026, 10.00 - 11.00 Uhr**EUR 45,-**

Kurs C

5 x Mo, ab 08.06.2026, 10.00 - 11.00 Uhr**EUR 45,-**

391

MindWalk – Eine dynamische

Meditationserfahrung in der Natur**ULRIKE OSWALD, Mental- und Vitaltrainerin**

Fällt es dir schwer, in der heutigen Zeit wirklich abzuschalten oder spürst du eine innerliche Unruhe? In diesem Kurs lernst du, wie du durch achtsames Gehen eine tiefere Verbindung zur Natur und zu dir selbst aufbauen kannst. **Bitte mitbringen:** bequeme (Turn-)Schuhe, wetterfeste Kleidung.

Treffpunkt: Eingang Rupertustherme

Bad Reichenhall**4 x Fr, ab 12.06.2026, 17.00 - 17.45 Uhr****EUR 35,-**

392

Qi Gong in der Natur

MARION PFISTERER,*Qi-Gong und Tai Chi-Lehrerin*

Eine Stunde an der frischen Luft, in der Sie eingeladen sind, durchzuatmen, bei sich anzukommen, fließende Qi Gong-Übungen zu praktizieren und die Perspektive zu wechseln. **Bei starkem Regen wird der Kurstag verschoben.**

Treffpunkt erster Kurstag: Eingang

Rupertustherme, Bad Reichenhall**4 x Do, ab 16.04.2026, 17.00 - 18.00 Uhr****EUR 32,-**

ELTERN-KIND-KURSE

393

Eltern-Kind-Turnen in Marzoll für Kinder im Alter von 3-5 Jahren

HANNELORE PEMLER, Übungsleiterin,
Z-Aquatrainerin

Bewegungsspiele, teilweise mit Musik. Bei diesem Kurs bitte bei der Anmeldung die Daten der Eltern und zusätzlich den Vornamen und das Geburtsjahr des Kindes angeben.

Turnhalle Marzoll

12 x Mo, ab 26.01.2026, 15.45 - 17.00 Uhr
EUR 60,-

394

Eltern-Kind-Turnen für Kinder im Alter von 3-5 Jahren

HANNELORE PEMLER,
Übungsleiterin, Z-Aquatrainerin

Bewegungsspiele, teilweise mit Musik, für Kinder, die bereits gut alleine laufen können. Bei diesem Kurs bitte bei der Anmeldung die Daten der Eltern angeben und zusätzlich den Vornamen und das Geburtsjahr des Kindes.

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle

12 x Do, ab 29.01.2026, 16.15 - 17.15 Uhr
EUR 60,-

WENN EURE KUSCHELTIERE
MAL 'NE KLEINE VERSCHNAUFPause BRAUCHEN.

**FLAUSCHIG ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE**

RUND UM DIE GEBURT

395

fitdankbaby® – FÜR DICH – Dein Mama-Auszeit-Kursprogramm

VIOLETTA CURRAJ, fitdankbaby®-Kursleiterin

Ein funktionelles Ganzkörperkräftigungstraining - optimal zugeschnitten auf die Bedürfnisse von Mamas und Schwangeren. Hier erfährst du, wie du dich fit für den Alltag mit Baby machst. **Bitte bringe ein Getränk, bequeme Kleidung und gerne auch Antirutsch-Socken mit. Matten sind im Kursraum vorhanden.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

Kurs A

6 x Fr, ab 30.01.2026, 17.00 - 18.00 Uhr
EUR 75,-

Kurs B

5 x Fr, ab 20.03.2026, 17.00 - 18.00 Uhr
EUR 65,-

Kurs C

5 x Fr, ab 15.05.2026, 17.00 - 18.00 Uhr
EUR 65,-

Kurs D

4 x Fr, ab 10.07.2026, 17.00 - 18.00 Uhr
EUR 50,-



3—GESUNDHEIT & ERNÄHRUNG

396

fitdankbaby® – für Mamas mit Baby ab 3 Monate

VIOLETTA CURRAJ, fitdankbaby®-Kursleiterin

Ein funktionelles Ganzkörperkräftigungstraining - optimal zugeschnitten auf die Bedürfnisse von Mamas und ihren Babys. Du trainierst mit deinem Baby gemeinsam und alltagsnah. **Bitte bringe ein Getränk, bequeme Kleidung und gerne auch Antirutsch-Socken mit. Matten sind im Kursraum vorhanden.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

Kurs A

**6 x Mi, ab 28.01.2026, 11.00 - 12.00 Uhr
EUR 75,-**

Kurs B

**6 x Mi, ab 18.03.2026, 11.00 - 12.00 Uhr
EUR 75,-**

Kurs C

**6 x Mi, ab 13.05.2026, 11.00 - 12.00 Uhr
EUR 75,-**

Kurs D

**4 x Mi, ab 08.07.2026, 11.00 - 12.00 Uhr
EUR 50,-**

397

fitdankbaby® - starker Beckenboden nach der Geburt

VIOLETTA CURRAJ, fitdankbaby®-Kursleiterin

Bei fitdankbaby® RÜCKBILDUNG lernst du Beckenboden und Bauch gezielt anzusteuern, verbesserst Atmung und Haltung. Dein Baby ist dabei. Teilnahme nach Abschlussuntersuchung. **Bitte Getränk, bequeme Kleidung und ggf. Antirutsch-Socken mitbringen. Matten sind im Kursraum vorhanden.**

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

Kurs A

**6 x Mo, ab 09.02.2026, 09.15 - 10.15 Uhr
EUR 85,-**

Kurs B

**6 x Mo, ab 13.04.2026, 09.15 - 10.15 Uhr
EUR 85,-**

Kurs C

**6 x Mo, ab 08.06.2026, 09.15 - 10.15 Uhr
EUR 85,-**

Café „Elternzeit“ der staatlich anerkannten Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

Sie sind schwanger oder haben bereits entbunden? Dann freuen wir uns auf Ihren Besuch in unserem Café „Elternzeit“. Lassen Sie den Alltag draußen. Bei einer Tasse Kaffee können neue Bekanntschaften geschlossen, Erfahrungen geteilt und Fragen rund um das Elternsein besprochen werden. Wenn Sie fachlichen Rat benötigen, sind unsere Sozialpädagoginnen für Sie da. Unsere Spieletecke lädt Ihre Kleinen zum Spielen und Entdecken ein.

Jeden Freitag von 9.00 - 12.00 Uhr, Tiroler Straße 15, Bad Reichenhall.

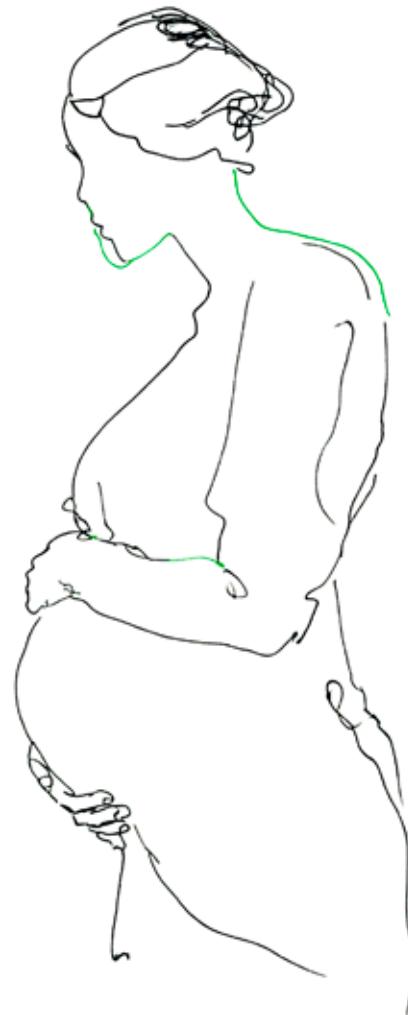
Kontakt: Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen,

Bahnhofstraße 21a, 83435 Bad Reichenhall.

E-Mail: schwangerenberatung@lra-bgl.de

Frau Kunz: T: 0049 8651 773-838

Frau Spreng: T: 0049 8651 773-831





**Zahlen wie immer.
°Punkten wie nie.**

Jetzt mit der Sparkassen-Card¹ bei EDEKA und Netto bezahlen, gleichzeitig PAYBACK °Punkte sammeln und gewinnen².
Infos und Teilnahmebedingungen auf: sparkasse.de/payback

¹ Debitkarte. ² Bei teilnehmenden Sparkassen, Pernitz und Märkten.



Weil's um mehr als Geld geht.



Familiäres Hotel am Waginger See
Täglich Verwöhn-Frühstück
Restaurant, Wintergarten und Terrasse
Regionale, saisonale Küche



Hotel | Restaurant Eichenhof Inh. Klaus Lebek
Angerpoint 1, D-83329 Waging am See
Telefon 0 86 81 / 40 30 www.hotel-eichenhof.de

**Dank Eigentum im
Alter liquide bleiben.**

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

VR ImmoRente

Sie möchten eine größere Anschaffung tätigen, ihre Kinder oder Enkelkinder mit einem höheren Betrag finanziell unterstützen oder einfach Ihre Rente aufbessern? Mit der VR ImmoRente ist dies alles möglich!



**Volksbank Raiffeisenbank
Oberbayern Südost eG**



**Jetzt
vor Ort
beraten
lassen!**

**ERLEBE DIE
WELT DER SALZ-
GESCHICHTE!**

IN DER WOHL SCHÖNSTEN
SALINE DER WELT







ERLEBNIS, TECHNIK,
GESCHICHTE

#altesalinebadreichenhall





ONLINE TICKETS
alte-saline.de

KURBAU

BAD REICHENHALL &
ALPENLAND IMMOBILIEN GMBH





Alte Saline 11
D - 83435 Bad Reichenhall
Tel: +49 (0)8651 76260-0

Ihr Partner rund um die Immobilie
- seit mehr als 35 Jahren

WIESER PAUL
Steuerberatungsgesellschaft mbH.

**Guter Rat zahlt sich
aus in den Bereichen**

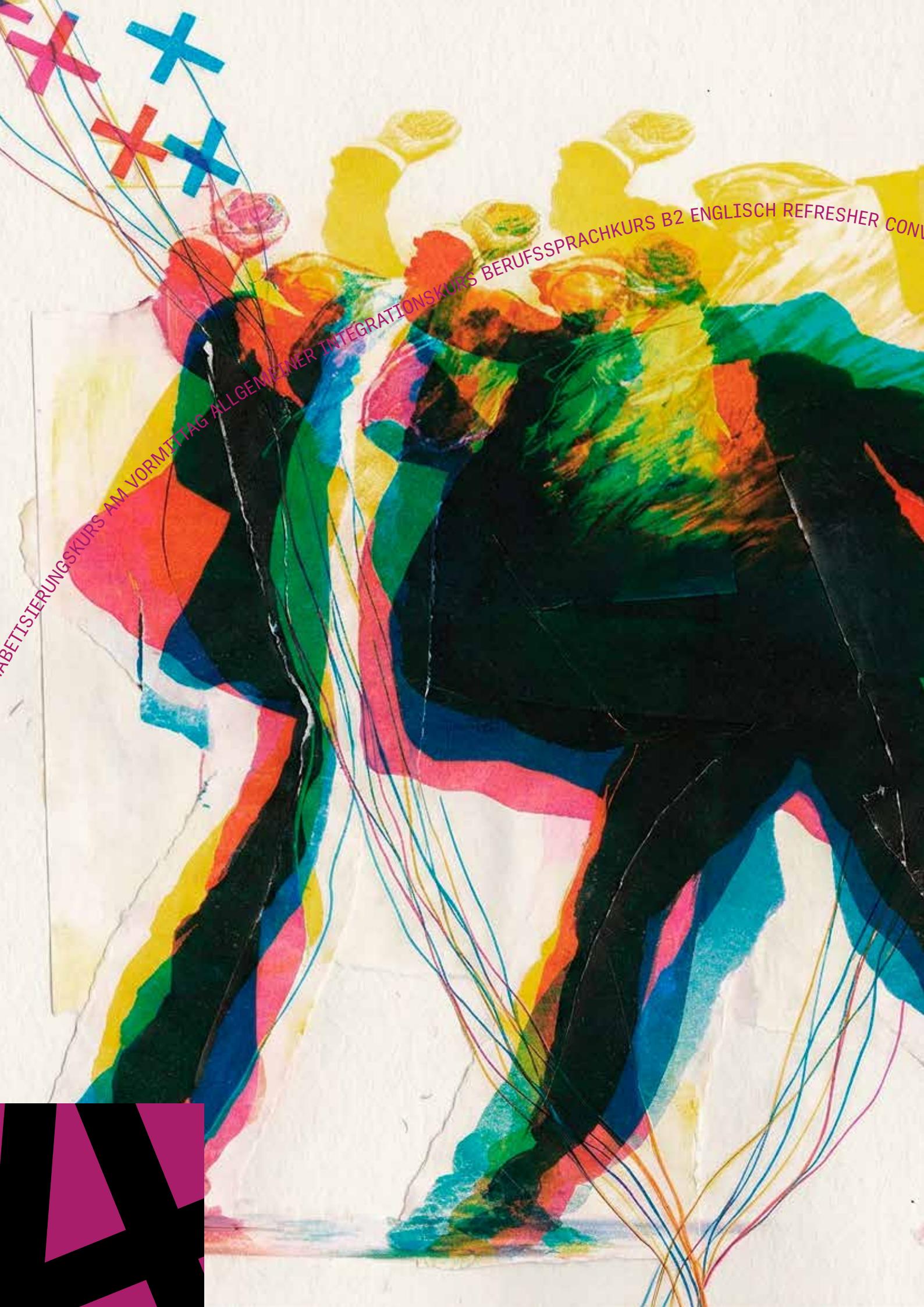
Steuerberatung
Unternehmensberatung
Finanzbuchhaltung
Lohn & Baulohnabrechnung

Wittelsbacherstr. 18
83435 Bad Reichenhall
Tel. 08651 98370
www.wieser-paul.de

**ALLE WEGE
FÜHREN ZUR
ANMELDUNG**

INTERNET
VHS-REICHENHALL.DE
EMAIL
INFO@VHS-REICHENHALL.DE
TEL
+49 8651 951 51-0
VOR ORT
ALTES FEUERHAUS / AEGIDIPLATZ 3





ABETISIERUNGSKURS AM VORMITTAG ALLGEMEINER INTEGRATIONSKURS BERUFSsprachkurs B2 ENGLISCH REFRESHER CON



VERSATION SUPÉRIEURE CHINÉSISCH UNGARISCHE DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE S

DIR FEHLEN WORTE? WIR HABEN NOCH WELCHE.

Check unsere
Sprachkurse

SPRACHEN

INTEGRA-TION

Information zum Integrationskurs

Das Kultur- und Bildungsforum/vhs Bad Reichenhall ist vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) als Träger für Integrationskurse zugelassen.



Was ist ein Integrationskurs?

Ein Integrationskurs ist ein vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge geförderter Kurs, in dem Menschen, die dauerhaft in Deutschland leben wollen, Kenntnisse in der deutschen Sprache (Sprachkurs Modul 1-6) und der Deutsche Gesellschaft (Geschichte, Politik, Zusammenleben etc.) vermittelt werden.

Wer darf zum Integrationskurs?

Der Integrationskurs steht prinzipiell allen Menschen offen. Der Kurs kann mit einer Zulassung oder Verpflichtung vom BAMF, Jobcenter oder Ausländerbehörde, aber auch als Selbstzahler ohne Zulassung besucht werden. Über Möglichkeiten der Zulassung zum Integrationskurs informieren wir Sie gerne in einem persönlichen Gespräch.

Wie ist der Integrationskurs aufgebaut? Welche Kursarten gibt es beim Kultur- und Bildungsforum/vhs Bad Reichenhall?

Der allgemeine Integrationskurs besteht aus 7 Modulen mit je 100 Unterrichtseinheiten (UE) von je 45 Minuten. 6 Module bilden den Sprachkurs, das 7. Modul ist der Orientierungskurs. Das Ziel ist B1. Der Integrationskurs mit Alphabetisierung besteht aus 9 Modulen im Sprachkurs (900 UE), die auch

noch um 3 Module (300 UE) erweitert werden können. Es stehen somit 1200 UE zur Verfügung. Hier ist das Ziel A2, aber es besteht auch hier die Möglichkeit B1 zu erreichen. Wie auch beim allgemeinen Integrationskurs wird auch hier nach dem Sprachkurs der Orientierungskurs mit dem Test „Leben in Deutschland“ durchgeführt.

Welches Modul ist das Richtige für mich?

Vor Antritt des Integrationskurses ist zwingend ein Einstufungstest zu absolvieren. Dieser entscheidet, in welchem Modul Sie in den Kurs einsteigen können. Einen Termin für den Einstufungstest vereinbaren wir in einem persönlichen Gespräch.

Was kostet der Integrationskurs?

Pro Modul (100 UE) fallen folgende Kosten an:	
Selbstzahler	EUR 458,-
mit Berechtigung/Verpflichtung	EUR 229,-
mit Kostenbefreiung	EUR 0,-

Welche Prüfungen/Zertifikate gibt es?

Der Integrationskurs beinhaltet zwei Prüfungen: den Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) am Ende des Sprachkurses und den Test „Leben in Deutschland“ (LiD) nach dem Orientierungskurs.

Der DTZ ist ein skaliertes Test, bei dem das Sprachniveau B1 oder bei geringeren Kenntnissen A2 erzielt werden kann.

Bei Bestehen des DTZ mit Niveau B1 und des LiD erhält man das Zertifikat Integrationskurs.

Wo erhalte ich eine persönliche Beratung?

Dr. Gabriel Negraschus
Telefon: 08651/95151 14
E-Mail: negraschus@vhs-reichenhall.de

MEHR INFO: WWW.BAMF.DE

4—SPRACHEN

4051

Alphabetisierungskurs am Nachmittag
LUDMILA SAGMEISTER, M.A.

Altes Feuerhaus, Raum 0.02
 Je Modul 25 x, Mo – Fr, 13.30 – 16.45 Uhr

4051 H | **8. Modul • ab 16.01.2026**4051 I | **9. Modul • ab 17.04.2026**

4051 J | **Deutschtest für Zuwanderer**
A2/B1 (g.a.s.t.)

1 x Sa, 25.04.2026, 09.00 – 18.00 Uhr
 EUR 175,- bei externen Teilnehmenden

4051 K | **Orientierungskurs "Leben in**
Deutschland" • ab 17.04.2026

4051 L | **Orientierungskurstest**

Altes Feuerhaus, Raum 0.02

1 x Fr, 22.05.2026, 11.30 – 12.30 Uhr
 EUR 25,- bei externen Teilnehmenden

4052

Allgemeiner Integrationskurs

MELIHA BAJREKTAREVIC,

Master of Science (M.Sc.)

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 101 – 1. Stock
 Je Modul 25 x, Mo – Do, 18.00 – 21.15 Uhr

4052 D | **4. Modul • ab 08.01.2026**4052 E | **5. Modul • ab 02.03.2026**4052 F | **6. Modul • ab 28.04.2026**

4052 G | **Deutschtest für Zuwanderer**
A2/B1 (g.a.s.t.)

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Sa, 04.07.2026, 09.00 – 18.00 Uhr
 EUR 175,- bei externen Teilnehmenden

4052 H | **Orientierungskurs**

"Leben in Deutschland" • ab 25.06.2026

4053

Allgemeiner Integrationskurs
GUDRUN BOCK

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

Je Modul 25 x, Mo – Fr, 13.30 – 17.00 Uhr

4053 D | **4. Modul • ab 27.01.2026**4053 E | **5. Modul • ab 10.03.2026**4053 F | **6. Modul • ab 28.04.2026**

4053 G | **Deutschtest für Zuwanderer**
A2/B1 (g.a.s.t.)

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Sa, 20.06.2026, 09.00 – 18.00 Uhr
 EUR 175,- bei externen Teilnehmenden

4053 H | **Orientierungskurs**
"Leben in Deutschland" • ab 18.06.2026

4053 I | **Orientierungskurstest**

Altes Feuerhaus, Raum 0.02

1 x Do, 23.07.2026, 13.30 – 14.30 Uhr
 EUR 25,- bei externen Teilnehmenden

4054 | **Allgemeiner Integrationskurs**

JOHANNA KOLF, GUDRUN BOCK

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

Je Modul 20 x, Mo – Fr, 9.00 – 13.00 Uhr

4054 D | **4. Modul • ab 19.01.2026**4054 E | **5. Modul • ab 23.02.2026**4054 F | **6. Modul • ab 23.03.2026**

4054 G | **Deutschtest für Zuwanderer**
A2/B1 (g.a.s.t.)

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Sa, 09.05.2026, 09.00 – 18.00 Uhr
 EUR 175,- bei externen Teilnehmenden

4054 H | **Orientierungskurs**

"Leben in Deutschland" • ab 05.05.2026

4054 I | **Orientierungskurstest**

Altes Feuerhaus, Raum 0.02

1 x Mi, 17.06.2026, 09.00 – 10.00 Uhr
 EUR 25,- bei externen Teilnehmenden

DIE GRENZEN
 MEINER
 SPRACHE SIND
 DIE GRENZEN
 MEINER WELT.

4055 | **Allgemeiner Integrationskurs**
LUDMILA SAGMEISTER, M.A.

Altes Feuerhaus, Raum 0.02
Je Modul 20 x, Mo - Fr, 9.00 - 13.00 Uhr

4055 D | **4. Modul • ab 29.01.2026**

4055 E | **5. Modul • ab 05.03.2026**

4055 F | **6. Modul • ab 16.04.2026**

4055 G | **Deutschtest für Zuwanderer
A2/B1 (g.a.s.t.)**

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Sa, 22.05.2026, 09.00 - 18.00 Uhr
EUR 175,- bei externen Teilnehmenden

4055 H | **Orientierungskurs
"Leben in Deutschland" • ab 18.05.2026**

4055 I | **Orientierungskurstest**

Altes Feuerhaus, Raum 0.02
1 x Di, 30.06.2026, 09.00 - 10.00 Uhr
EUR 25,- bei externen Teilnehmenden

4056 | **Allgemeiner Integrationskurs**
**MARTA KRAIN, STEFANIE VON
RENNENKAMPFF**

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 003
Je Modul 25 x, Mo - Do, 18.00 - 21.15 Uhr

4056 B | **2. Modul • ab 26.01.2026**

4056 C | **3. Modul • ab 17.03.2026**

4056 D | **4. Modul • ab 13.05.2026**

4056 E | **5. Modul • ab 13.07.2026**

4057 | **Alphabetisierungskurs am Vormittag**
HANS-WALTER PARTSCH

Altes Feuerhaus, Raum 2.04
Je Modul 25 x, Mo - Fr, 8.45 - 12.00 Uhr

4057 A | **1. Modul • ab 19.01.2026**

4057 B | **2. Modul • ab 02.03.2026**

4057 C | **3. Modul • ab 20.04.2026**

4057 D | **4. Modul • ab 10.06.2026**

4057 E | **5. Modul • ab 15.07.2026**

4058 | **Allgemeiner Integrationskurs**
AZRA KAVAZBASIC

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 005
Je Modul 25 x, Mo - Do, 18.00 - 21.15 Uhr

4058 A | **1. Modul • ab 20.04.2026**

4058 B | **2. Modul • ab 17.06.2026**

4058 C | **3. Modul • ab 30.07.2026**

4059 | **Alphabetisierungskurs am Nachmittag**
LUDMILA SAGMEISTER, M.A.

Altes Feuerhaus, Raum 0.02
Je Modul 25 x, Mo - Fr, 13.30 - 16.45 Uhr

4059 A | **1. Modul • ab 08.06.2026**

4059 B | **2. Modul • ab 14.07.2026**

4060 | **Allgemeiner Integrationskurs**
LUDMILA SAGMEISTER, M.A.

Altes Feuerhaus, Raum 0.02
Je Modul 20 x, Mo - Fr, 9.00 - 13.00 Uhr

4060 A | **1. Modul • ab 06.07.2026**

VOR DEM KURS HABE ICH IM ALLTAG OFT GESCHWIEGEN – AM TELEFON, BEIM ARZT ODER AN DER KASSE. IM UNTERRICHT ÜBEN WIR ECHTE SITUATIONEN, NIEMAND WIRD UNGEDULDIG. NACH EIN PAAR WOCHEN HABE ICH MICH GETRAUT NACHZUFRAGEN UND GESPRÄCHE ZU BEGINNEN. HEUTE FÜHLE ICH MICH HIER MEHR ZUHAUSE.

ALEXANDRA, 34 JAHRE

DEUTSCH ALS FREMD SPRACHE

KEINE INTEGRATIONSKURSE

Wichtiger Hinweis bei Neuanmeldung zu einem Kurs "Deutsch als Fremdsprache" - Kurse von 409 bis 416 (keine Integrationskurse)

Bitte nehmen Sie auf unserer Webseite www.vhs-reichenhall.de unter SERVICE folgenden Einstufungstest vor und senden diesen zeitgleich mit Ihrer Anmeldung an die eMail: inneberger@vhs-reichenhall.de

LINK Einstufungstest CORNELSEN
<https://www.vhs-reichenhall.de/online-einstufungstest>



406
**Sprachberatung für Deutschkurse
(keine Integrationskurse)**
SABINE STIGLMAYR

Ihre persönliche Niveaueinstufung zur richtigen Kursauswahl - Sie haben die Möglichkeit, sich zu unserem Deutschangebot "Deutsch als Fremdsprache" beraten zu lassen.

Eine Anmeldung ist notwendig, bitte Wartezeit einplanen. Achtung - keine Integrationskursberatung

Altes Feuerhaus, Raum 2.02

Kurs A
1 x Mi, 21.01.2026, 19.30 - 20.00 Uhr
EUR 15,-

Kurs B
1 x Mi, 21.01.2026, 20.00 - 20.30 Uhr
EUR 15,-

Hinweis zu den Lehrbüchern in den Kursen "Deutsch als Fremdsprache"

Das Lehrbuch ist nicht in der Kursgebühr enthalten. Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde!

409

Deutsch als Fremdsprache A1, Teil 1
MARGIT SULZER, Dipl. Päd.

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen Deutsch lernen möchten. In zwei aufeinanderfolgenden Kursen mit jeweils 10 Terminen erwerben die Teilnehmenden grundlegende Sprachkenntnisse. Beide Kurse gehören zum Niveau A1 und bauen aufeinander auf. Der Unterricht erfolgt in kleinen Schritten, mit viel Gelegenheit zum Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben. Die Kursinhalte orientieren sich am Lernfortschritt der Gruppe. Voraussetzung ist die Beherrschung der lateinischen Schriftzeichen. **Die Unterrichtssprache ist Deutsch.** Das Lehrwerk wird in der ersten Unterrichtsstunde mitgeteilt.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 102 - I.Stock
10 x Mo und Di, ab 02.02.2026, 18.00 - 20.30 Uhr
EUR 150,-

410

Deutsch als Fremdsprache A1, Teil 2
MARGIT SULZER, Dipl. Päd.

Fortsetzungskurs, Niveau abhängig vom Lernstand der Gruppe. Dieser Kurs ist die Fortsetzung des A1-Deutschkurses aus dem aktuellen Semester. Das genaue Einstiegsniveau richtet sich nach dem Fortschritt der Teilnehmenden aus dem ersten Kursteil und wird zu Kursbeginn gemeinsam festgelegt. Gearbeitet wird mit dem im ersten Kurs verwendeten Lehrbuch. Quereinsteiger mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Bei Unsicherheiten zum passenden Kursniveau beraten wir Sie gerne.

Wichtig: Dieser Kurs ist der zweite Teil in diesem Semester. Mit zwei Kursen (je 10 Termine) schaffen wir nicht das ganze A1-Niveau. Für das komplette A1 brauchen Sie meist mehrere Kurse.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 102 - I.Stock
10 x Mo und Di, ab 23.03.2026, 18.00 - 20.30 Uhr
EUR 150,-

413

Deutsch als Fremdsprache B1 – Teil 1 von 2
MARTIN SCHWIETZKE

Dieser Kurs richtet sich an Lernende mit soliden Vorkenntnissen auf dem Niveau A2. Ziel ist der Einstieg in das Niveau B1. In einer abwechslungsreichen Mischung aus Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben werden Wortschatz und Grammatik systematisch erweitert und gefestigt. Voraussetzung: Abgeschlossenes A2-Niveau oder vergleichbare Kenntnisse. Das Lehrbuch wird beim ersten Termin mitgeteilt und ist nicht in der Kursgebühr enthalten.

Wichtig: Dieser Kurs ist der erste Teil. Danach gibt es Teil 2. Mit zwei Kursen (je 10 Termine) schaffen wir nicht das ganze B1-Niveau. Für das komplette B1 brauchen Sie meist mehrere Kurse.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 012
10 x Mo und Do, ab 02.03.2026, 18.30 - 21.00 Uhr
EUR 150,-

414

Deutsch B1 – Teil 2 von 2 (Fortsetzungskurs,
Niveau abhängig vom Lernstand der Gruppe)
MARTIN SCHWIETZKE

Dieser Kurs ist die Fortsetzung des B1-Deutschkurses aus dem aktuellen Semester. Das genaue Einstiegsniveau richtet sich nach dem Fortschritt der Teilnehmenden aus dem ersten Kursteil und wird zu Kursbeginn gemeinsam festgelegt. Gearbeitet wird mit dem im ersten Kurs verwendeten Lehrbuch.

Quereinsteiger*innen mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Bei Unsicherheiten zum passenden Kursniveau beraten wir Sie gerne.

Wichtig: Dieser Kurs ist der zweite Teil in diesem Semester. Mit zwei Kursen (je 10 Termine) schaffen wir nicht das ganze B1-Niveau. Für das komplette B1 brauchen Sie meist mehrere Kurse.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 012
10 x Mo und Do, ab 22.06.2026, 18.30 - 21.00 Uhr
EUR 150,-

416

Deutsch als Fremdsprache, Niveau B1+/ B2,
3. Semester
SABINE STIGLMAYR

Sie trainieren die Feinheiten der deutschen Sprache hinsichtlich Wortschatz, Aussprache, Grammatik und selbst erstellten Schriftstücken. Dafür sind intensive Mitarbeit sowie umfangreiche Vor- und Nachbereitung und Lernen zuhause erforderlich. **Lehrbuch:** - Linie 1 Brückenkurs B1+/ B2.1, Klett, 13,99€ / ISBN: 978-3-12-607111-6. Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst nach dem ersten Kurstermin! Weitere Lehrmaterialien werden am ersten Kurstag bekannt gegeben. Die Lehrmaterialien sind nicht in der Kursgebühr inbegriffen. Der Kurs führt in mehreren Semestern zu Niveau B2, der Fortschritt orientiert sich am tatsächlichen Lernfortschritt.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 103 - 1. Stock
15 x Di, ab 10.03.2026, 18.15 - 21.30 Uhr
EUR 320,-

417 vhs.online

Vorbereitung auf den Deutsch-Test für
Zuwanderer „DTZ“ (vhs.cloud)
JUDIT MESZINGER, Fachübersetzerin

Sie möchten sich gezielt auf den Deutsch-Test für Zuwanderer „DTZ“ (A2–B1) vorbereiten? In diesem kompakten Onlinekurs üben Sie den Aufgabentyp Schreiben. Sie erhalten hilfreiche Tipps zur Prüfung und haben Gelegenheit, typische Prüfungsaufgaben auszuprobieren.

Voraussetzung: Deutschkenntnisse auf Niveau A2/B1 und ein Laptop oder PC mit Internetverbindung (kein Smartphone).

Dieser Kurs findet in der vhs.cloud statt, die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs.cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

vhs-online-Kurs
3 x Sa, ab 07.02.2026, 11.00 - 12.30 Uhr
EUR 39,-

PASSENDEN KURS GEFUNDEN?
EINFACH ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE

418

Prüfungsvorbereitung "Zertifikat Deutsch B1"
SABINE STIGLMAYR

Prüfungsvorbereitung für das "Zertifikat Deutsch" B1. Dieses Seminar richtet sich an Teilnehmer, die das sprachliche Niveau erfüllen, der Workshop beinhaltet keinen Sprachunterricht! Es wird ausschließlich der Ablauf der Prüfung vorgestellt und die Prüfungsaufgaben geübt.

Unterrichtsmaterial wird gestellt und ist in der Kursgebühr enthalten. Erster Unterrichtsteil: 10.00 bis 12.15 Uhr, Mittagspause bis 13.00 Uhr, zweiter Unterrichtsteil: 13.00 bis 14.30 Uhr.

Wichtiger Hinweis: Die Anmeldung zur Prüfung "Zertifikat Deutsch B1" (Kursnr. 419) muss gesondert erfolgen! Bitte beachten Sie die dort angegebene Anmeldefrist!

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Sa, 27.06.2026, 10.00 - 14.30 Uhr
EUR 40,-

Anmeldung: Persönlich in der vhs-Geschäftsstelle. Bitte zur Anmeldung mitbringen: Ausweis/Aufenthaltstitel, Prüfungsgebühr in bar oder per EC-Karte.

Auch für Teilnehmer eines vhs-Sprachkurses ist eine gesonderte persönliche Anmeldung erforderlich!

Termin A

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
Anmeldung bis 13.02.2026
1 x Sa, 14.03.2026, 09.00 - 18.00 Uhr
EUR 175,-

Termin B

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
Anmeldung bis 03.07.2026
1 x Sa, ab 25.07.2026, 09.00 - 18.00 Uhr
EUR 175,-

419C

Prüfung Deutsch B2 (TELC)

Die B2-Prüfung setzt ein fortgeschrittenes Sprachniveau voraus. Die Prüfung entspricht der vierten Stufe (B2) auf der sechsstufigen Kompetenzskala des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen.

Für Teilnehmer von vhs-Deutschkursen an der vhs Bad Reichenhall ist die Prüfungsgebühr ermäßigt und beträgt EUR 165.-.

WICHTIGE HINWEISE:

Bei Nichterscheinen zur Prüfung ist keine Rück erstattung der Prüfungsgebühr möglich.
 Anmeldung: Persönlich bis zum 24.06.2026 in der vhs-Geschäftsstelle. Bitte zur Anmeldung mitbringen: Ausweis/Aufenthaltstitel, Prüfungsgebühr in bar oder per EC-Karte.

Auch für Teilnehmer eines vhs-Sprachkurses ist eine gesonderte persönliche Anmeldung erforderlich!

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Sa, 18.07.2026, 09.00 - 18.00 Uhr
EUR 195,-

**SPRACHBERATUNG
 FREMDSPRACHEN**

Bei Fragen rund um Ihren Sprachkurs, ins besondere zum Kursniveau, wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle.

419

"Zertifikat Deutsch" B1 (TELC)

Das "Zertifikat Deutsch" B1 hat weltweit einen hohen Bekanntheitsgrad und wird von privaten und öffentlichen Arbeitgebern als Nachweis von soliden Grundkenntnissen in der deutschen Sprache geschätzt. Einbürgerungsbewerber weisen mit der bestandenen Prüfung die notwendigen Deutsch-Sprachkenntnisse für die Einbürgerung nach.

WICHTIGE HINWEISE:

Bei Nichterscheinen zur Prüfung ist keine Rück erstattung der Prüfungsgebühr möglich.

420

Einbürgerungstest

33 Fragen zur Rechts- und Gesellschaftsordnung der Bundesrepublik Deutschland. Dieser Test muss im Rahmen des Einbürgerungsverfahrens abgelegt werden. **Persönliche Anmeldung**. Bitte zur Anmeldung mitbringen: Ausweis/Aufenthaltstitel, Prüfungsgebühr in bar oder per EC-Karte. Bei Nichterscheinen zur Prüfung ist keine Rückerstattung der Prüfungsgebühr möglich.

Termin A**Anmeldung bis 29. Januar 2026****Altes Feuerhaus, Raum 0.02****1 x Di, 24.02.2026, 08.00 - 09.00 Uhr****EUR 25,-****Termin B****Anmeldung bis 26. Februar 2026****Altes Feuerhaus, Raum 0.02****1 x Di, 24.03.2026, 08.00 - 09.00 Uhr****EUR 25,-****Termin C****Anmeldung bis 26. März 2026****Altes Feuerhaus, Raum 0.02****1 x Di, 21.04.2026, 08.00 - 09.00 Uhr****EUR 25,-****Termin D****Anmeldung bis 23. April 2026****Altes Feuerhaus, Raum 0.02****1 x Di, 19.05.2026, 08.00 - 09.00 Uhr****EUR 25,-****Termin E****Anmeldung bis 21. Mai 2026****Altes Feuerhaus, Raum 0.02****1 x Di, 23.06.2026, 08.00 - 09.00 Uhr****EUR 25,-****Termin F****Anmeldung bis 25. Juni 2026****Altes Feuerhaus, Raum 0.02****1 x Di, 21.07.2026, 08.00 - 09.00 Uhr****EUR 25,-**

FREMDSPRACHEN

Tauchen Sie ein in die Vielfalt der Sprachen und Kulturen! Bei uns haben Sie die Welt zu Gast: Lernen Sie Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch, Ungarisch, Russisch und Chinesisch. Entfalten Sie Ihre Kommunikationsfähigkeiten und entdecken Sie neue Horizonte – für Reisen, Beruf und persönliche Entwicklung!"

Sprachberatung Fremdsprachen

Bei Fragen rund um Ihren Sprachkurs, insbesondere zum Kursniveau, wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle.

Hinweis zu den Lehrbüchern in unseren Sprachkursen: Das Lehrbuch ist nicht in der Kursgebühr enthalten. Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde!



ENGLISCH

422

Englisch A2 – 1. Semester: Grundlegende Kommunikationsfähigkeiten für den Alltag

CHRISTINA BRUNNER

Dieser kompakte Englischkurs richtet sich an Teilnehmer mit ersten Englischkenntnissen (A1) oder an Einsteiger, die ihre Grundkenntnisse auffrischen oder erweitern möchten. In nur 6 Terminen à 60 Minuten lernen Sie, sich in einfachen Alltagssituationen sicherer und selbstbewusster zu verständigen.

Lehrwerk: Das im Kurs verwendete Lehrwerk wird zu Kursbeginn vorgestellt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
6 x Mi, ab 04.02.2026, 10.45 - 11.45 Uhr
EUR 40,-

423
Englisch Refresher – auf mittlerem A2-Niveau, vorauss. ab Unit 10
BRIGITTE JANOSCHKA

Frischen Sie Ihre Englischkenntnisse auf! In diesem Englischkurs wiederholen und festigen Sie Ihre Sprachkenntnisse auf mittlerem A2-Niveau. Der Kurs ist für Sie geeignet, wenn Sie früher schon auf dem Niveau A2 Englisch gelernt haben und Ihre Kenntnisse nun wieder aktivieren und vertiefen möchten.

Lehrwerk: Brush up A2: Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD Taschenbuch, HUEBER Verlag, vorauss. ab Unit 4 (My free time). Lehrbuch bitte erst nach dem ersten Kurstermin kaufen!

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
8 x Do, ab 12.02.2026, 10.00 - 11.30 Uhr
EUR 96,-

424
Englisch A2 – Vertiefung von Vorkenntnissen auf mittlerem A2-Niveau – am Vormittag
MAG. GEORG SCHWARZBAUER

Mittleres Niveau: A2 (Fähigkeit, spontan über Alltagsthemen zu sprechen). Dieser Kurs möchte Vorkenntnisse auf mittlerem Niveau vertiefen. Wir lesen und besprechen interessante Texte, wiederholen verschiedene Grammatikkapitel und trainieren unseren

Wortschatz. Lesen und sprechen über interessante Texte jeder Art (z. B. meeting people, the world of work, meals, fairytales, my free time, travelling, daily life). Grammatikübungen, die für das Sprechen wichtig sind (z.B. tenses, conditionals, word order). Wortschatzvertiefung. Unterrichtsmaterial wird gestellt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
10 x Di, ab 10.02.2026, 10.00 - 11.30 Uhr
EUR 100,-

426
Englisch Konversation B1 – Sprechen mit Spaß und Selbstvertrauen
CHRISTINA BRUNNER

Sie möchten Ihr Englisch aktiv anwenden und sicherer im Sprechen werden? In diesem Kurs üben Sie das freie Sprechen zu Alltagsthemen wie Reisen, Beruf und Freizeit. Kurze Dialoge, Rollenspiele und Diskussionen helfen Ihnen, Wortschatz und Ausdruck zu erweitern.

Voraussetzung: Englischkenntnisse auf Niveau B1.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
6 x Mi, ab 04.02.2026, 09.30 - 10.30 Uhr
EUR 40,-

FRANZÖ- SISCH

440 vhs.online
Französisch – Kurs für Wiedereinsteiger
„J'ai tout oublié“, Ende A1, langsames Tempo
(vhs.cloud)
PASCALE HARTIG-ZILLER

Ein Auffrischungskurs Ende A1, langsames Tempo, für die Reise und den nächsten Urlaub bei einer muttersprachlichen Kursleiterin.

Dieser Kurs findet in der vhs.cloud statt, die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs. cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

vhs-online-Kurs
5 x Di, ab 16.06.2026, 17.00 - 18.00 Uhr
EUR 42,-

441 vhs.online

**Französisch A1 ganz entspannt – 3. Semester
(vhs.cloud)****PASCALE HARTIG-ZILLER**

Sie haben bereits erste Erfahrungen mit der französischen Sprache gesammelt und möchten nun sicherer werden? In diesem Kurs frischen Sie Ihre Kenntnisse auf und erweitern sie Schritt für Schritt. Lehrbuch: *On y va ! A1*, Hueber-Verlag, voraussichtl. ab Anfang Kap. 6. Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst nach dem ersten Kurstermin. Voraussetzungen: Vorkenntnisse in Französisch, der Kurs startet voraussichtl. ab Anfang Kap. 6 im Lehrbuch.

Dieser Kurs findet in der vhs.cloud statt, die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs.cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

vhs-online-Kurs**10 x Di, 03.02./10.02./03.03./24.03./14.04./28.04./
12.05./19.05./09.06./23.06.2026****20.00 - 21.00 Uhr****EUR 84,-**

442 vhs.online

**vhs.online: Französisch ganz entspannt -
Start auf Niveau A2 (vhs.cloud)****PASCALE HARTIG-ZILLER**

Der Kurs startet auf Niveau A2. Sie lernen, sich in vertrauten Situationen sicherer und differenzierter auszudrücken, Gespräche zu führen, über vergangene und zukünftige Ereignisse zu sprechen sowie längere Texte zu verstehen und selbst zu verfassen. Lehrbuch: *On y va ! A2*, Hueber-Verlag. Bitte kaufen Sie das Kursbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde.

Dieser Kurs findet in der vhs.cloud statt, die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs.cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

vhs-online-Kurs**10 x Di, 03.02./10.02./03.03./24.03./14.04./28.04./
12.05./19.05./09.06./23.06.2026****18.30 - 19.30 Uhr****EUR 84,-****ITALIE-NISCH**

450

Italienisch A1/2. Semester (ab Kap. 3)**ALDO DI MATTEO**

In angenehmer Lernatmosphäre lernen Sie die Grundlagen der italienischen Sprache: Begrüßung und Vorstellung, einfache Gespräche im Alltag, Zahlen, Uhrzeit, Essen und Trinken, sowie das Einkaufen. Die Kommunikation steht dabei im Vordergrund. Voraussetzungen: Vorkenntnisse entsprechend den ersten 2 Kapiteln des Lehrbuches. Lehrbuch: *Nuovo Espresso 1*, Hueber Verlag, ab Kap. 3. Bitte das Lehrbuch erst nach dem ersten Kurstermin kaufen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02**10 x Mo, ab 02.02.2026, 10.00 - 11.30 Uhr****EUR 100,-**

451 vhs.online

**Italienisch A1 für Anfänger
mit Vorkenntnissen – Kurs in der vhs.cloud****ENRICA VECCHIO**

3. Semester. Dieser Kurs richtet sich an Anfänger mit Vorkenntnissen, die online lernen möchten - Vorkenntnisse A1 auf mittlerem Niveau sind erforderlich. Es ist kein Lehrwerk nötig, das Material wird von der Lehrerin entwickelt und in der vhs.cloud zur Verfügung gestellt. Lehrmaterial ist in dem Entgelt enthalten.

Dieser Kurs findet in der vhs.cloud statt, die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs.cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

vhs-online-Kurs**8 x Mo, 23.02./02.03./09.03./16.03./23.03./20.04./
27.04./04.05.2026****12.45 - 13.45 Uhr****EUR 86,-**

WENN DU WILLST SPRESCHEN
DIE SCHÖNSTE SPRASCHE
DÓR WELT VOILÀ,
GESCHMEIDISCH ÖNMELDÓN
VHS-REICHENHALL.DE

4—SPRACHEN

452

Italienisch A1 – vorauss. ab Lektion 7 – Kurs A
FRANCESCA KANA

Lernen Sie Italienisch bei einer muttersprachlichen Kursleiterin. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die bereits die ersten sechs Lektionen eines A1-Kurses absolviert haben. Lehrbuch **Nuovo Espresso A1**, Hueber Verlag, vorauss. ab Lektion 7. Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde!

Kurs A

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
12 x Mo, ab 02.02.2026, 09.30 - 11.00 Uhr
EUR 120,-

Kurs B

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
12 x Mi, ab 04.02.2026, 16.30 - 18.00 Uhr
EUR 120,-

455

**Italienisch A1 – für Anfänger
mit Vorkenntnissen, ab Lektion 9**
ALDO DI MATTEO

Ein Kurs für Teilnehmer mit Vorkenntnissen bei einem muttersprachlichen Kursleiter. Der Kurs vermittelt Ihnen grundlegende Sprachkenntnisse und nützlichen Wortschatz, um Alltagssituationen zu meistern. Sie erfahren Wissenswertes über Italien, seine Regionen und Kultur. Abwechslungsreiche Übungen ermöglichen Ihnen, das Erlernte anzuwenden. Lehrbuch "Nuovo Espresso" A1, ab Lektion 9, Hueber-Verlag.

Bitte kaufen Sie das Kursbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde!

Altes Feuerhaus, Raum 2.02
10 x Fr, ab 23.01.2026, 17.30 - 19.00 Uhr
EUR 100,-

456

**Italienisch von A2 zu B1 –
Praktische Sprachfertigkeiten**
ALDO DI MATTEO

Konversationskurs mit einem muttersprachlichen Kursleiter – ideal für alle, die ihre Italienischkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2/Anfang Niveau B1 vertiefen möchten. In diesem Kurs liegt der Fokus auf lebendiger Kommunikation und praxisnahem Sprechen. Hier haben Sie die Möglichkeit, Ihre

Sprachfertigkeiten in einer entspannten Atmosphäre zu verbessern. Es wird kein Lehrbuch verwendet, das Unterrichtsmaterial wird im Kurs besprochen (Buch oder Zeitung). **Voraussetzungen: Vorkenntnisse** auf dem abgeschlossenen Niveau A2 oder Anfang Niveau B1.

**Altes Feuerhaus, Raum 2.03, Termin Mi,
11.03.2025 in Raum 2.02**
10 x Mi, ab 04.02.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 100,-

457

Italienisch B1, vorauss. ab Kap. 1/2
FELICITA RATTI, BA, MA

Lernen Sie Italienisch bei einer muttersprachlichen Dozentin. Der Kurs startet mit dem Niveau B1 und einem neuen Lehrbuch, Grammatik, Wortschatz und Kommunikation werden fortgesetzt! Lehrbuch **Nuovo Espresso 3**, Hueber Verlag, voraussichtlich ab Lektion 1/2. Bitte kaufen Sie das Kursbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 104 - 1. Stock
12 x Mo, ab 02.02.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 120,-

458 >NEU

**Italienisch ab Niveau B2/C1 –
Konversationskurs**
ALDO DI MATTEO

Voraussetzungen: Fließende Italienisch-Kenntnisse (mindestens B2). Möchten Sie Ihr Italienisch auf hohem Niveau erweitern und selbstbewusst in allen Alltagssituationen sowie beruflichen Kontexten kommunizieren? In unserem Konversationskurs B2/C1 vertiefen wir Ihre Sprachkenntnisse und trainieren flüssiges Sprechen in lebendigen Dialogen.

Kurs A

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
3 x Di, ab 27.01.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 30,-

Kurs B

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
3 x Di, ab 24.02.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 30,-

SPANISCH

472

Spanisch A2, vorauss. ab Kapitel 8

SUSANNE SEEFRIED, Oberstudienrätin

Wollen Sie schon lange Spanisch lernen, und zwar effektiv, unterhaltsam und ohne Druck? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Sie erlernen fortgeschrittene Grundkenntnisse der spanischen Sprache, die Sie für Privatleben, Schule, Beruf und Reise einsetzen können. **Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A2 (Kurs- und Übungsbuch Spanisch), voraussichtlich ab Kapitel 8, Cornelsen-Verlag.** Bitte kaufen Sie das Kursbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde. Terminänderungen aus organisatorischen Gründen vorbehalten! **Kein Unterricht am 24.02. und 03.03.2026!**

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 012
10 x Di, ab 10.02.2026, 18.15 - 19.45 Uhr
EUR 100,-

474

Spanisch B1 / Lektüre und Konversation - Kurs A

ADRIANA REBORA DE SCHULZE, Lehrerin

Es wird besonders auf den sprachlichen Ausdruck und das Erwerben von Kenntnissen über die spanischsprechende Welt Wert gelegt. Bitte kaufen Sie die Bücher erst nach Kursbeginn. **Lehrbücher: "Momentos literarios" Kopiervorlagen ISBN 978-3-06-020079-5, Cornelsen Verlag. Prisma del Mundo Hispánico, "Cuentos populares" ISBN 978-3-7661-6950-1, C.C. Buchner Verlag, vorauss. ab Kap. 8.**

Kurs A
Altes Feuerhaus, Raum 2.02
6 x Do, ab 05.03.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 60,-

Kurs B
Altes Feuerhaus, Raum 2.02
6 x Do, ab 30.04.2026, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 60,-

WEITERE FREMD- SPRACHEN

495A vhs.online

Russisch – Kurs A1/1. Semester (vhs.cloud)

YANA BUDARINA, Philologin, Lehrerin für russische Sprache und Literatur

Dieser Online-Kurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse bietet einen ersten Einstieg in die russische Sprache, behutsame Einführung in die kyrillische Schrift, sanfter Einstieg in die Grammatik.

Lehrbücher: Jasno! neu A1-A2, Kursbuch und Audios und Videos, ISBN 978-3-12-527674-1 und Jasno! neu A1-A2, Übungsbuch mit MP3-CD und Videos, ISBN 978-3-12-527679-6. Bitte kaufen Sie die Bücher erst nach der ersten Unterrichtsstunde! Dieser Kurs findet in der vhs.cloud statt, die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs.cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

vhs-online-Kurs
10 x Do, ab 05.02.2026, 19.30 - 21.00 Uhr
EUR 100,-

WUSSTEST DU, DASS
 NUR EIN TEIL DER SPRACHEN
 ÜBERHAUPT „SCHRIFTLICH“
 ETABLIERT SIND? ETHNOLOGUE
 FÜHRT 4.153 SPRACHEN MIT
 ENTWICKELTEM SCHRIFT-
 SYSTEM — VON 7.159
 LEBENDEN SPRACHEN.

4—SPRACHEN

496 vhs.online

Russisch A1, vorauss. ab Kap.8/9 (vhs.cloud)

YANA BUDARINA, Philologin, Lehrerin für russische Sprache und Literatur

Der Kurs startet voraussichtlich ab Kap. 8/9. Dieser Online-Kurs bietet eine sanfte Progression in der russischen Sprache für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. **Bitte kaufen Sie die Bücher erst nach der ersten Unterrichtsstunde!**

Lehrbücher: Jasno! neu A1-A2, Kursbuch und Audios und Videos, ISBN 978-3-12-527674-1 und Jasno! neu A1-A2, Übungsbuch mit MP3-CD und Videos, ISBN 978-3-12-527679-6

Dieser Kurs findet in der vhs.cloud statt, die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs.cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

vhs-online-Kurs

Kurs A

Online:

10 x Sa, ab 07.02.2026, 11.30 - 13.00 Uhr

EUR 100,-

Kurs B

Fortführungskurs. Das Kursniveau wird nach dem Frühjahrskurs festgelegt – bitte erfragen Sie den aktuellen Stand in unserer Geschäftsstelle.

Online:

5 x Sa, ab 09.05.2026, 11.30 - 13.00 Uhr

EUR 50,-

497 vhs.online

Chinesisch (A1.1) für Anfänger

ohne Vorkenntnisse (Zoom)

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 über ZOOM ganz bequem und sicher von zu Hause aus und trotzdem im Austausch mit anderen. Lernmaterial stellt Ihnen die Dozentin zur Verfügung. **Die Zugangsdaten zum online-Portal erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.**

vhs-online-Kurs

10 x Di, 24.02./03.03./10.03./17.03./

24.03./14.04./21.04./28.04./ 05.05./12.05.2026

17.00 - 18.30 Uhr

EUR 90,-

498 vhs.online

Ungarisch A1 für Anfänger mit

Vorkenntnissen ab Kap. 3/4 (vhs.cloud)

JUDIT MESZINGER, Fachübersetzerin

2. Semester. Dieser Onlinekurs bietet Ihnen einen leichten und motivierenden Einstieg in die ungarische Sprache – ganz bequem von zu Hause aus! **Lehrbuch: Szóbeszéd A1 – Hybride Ausgabe allan-go, Ungarisch für Anfänger, KLETT-Verlag, voraussichtlich ab Kap. 3/4, entsprechende Vorkenntnisse sind erforderlich. Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde!**

Dieser Kurs findet in der vhs.cloud statt, die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs.cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

online-Kurs

12 x Sa, ab 07.02.2026, 09.00 - 10.30 Uhr

EUR 120,-



ER - DIE ZUKUNFT DES INTERNETS UND KÜNSTLICHE INTELLIGENZ PERSONALWIRTSCHAFT BETRIEBLICHE STEUERP

**WIR
ACCELERATEN
DEINE TASKS
UND SCALEN
DEINE
EFFICIENCY UP.**



RAXIS SICHER IM UMGANG MIT DEM IPHONE SMART SURFER MIT

Check unsere Kurse für
Arbeit und Beruf



ARBEIT & BERUF



BERUFLICHE BILDUNG

XPERT BUSINESS

500

Motorsägenkurs für Einsteiger nach

DGUV 214-059 / Modul A

REINHARD KOCH, Forstwirtschaftsmeister

In diesem Kurs erlernen Sie den sicheren Umgang mit der Motorsäge in Theorie und Praxis. Voraussetzungen: Mindestalter 18 Jahre, körperliche und geistige Eignung. Mit der Anmeldung bestätigen die Teilnehmer diese Eignung. **WICHTIGER HINWEIS:** Am ersten Tag benötigen die Teilnehmer eine eigene Motorsäge mit stumpfer Kette - keine Schutzkleidung am ersten Tag notwendig. Am zweiten Tag ist das Tragen von Schutzkleidung Pflicht! Die Teilnahme am Kurs erfolgt auf eigenes Risiko und auf eigene Gefahr! Weitere Info s. Webseite www.vhs-reichenhall.de

**1 x Fr, 24.04.2026, 08.30 - 15.30 Uhr,
Altes Feuerhaus, Seminarraum 2.03
Praxisteil im Freien bzw. im Foyer
(witterungsabhängig).**

**Sa, 25.04.2026, 08.30 - 15.30 Uhr
im Freigelände, Örtlichkeit wird
am Freitag mitgeteilt.
Mittagspause jeweils nach Vereinbarung.**

EUR 195,-

521

Lohn und Gehalt (1)

ONLINE-DOZENT UND MODERATOR

Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung.

Live-Webinar

**24 x Di/Do, ab 10.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 400,-**

522

Lohn und Gehalt (2)

ONLINE-DOZENT UND MODERATOR

Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.

Live-Webinar

**22 x Mo/Mi, ab 09.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 370,-**

5—ARBEIT & BERUF

523

Lohn und Gehalt (3) DATEV **ONLINE-DOZENT UND MODERATOR**

ACHTUNG - neuer Kursbeginn: 11.03.2025!???????
 In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs "Lohn und Gehalt (1) und (2)" vermittelt. Inkl. Lehr- und Übungsbuch (Edu-Media-Verlag). **Bitte möglichst frühzeitig anmelden, damit der DATEV-Zugang rechtzeitig zum Kursbeginn bereitgestellt werden kann. Prüfung bitte separat buchen (Kurs Nr. 535).**

Live-Webinar
16 x Di/Do, ab 10.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 330,-

524

Personalwirtschaft **ONLINE-DOZENT UND MODERATOR**

Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden. **Vorkenntnisse: keine.** Inkl. Lehr- und Übungsbuch (Edu-Media-Verlag). Prüfung bitte separat buchen (Kurs Nr. 535).

Live-Webinar
20 x Mo/Mi, ab 09.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 350,-

525

Finanzbuchführung (1) **ONLINE-DOZENT UND MODERATOR**

Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. **Vorkenntnisse: keine.** Inkl. Lehr- und Übungsbuch (Edu-Media-Verlag). Prüfung bitte separat buchen (Kurs Nr. 535).

Live-Webinar
24 x Di/Do, ab 10.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 400,-

526

Finanzbuchführung (2) **ONLINE-DOZENT UND MODERATOR**

In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. **Vorkenntnisse: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs "Finanzbuchführung (1)" vermittelt.** Inkl. Lehr- und Übungsbuch (Edu-Media-Verlag). Prüfung bitte separat buchen (Kurs Nr. 535).

Live-Webinar
22 x Mo/Mi, ab 09.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 370,-

527

Finanzbuchführung (3) DATEV **ONLINE-DOZENT UND MODERATOR**

ACHTUNG - neuer Kursbeginn: 11.03.2025!???????
 In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden. Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs "Finanzbuchführung (1) und (2)" vermittelt. Inkl. Lehr- und Übungsbuch (Edu-Media-Verlag). **Bitte möglichst frühzeitig anmelden, damit der DATEV-Zugang rechtzeitig zum Kursbeginn bereitgestellt werden kann. Prüfung bitte separat buchen (Kurs Nr. 535).**

Live-Webinar
16 x Di/Do, ab 10.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 330,-

529

Kosten- und Leistungsrechnung **ONLINE-DOZENT UND MODERATOR**

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. **Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs "Finanzbuchführung (1)" vermittelt.** Inkl. Lehr- und Übungsbuch (Edu-Media-Verlag). Prüfung bitte separat buchen (Kurs Nr. 535).

Live-Webinar
20 x Mo/Mi, ab 09.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 350,-

530

Betriebliche Steuerpraxis
ONLINE-DOZENT UND MODERATOR

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. **Vorkenntnisse:** Keine. Inkl. Lehr- und Übungsbuch (Edu-Media-Verlag). Prüfung bitte separat buchen (Kurs Nr. 535).

Live-Webinar
22 x Mo/Mi, ab 09.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 350,-

531

Bilanzierung
ONLINE-DOZENT UND MODERATOR

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. **Vorkenntnisse:** Kenntnisse, wie im Kurs "Finanzbuchführung (2)" vermittelt. Inkl. Lehr- und Übungsbuch (Edu-Media-Verlag). Prüfung bitte separat buchen (Kurs Nr. 535).

Live-Webinar
20 x Di/Do, ab 10.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 350,-

DU KANNST ASCII-GRAFIKEN
AUF DEM FAXGERÄT DROPPEN?
BRING'S DOCH AUCH DEN
ANDEREN BEI!
BEWIRB DICH ALS DOZENT.
VHS-REICHENHALL.DE

532

Controlling
ONLINE-DOZENT UND MODERATOR

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens. **Vorkenntnisse:** Kenntnisse, wie im Kurs "Finanzbuchführung (1) und (2)" vermittelt. Inkl. Lehr- und Übungsbuch (Edu-Media-Verlag). Prüfung bitte separat buchen (Kurs Nr. 535).

Live-Webinar
20 x Mo/Mi, ab 09.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 350,-

533

Einnahmen-Überschussrechnung
ONLINE-DOZENT UND MODERATOR

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschuss-Rechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. **Vorkenntnisse:** Keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich. Inkl. Lehr- und Übungsbuch (Edu-Media-Verlag). Prüfung bitte separat buchen (Kurs Nr. 535).

Live-Webinar
11 x Mo/Mi, ab 09.03.2026, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 230,-

535

Xpert Business-Prüfung
DR. SANDRA FLATSCHER

Wenn Sie eines der besuchten Module mit einem Xpert-Business-Zertifikat abschließen wollen, haben Sie die Möglichkeit, nach Ende der Online-Seminarreihe an einer Prüfung teilzunehmen.

Wichtiger Hinweis: Die Prüfungsgebühr kann bei Rücktritt oder Nichterscheinen nicht zurückerstattet werden.

Termin A: Anmeldung bis 02.02.2026!
Altes Feuerhaus, Raum 2.04
1 x Fr, 27.02.2026, 13.00 - 16.00 Uhr
EUR 95,-

Termin B: Anmeldung bis 15.06.2026!
Altes Feuerhaus, Raum 2.04
1 x Fr, 10.07.2026, 13.00 - 16.00 Uhr
EUR 95,-

EDV- GRUND- LAGEN

550

Computer-Organisation leicht gemacht: Weiterbildung am PC für den privaten und beruflichen Bereich

CHRISTINE GRUNDNER, Betriebsinformatikerin

Sie arbeiten bereits am PC und möchten Ihre Arbeitsweise verbessern? Dann sind Sie hier genau richtig. Wir lernen den professionellen Umgang mit dem Explorer: Speichern, Wiederfinden und Organisieren von Dateien und Ordnern. Daneben sprechen wir über das Thema E-Mail-Kommunikation, -Organisation und E-Mail-Sicherheit. Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.

Altes Feuerhaus, Raum 2.04
3 x, Do 12.03.2026, Di 17.03.2026, Do 19.03.2026,
18.30 - 20.45 Uhr
EUR 25,-

WENN DICH DAS EMAIL
 VOM AFRIKANISCHEN
 PRINZEN STARK BEWEGT
 UND DU DEN LIEFER-
 DIENSTEN SCHON MAL
 DEINE KONTODATEN GIBST.
DANN SCHNELL
VIRENFREI ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE

SENIOREN- KURSE

551A

Smart Surfer – Datenschutz im Internet und wie man Risiken im Netz vermeidet

CHRISTINE GRUNDNER, Betriebsinformatikerin

Sicherheit Datenschutz im Netz sind oberstes Gebot. Wie Sie selber dazu beitragen können, Ihre Daten zu schützen und Risiken im Netz zu vermeiden, lernen Sie in diesem Kurs. **Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
1 x Mi, 15.04.2026, 9.30 - 11.00 Uhr
EUR 10,-

551B
**Smart Surfer – Die Zukunft des Internets und
künstliche Intelligenz**
CHRISTINE GRUNDNER, Betriebsinformatikerin

In diesem Kurs geht es um intelligente Endgeräte und Vernetzung, gläserne Verbraucher, Big Data und das Thema Künstliche Intelligenz. **Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
1 x Mi, 22.04.2026, 9.30 - 11.00 Uhr
EUR 10,-



551C

**Smart Surfer – Digitale Gesundheit:
Wie die Digitalisierung das Gesundheits-
wesen verändert**

CHRISTINE GRUNDNER, Betriebsinformatikerin

Unsere Gesundheitsversorgung wird zunehmend digital. In diesem Kurs wollen wir Sie durch die Digitalisierung des Gesundheitswesens begleiten und Ihnen einen Überblick über aktuelle und künftige digitale Anwendungen geben. **Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
1 x Mi, 29.04.2026, 9.30 - 11.00 Uhr
EUR 10,-

552

**Digital dabei – Gesundheit
für digitale Einsteiger**

SIGRID MÜLLER, EDV- und Internetschulungen

Die Kursreihe mit drei Terminen bringt Ihnen – in verständlicher Sprache – die Möglichkeiten der digitalen Gesundheitswelt näher, z.B. digitale elektronischen Patientenakte mit dazugehöriger App oder digitales Buchen von Arztterminen. **Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.02
3 x, Di 05.05.2026 – Do 07.05.2026, 9.00 - 12.00 Uhr
EUR 20,-

553

**Mehr Freiheit im Alter –
mit digitalen Helfern selbstbestimmt leben**

SIGRID MÜLLER, EDV- und Internetschulungen

Der Kurs richtet sich an Seniorinnen und Senioren, die mit digitaler Unterstützung wie Smartphones und Tablets sicherer und entspannter durchs Leben gehen möchten. **Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.02
3 x, Di 05.05. – Do 07.05.2026, 14.00 - 17.00 Uhr
EUR 20,-

554

**Sicher im Umgang mit dem
Android Smartphone**

CHRISTINE GRUNDNER, Betriebsinformatikerin

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ein Smartphone mit Android-Betriebssystem besitzen und sicherer im Umgang mit dem Gerät werden möchten. **Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
3 x Mi, 06.05., 13.05., 20.05.2026, 9.30 - 11.00 Uhr
EUR 30,-

555

Sicher im Umgang mit dem iPhone

IGOR KUZMIC, IT-Consultant

Wenn Sie ein iPhone haben und eine umfangreiche Grundschulung mit dem Gerät wünschen, die im Verlaufe des Kurses weiter in die Tiefe geht, ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie. **Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.04
**5 x Di, 10.02.2026, 24.02.2026, 10.03.2026,
24.03.2026, 21.04.2026, 18.00 - 19.30 Uhr**
EUR 30,-

TIPP FÜR ALLE DIE SCHON
MAL EIN "WENIG" ZEIT IN
DER WARTESCHLANGE BEI
IHREM MOBILFUNKANBIETER
VERBRACHT HABEN:
NERVEN SPAREN.
HASSLE-FREE ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE

ORGANISATION & MANAGEMENT

556

Büroorganisation - leicht gemacht

MANUELA LASERER

In diesem Workshop lernen Sie, Ihre Büroarbeit effektiv zu strukturieren – mit praktischen Methoden und digitalen Hilfsmitteln. Ziel ist es, den Arbeitsalltag besser zu organisieren, Prioritäten zu setzen und effizient zu kommunizieren – im Büro ebenso wie im Homeoffice. Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02
2 x, 26.02.2026 17.30 - 20.00 Uhr &
04.03.2026 18.00 – 20.30 Uhr
EUR 20,-

MS OFFICE MS 365

570 vhs.online

MS Word – effiziente Textverarbeitung mit KI-Unterstützung - Optimierung des Schreibprozesses durch ChatGPT & Co.

THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs bietet eine zielgerichtete Einführung in die professionelle Anwendung von KI-Technologien unter MS Word.

Live-Webinar
1 x Mi, 21.01.2026, 10.30 - 12.00 Uhr
EUR 19,-

571 vhs.online

MS Excel – effiziente Tabellenkalkulation mit KI-Unterstützung - Optimierung von Formeln und Datenanalyse mit ChatGPT & Co.

THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs bietet eine zielgerichtete Einführung in die professionelle Anwendung von KI-Technologien unter MS Excel.

Live-Webinar**1 x Do, 22.01.2026, 10.30 - 12.00 Uhr****EUR 19,-**

572 vhs.online

MS Excel zur effektiven Datenanalyse (mit „KI-Hacks“) - Power Query in der professionellen Anwendungspraxis

THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs bietet eine umfassende Einführung in die professionelle Datenanalyse mit MS Excel – Business Analytics (BA).

Live-Webinar**1 x Di, 17.02.2026, 18.30 - 21.30 Uhr****EUR 38,-**

573 vhs.online

MS Excel zur effektiven Datenvisualisierung (mit „KI-Hacks“) - PivotTables und -Charts sowie dynamische Dashboards

THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs bietet eine umfassende Einführung in die professionelle Datenvisualisierung mit MS Excel – Business Intelligence (BI).

Live-Webinar**1 x Do, 19.02.2026, 18.30 - 21.30 Uhr****EUR 38,-**

574 vhs.online

MS Excel im kaufmännischen Büromanagement (mit „KI-Hacks“) - Professionelle Workflows für mehr Arbeitsproduktivität
THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs bietet eine zielgerichtete Einführung in die professionelle Anwendung von MS Excel im kaufmännischen Büromanagement unter Einbindung von MS Copilot.

Live-Webinar

3 x, Mo 20.07. – Mi 22.07.2026, 9.00 - 16.30 Uhr
EUR 228,-

575 vhs.online

MS Outlook und OneNote – „Full Power“-Workflows - Perfektes Duo zum effektiven Selbst- und Teammanagement
THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs umfasst Arbeitstechniken zum professionellen Selbst- und Teammanagement unter Microsoft Outlook und OneNote in ihrer parallelen Anwendung.

Live-Webinar

**2 x, Di 10.02.2026 & Do 12.02.2026,
10.30 - 12.00 Uhr**
EUR 38,-

576 vhs.online

MS Outlook zur Organisation und Kommunikation - Modul I – Ordnerstrukturen, Notizen sowie Korrespondenz
THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs beinhaltet Arbeitstechniken zur Produktivitätssteigerung in der Unternehmens- bzw. Kundenkommunikation mit Microsoft Outlook unter MS 365, der Produktivitätscloud.

Live-Webinar

**2 x, Di 14.04.2026 & Do 16.04.2026,
10.30 - 12.00 Uhr**
EUR 38,-

577 vhs.online

MS Outlook zum Zeit- und Aufgabenmanagement - Modul II – Organisation und Steuerung von Terminen und Vorhaben
THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs beinhaltet Arbeitstechniken zur Produktivitätssteigerung im Zeit- und Aufgabenmanagement mit Microsoft Outlook unter MS 365, der Produktivitätscloud.

Live-Webinar

**2 x, Di 21.04.2026 & Do 23.04.2026,
10.30 - 12.00 Uhr**
EUR 38,-

578 vhs.online

MS Outlook im Kundenbeziehungsmanagement - Modul III – Sicherung, Verwaltung und Pflege von Kontakten
THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs beinhaltet Arbeitstechniken zur Produktivitätssteigerung im Kundenbeziehungsmanagement mit Microsoft Outlook unter MS 365, der Produktivitätscloud.

Live-Webinar

**2 x, Di 28.04.2026 & Do 30.04.2026,
10.30 - 12.00 Uhr**
EUR 38,-

579 vhs.online

MS Outlook – „Full Power“-Workflows – Professionelle Strategien zur Steigerung der Arbeitsproduktivität
THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs beinhaltet Arbeitstechniken zur Produktivitätssteigerung mit Microsoft Outlook unter MS 365, der Produktivitätscloud – für professionelle Anwenderinnen und Anwender.

Live-Webinar

**2 x, Di 09.06.2026 & Do 11.06.2026,
18.30 - 21.30 Uhr**
EUR 76,-

WENN DU DEN PASSENDEN
KURS GEFUNDEN HAST.
EINFACH ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE

580 vhs.online

MS Outlook NEW – innovatives Look-and-feel - Interne und externe Unternehmenskommunikation**THORSTEN H. BRADT**

Dieser Online-Kurs beinhaltet eine zielgerichtete Einführung in die professionelle Anwendung des innovativen Graphical User Interface (GUI) von Microsoft Outlook in der neuen Ansicht (Outlook NEW).

Live-Webinar**2 x, Di 28.07.2026 & Do 30.07.2026,****18.30 - 21.30 Uhr****EUR 76,-**

581 vhs.online

MS 365 – smarte Workflows in Unternehmen (mit „KI-Hacks“) - Zusammenarbeit mit SharePoint, Teams, Planner & Co. (Bildungsurwahl)**THORSTEN H. BRADT**

Dieser Online-Kurs beinhaltet professionelle Anwendungsszenarien von MS 365, der Produktivitätscloud, zur Digitalisierung von Organisationsstrukturen.

Live-Webinar**5 x, Mo 23.02. – Fr 27.02.2026, 9.00 - 16.30 Uhr****EUR 360,-**

GESTALTUNG & KREATIV

563 vhs.online

Design Thinking – Kreativität und Innovation als Prozess - Strukturierte Problemlösung durch nutzerzentriertes Denken**THORSTEN H. BRADT**

Dieser Online-Kurs beinhaltet einen Überblick zu zentralen Aspekten in der Anwendung des Methodensets Design Thinking zur Innovationssteuerung.

Live-Webinar**1 x Do, 19.02.2026, 10.30 - 12.00 Uhr****EUR 19,-**

560

Fotobuch gestalten**CHRISTINE GRUNDNER, Betriebsinformatikerin**

In diesem Kurs erhalten Sie eine praktische Einführung in die Gestaltung von Fotobüchern. Schritt für Schritt lernen Sie, wie Sie Fotos auswählen, strukturieren und mit Texten sowie passenden Layouts kombinieren. Dabei werden grundlegende Gestaltungselemente wie Farben, Schriften und Bildanordnungen vorgestellt. Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.

Altes Feuerhaus, Raum 2.04**3 x, Di 14.04.2026, Do 16.04.2026, Di 21.04.2026****18.30 - 20.45 Uhr****EUR 25,-**

564 vhs.online

Erfolgreiches Design mit Canva – Profi-Workflows - Content Marketing mit „Wow-Effekt!“**THORSTEN H. BRADT**

Dieser Online-Kurs beinhaltet professionelle Arbeitstechniken zur Erstellung visueller Inhalte im Marketing unter Nutzung von Canva als eine der führenden Plattformen zur Gestaltung.

Live-Webinar**1 x Di, 17.03.2026, 18.30 - 21.30 Uhr****EUR 38,-**

567 vhs.online

Content Marketing mit Canva – Online-Creative-Tool der Master Class**THORSTEN H. BRADT**

Dieser Online-Kurs beinhaltet eine Einführung in professionelle Arbeitsweisen mit Canva zum Content Marketing – etwa in sozialen Medien wie Facebook oder Instagram.

Live-Webinar**1 x Mi, 04.02.2026, 10.30 - 12.00 Uhr****EUR 19,-**

569 vhs.online

WordPress – einfach genial & genial einfach
THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs bietet eine umfassende Einführung in eine professionelle Anwendung des Content Management Systems WordPress (Fokus: praxisnahe Projektbeispiele).

Live-Webinar

1 x Sa, 09.05.2026, 10.00 - 15.00 Uhr
EUR 57,-

SOCIAL MEDIA

565 vhs.online

Erfolgreiche Kampagnen mit Instagram – Profi-Workflows - Strategien für mehr Reichweite und Engagement

THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs beinhaltet professionelle Arbeitstechniken im Marketing auf der Basis von Instagram als eine der führenden Social-Media-Plattformen im Business.

Live-Webinar

1 x Do, 19.03.2026, 18.30 - 21.30 Uhr
EUR 38,-

566 vhs.online

Social Media & Content Marketing mit Instagram & Co. – Strategien, Tools und Best Practices

THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs bietet eine umfassende Einführung in die professionellen Techniken zum Social Media und Content Marketing.

Live-Webinar

3 x, Mo 04.05. – Mi 06.05.2026, 9.00 - 16.30 Uhr
EUR 228,-

568 vhs.online

Social Media Marketing mit Instagram – Erfolgskonzepte und -strategien im Business
THORSTEN H. BRADT

Dieser Online-Kurs beinhaltet eine Einführung in professionelle Arbeitsweisen mit Instagram im professionellen Social Media Marketing.

Live-Webinar

1 x Do, 05.02.2026, 10.30 - 12.00 Uhr
EUR 19,-

KÜNST- LICHE INTELLI- GENZ (KI)

590

KI (künstliche Intelligenz) – was ist das eigentlich?

KERSTIN MELISSA VOGEL,
Program Manager für AI Faculty Enablement

In diesem Impulsvortrag erhalten Sie einen kompakten Einstieg in das Thema künstliche Intelligenz: Wir beginnen mit einem kurzen Rückblick auf die Entwicklung von KI und beleuchten danach die technischen Grundlagen moderner generativer KI-Systeme (z. B. ChatGPT). Im Anschluss laden wir zur offenen Diskussion ein, in der wir gemeinsam Chancen und Risiken der KI-Technologie reflektieren. **Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Di, 24.03.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 10,-

591 vhs.online

**ChatGPT praktisch nutzen –
erste Schritte mit KI im Alltag****KERSTIN MELISSA VOGEL,***Program Manager für AI Faculty Enablement*

Dieser praxisorientierte Einsteigerkurs vermittelt Ihnen die grundlegenden Fähigkeiten, um ChatGPT sicher und sinnvoll im Alltag oder Beruf einzusetzen. Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.

online-Kurs**1 x Di, 05.05.2026, 16.00 - 20.00 Uhr****EUR 20,-**

592 vhs.online

**Bilder mit KI erstellen –
Einstieg in die generative Bildgestaltung****KERSTIN MELISSA VOGEL,***Program Manager für AI Faculty Enablement*

In diesem Einführungskurs lernen Sie die Grundlagen der KI-gestützten Bildgenerierung kennen. Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.

online-Kurs**2 x Mi, 06.05.2026 & 13.05.2026, 17.00 - 19.00 Uhr****EUR 20,-**

593 vhs.online

**Die Kunst des Promptings - Präzise Anfragen
für maximales KI-Potenzial****THORSTEN H. BRADT**

Dieser Online-Kurs bietet eine zielgerichtete Einführung in das professionelle Formulieren von Prompts zur Steigerung der Arbeitsproduktivität besonders im Büromanagement.

Live-Webinar**1 x Di, 20.01.2026, 10.30 - 12.00 Uhr****EUR 19,-**

594 vhs.online

Ready for Future – KI-Assistenzen im Büromanagement – Anpassung und Optimierung von Arbeitsabläufen**THORSTEN H. BRADT**

Dieser Online-Kurs bietet eine praxisorientierte Einführung in die Anwendung von KI-Assistenzen im Büromanagement.

Live-Webinar**1 x Di, 10.03.2026, 10.30 - 12.00 Uhr****EUR 19,-**

595 vhs.online

Ready for Future – KI-Agents & Deep Research – Automatisierung von Aufgaben und Analysen**THORSTEN H. BRADT**

Dieser Online-Kurs bietet eine praxisorientierte Einführung in die Anwendung von KI-Agents in die Methodik von Deep Research.

Live-Webinar**1 x Do, 12.03.2026, 10.30 - 12.00 Uhr****EUR 19,-**

CHAT, SCHREIB MIR EINEN GENIALEN PROMPT, DER MICH SOFORT KLÜGER UND REICHER ALS ALLE ANDEREN MACHT.
**SOLLTE DAS NICHT KLAPPEN –
EINFACH ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE**

SOFT-SKILLS

596

Mit innerer Stärke und Klarheit – sich selbst besser verstehen und wirksam auftreten

ANNA WIRRER

Der Workshop bietet Raum, sich selbst besser zu verstehen und innere Klarheit zu gewinnen. Du lernst eigene Stärken, Talente und Muster bewusster wahrzunehmen und ein feines Gespür für deine Außenwirkung zu entwickeln. In Verbindung mit dem gezielten Einsatz von Körpersprache und Stimme wird deine persönliche Präsenz spürbar gestärkt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

2 x Do, 05.03.2026 & 12.03.2026, 16.00 - 18.15 Uhr
EUR 90,-

597

Überzeugend präsentieren: Mit Klarheit, Präsenz und Struktur vor Publikum auftreten

ANNA WIRRER

In diesem Workshop lernst du, wie du mit Klarheit, Präsenz und einer überzeugenden Struktur auftrittst. Er richtet sich an alle, die authentisch, verständlich und wirkungsvoll vor größerem Publikum sprechen möchten oder müssen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

2 x Do, 16.04.2026 & 23.04.2026, 16.00 - 18.30 Uhr
EUR 90,-

WENN DU DEN PASSENDEN
KURS GEFUNDEN HAST.
EINFACH ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE

598

Impuls-Workshop: Stil & Ausstrahlung mit Farben, Stimme und femininer Körpersprache

ANNA WIRRER

In diesem kompakten Impuls-Workshop erfährst du, wie Kleidung und Farben deine Präsenz – beruflich wie privat – gezielt unterstützen können. Du lernst die wichtigsten Dresscode Unterschiede kennen und verstehst die psychologische Wirkung von Farben. Ergänzend dazu bekommst du eine kurze Einführung in ausgewählte Gesten der femininen Körpersprache und Impulse, wie du deine Stimme angenehm, klar und präsent einsetzt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

1 x Fr, 06.03.2026, 14.00 - 17.30 Uhr
EUR 72,-

561 vhs.online

Zoom: Professionell präsentieren & begeistern

ROBIN WENIGER

Dieser Kurs zeigt, wie digitale Präsentationen strukturiert, ansprechend und interaktiv gestaltet werden können. Dabei werden nicht nur Zoom-Funktionen ausführlich erklärt, sondern auch didaktische und technische Best Practices vermittelt.

Live-Webinar

1 x Di, 09.06.2026, 17.30 - 19.45 Uhr
EUR 30,-

562 vhs.online

Digitale Moderation & Präsentation für Fortgeschrittene

ROBIN WENIGER

Du hast bereits erste Erfahrungen mit der Durchführung von Meetings und möchtest professioneller modereiren? In diesem Aufbaukurs lernst du, wie du mit Programmen wie OBS Studio, Social Stream Ninja und dem Stream Deck deine online-Präsentationen abwechslungsreich und klar strukturierst.

Live-Webinar

1 x Do, 25.06.2026, 17.30 - 20.30 Uhr
EUR 37,-



**VOLKSHOCHSCHULE
BAD REICHENHALL**

KUB
FORUM
KULTUR- UND BILDUNGSFORUM

AEGIDIPLATZ 3
834335 BAD REICHENHALL
INFO@VHS-REICHENHALL.DE
VHS-REICHENHALL.DE

08651 / 95151-0

SURFER - DIE ZUKUNFT DES INTERNETS UND KÜNSTLICHE INTELLIGENZ EINSTEIGER CAD-KURS MIT FREECAD SENTOREN IN DIGITALEN ALLTAG SMART SURFER - DIG

**DÜ SUCHST
HÖHLE
WIR ZEIGEN
DIR CLOUD**

**Check unsere Kurse für
Arbeit und Beruf!**



IN DER LUFT UND AM BODEN WALDERLEBNIS NACHMITTAG WILDER START INS WOCHENENDE LEGO SPIKE PRIME GEOOAC



SEARCHING DIGITALE SCHNITZELJAGD TÖPFERN IN DEN FER

**DEINE KIDS
HABEN DIE
POWER.
WIR DAS
VENTIL DAZU.**

Check unsere
Junge VHS

JUNGE VHS

602

Kinderturnen in Marzoll
für Kinder von 5 - 8 Jahren
HANNELORE PEMLER, Übungsleiterin,
Z-Aquatrainerin

Für Kinder von 5 - 8 Jahren. Gymnastik, Geräteturnen und Spiele stehen hier im Mittelpunkt. **Bei diesem Kurs bitte bei der Anmeldung die Daten des Kindes angeben.**

Turnhalle Marzoll
12 x Mo, ab 26.01.2026, 17.00 - 18.00 Uhr
EUR 65,-

610

Dance for Minis (3-5 Jahre)
MELANIE WELZEL, Übungsleiterin C Allround-Fitness, Erzieherin und Sozialpädagogin

In diesem Kurs entdecken Kinder spielerisch die Freude am Tanzen. Zu bekannten Kinderliedern werden einfache Bewegungen und kleine Choreografien. **Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschuhe und eine Trinkflasche.**

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle
8 x Fr, ab 30.01.2026, 15.00 - 16.00 Uhr
EUR 60,-

611

Dance for Kids (6-10 Jahre)
MELANIE WELZEL, Übungsleiterin C Allround-Fitness, Erzieherin und Sozialpädagogin

Tanzen, Musik und coole Moves! In diesem Kurs lernen Kinder moderne Choreografien zu aktuellen Songs – mit Spaß, Teamgeist und viel Bewegung. **Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschuhe und eine Trinkflasche.**

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle
8 x Fr, ab 30.01.2026, 16.00 - 17.00 Uhr
EUR 60,-

612

Akrobatik in der Luft und am Boden – Minis von 5 - 7 Jahren
LUZ ELENA ACOSTA, Tanztrainerin und Yogalehrerin

In diesem Kurs kombinieren wir in einer lebendigen Atmosphäre verschiedene Spiele und akrobatische Übungen. Diese trainieren wir dann nach einigem Üben in der Luft. **Bitte mitbringen: Trinkflasche, bequeme Kleidung und Turnschuhe.**

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle
4 x Fr, ab 24.04.2026, 15.00 - 16.00 Uhr
EUR 50,-

613

Akrobatik in der Luft und am Boden – Kinder von 8 - 12 Jahren
LUZ ELENA ACOSTA, Tanztrainerin und Yogalehrerin

In diesem Kurs kombinieren wir in einer lebendigen Atmosphäre verschiedene Spiele und akrobatische Übungen. Diese trainieren wir dann nach einigem Üben in der Luft. **Bitte mitbringen: Trinkflasche, bequeme Kleidung und Turnschuhe.**

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle
5 x Fr, ab 24.04.2026, 16.00 - 17.00 Uhr
EUR 50,-

MÖCHTEST DU WISSEN,
WIEVIEL SPASS DEINE KIDS
HABEN WOLLEN?
SALTOFREI ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE

603

Walderlebnis-Nachmittag für Familien und Kinder ab 6 Jahren
ANNA HEINISCH,
Wildnispädagogin und Outdoor Guide

Komm mit uns auf eine spannende Reise in den Wald! Beim Staunen und Forschen kommen wir der Natur ganz nah und erfahren spielerisch, welche Schätze der Wald für uns bereithält. Lass dich überraschen und erlebe einen unvergesslichen Nachmittag voller Abenteuer! **Treffpunkt: Feuerwehr Marzoll** Die angegebene Kursgebühr gilt für ein "Zweier-Team", die Gebühr für jedes weitere Familienmitglied beträgt EUR 10,-. Bitte mitbringen: wettergerechte Kleidung & Schuhe, Getränk und Brotzeit, Sitzunterlage

**Feuerwehr Marzoll, Römerstr. 21,
83435 Bad Reichenhall**
1 x Di, 12.05.2026, 15.00 - 17.30 Uhr
EUR 25,-

604 ›NEU

Wilder Start ins Wochenende für Familien und Kindern ab 6 Jahren
ANNA HEINISCH,
Wildnispädagogin und Outdoor Guide

Einmal im Monat unternehmen wir am Freitagnachmittag eine spannende Familienwanderung. Eine perfekte Gelegenheit, entspannt ins Wochenende zu starten und gemeinsam die Natur vor der Haustür zu entdecken. Bitte mitbringen: wettergerechte Kleidung und Schuhe, Getränk und Brotzeit, Sitzunterlage, evtl. Stirnlampe. Treffpunkt: Festplatz Bad Reichenhall, Loferer Str. 14. Die angegebene Kursgebühr gilt für ein "Zweier-Team", die Gebühr für jedes weitere Familienmitglied beträgt EUR 50,-.

**Festplatz Bad Reichenhall, Loferer Str. 14,
83435 Bad Reichenhall**
5 x Fr, ab 20.03.2026, 15.30 - 18.00 Uhr
EUR 125,-

605 ›NEU

3D-Druck: vom Kopf – auf den Monitor – in die Hand (ab 10 Jahren)
MITARBEITER BAYERNLAB TRAUNSTEIN

Kreativität trifft Technik - 3D-Druck für Kinder. Wie wird aus einer Idee ein greifbarer Gegenstand? Am Computer erstellt ihr nach einer kurzen Einführung in wenigen Schritten ein eigenes 3D-Objekt. Nebenbei könnt ihr vor Ort live erleben, wie ein 3D-Drucker arbeitet. Ob Schneemann oder Schlüsselanhänger: Eure fertigen Modelle drucken wir im Nachgang aus, ihr könnt sie behalten! In Kooperation mit dem BayernLab Traunstein. **Keine Vorkenntnisse erforderlich.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

1 x Mo, 16.03.2026, 14.30 - 16.00 Uhr
EUR 5,-

606 ›NEU

LEGO SPIKE Prime – Kinderleichter Einstieg in die Robotikwelt (ab 10 Jahren)
MITARBEITER BAYERNLAB TRAUNSTEIN

Ob bunter Hüpfer oder cooles Fahrgestell: Nach einer Einführung gestaltet und programmiert ihr euren Roboter selbst, Schritt für Schritt! Dabei erlebt ihr, wie Technik funktioniert. LEGO Education SPIKE Prime fördert Kreativität, logisches Denken und Problemlösungsfähigkeiten. Ein abenteuerliches Erlebnis mit Motoren, Sensoren und farbigen Klemmbausteinen. In Kooperation mit dem BayernLab Traunstein. **Keine Vorkenntnisse erforderlich.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

1 x Mo, 13.04.2026, 14.30 - 16.00 Uhr
EUR 5,-

607 ›NEU

Geocoaching – Wir machen eine digitale Schnitzeljagd (ab 10 Jahren)
MITARBEITER BAYERNLAB TRAUNSTEIN

Mit dem Smartphone oder einem GPS-Gerät in der Natur versteckte Schätze finden: Das ist Geocoaching. Ihr bekommt Rätsel, deren Lösungen euch von einem Cache zum nächsten führen. Am Ziel wartet dann der große Schatz. Vorab erhaltet ihr von uns eine Einführung zum Thema Geocoaching und wie Satelliten-Navigation mit GPS funktioniert. Ihr könnt gern ein eigenes Smartphone zur Schatzsuche mit dem BayernAtlas nutzen. Mobilen WLAN-Hotspot stellt das BayernLab zur Verfügung. In Kooperation mit dem BayernLab Traunstein. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte an wetterfeste Kleidung denken!

**Treffpunkt: Aegidiplatz,
 vor dem Alten Feuerhaus**
1 x Mo, 15.06.2026, 14.30 - 16.00 Uhr
EUR 5,-

621

**Töpfern in den Ferien
 für Kinder ab 5 Jahren**
SUSI HECKEL

Nach Lust und Laune töpfern, der eigenen Kreativität freien Lauf lassen... Die entstandenen Kunstwerke werden von der Dozentin gebrannt und glasiert. Inklusive Ton- und Brennkosten.

**Keramik*Kreativ*Zauber, Bad Rhall,
 Innsbrucker Str. 5 (Hinterhof)**
1 x Mo, ab 16.02.2026, 10.00 - 12.00 Uhr
EUR 47,-

622

**Töpfern für den Mutter- oder Vatertag
 für Kinder ab 5 Jahren**
SUSI HECKEL

Wir töpfern liebevolle Geschenke für Mama und Papa - alles was mit Herz zu tun hat: Herzschale, Herz auf dem Stab oder Eigenkreationen. Die Überraschung zählt... Die entstandenen Kunstwerke werden von der Dozentin gebrannt und glasiert. Inkl. Ton- und Brennkosten

**Keramik*Kreativ*Zauber, Bad Rhall,
 Innsbrucker Str. 5 (Hinterhof)**
1 x Mo, ab 23.03.2026, 15.00 - 17.00 Uhr
EUR 47,-

625

**Kinder-Malkurs mit Acrylfarben –
 der Kreativität Raum geben! (ab 6 Jahren)**
EVA MARSCHALL,
 Akademische Malerin und Maltherapeutin

Es soll Spaß und Freude bereiten, das eigene Potential zu entdecken. Ich male mit den Kindern auf Leinwand, die Themenwahl ist frei. Das Ziel der Künstlerin ist es, die Kreativität und Konzentration jedes einzelnen Kindes zu fördern.

Leinwände (ca. EUR 4,- bis EUR 8,- je nach Größe) können bei der Dozentin erworben werden, alle anderen Materialien sind in der Kursgebühr enthalten.

**Privat-Atelier, Eva Marschall,
 Ludwig-Thoma-Str. 10**
4 x Di, ab 03.03.2026, 16.30 - 18.00 Uhr
EUR 60,-

WENN DU HERAUSFINDEN
 MÖCHTEST, OB SICH DEIN
 SOHN WIRKLICH EINE
 E-GITARRE TÖPFERN KANN...
TONFREI ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE

WEITERE ANGEBOTE



Stadt. Musikschule Bad Reichenhall
 Leitung: **DR. CORNELIA FISCHER-HÜTTL**
 Altes Feuerhaus, Aegidiplatz 3,
 83435 Bad Reichenhall
Tel.: +49 8651 9515117
 E-Mail: info@musikschule-bad-reichenhall.de
www.musikschule-bad-reichenhall.de

Eltern-Kind-Gruppe

Dieser Kurs möchte Kleinkinder und deren Eltern spielerisch an die Musik heranführen. Ziel ist es, dass Musik einen festen Bestandteil im Familienleben einnimmt, ohne dass der Leistungsgedanke im Vordergrund steht.

Alter: 1 1/2 - 3 Jahre

Beginn: Herbst/Winter

**(Einstieg jederzeit möglich,
wenn Plätze vorhanden sind)**

Gebühr: 87,00 EUR

Dauer: 10 Unterrichtseinheiten à 45 Min.

Musikalische Früherziehung

In der Musikalischen Früherziehung I und II entdecken Kinder ab 4 Jahren die bunte Musikwelt. Die Inhalte sind: Singen und Sprechen, elementares Instrumentalspiel, Musik und Bewegung, Musikhören, Instrumenteninformation und Grundkenntnisse der Musiklehre.

Alter: MFE I für Kinder 4 – 5 Jahre

MFE II für Kinder 5 – 6 Jahre

Beginn: zum neuen Schuljahr eines Jahres

Gebühr: 242,00 EUR pro Schuljahr

Dauer: Kurssystem über 2 Jahre, wenn nach einem Jahr keine Kündigung erfolgt, geht es automatisch in die MFE II

Instrumentenkarussell

Das Instrumentenkarussell wendet sich an Grundschulkinder, die gerne ein Instrument erlernen möchten, aber noch nicht genau wissen, für welches sie sich entscheiden sollen.

Alter: Grundschulalter

Beginn: Herbst und Frühjahr eines Jahres

Gebühr: 210,00 EUR

Dauer: 1/2 Jahr

Kammerorchester Corona

Alter: ab 15 Jahre

Beginn: Einstieg jederzeit möglich

Jahresgebühr: 180,00 EUR

Probetermine: montags 19:15 – 20:45 Uhr

GESCHÄFTS- STELLE

KULTUR- UND BILDUNGSFORUM/ VOLKSHOCHSCHULE BAD REICHENHALL

ALTES FEUERHAUS
AEGIDIPLATZ 3
D-83435 BAD REICHENHALL
2. STOCK

TEL.: +49 8651 951 51-0
E-MAIL: INFO@VHS-REICHENHALL.DE
INTERNET: VHS-REICHENHALL.DE

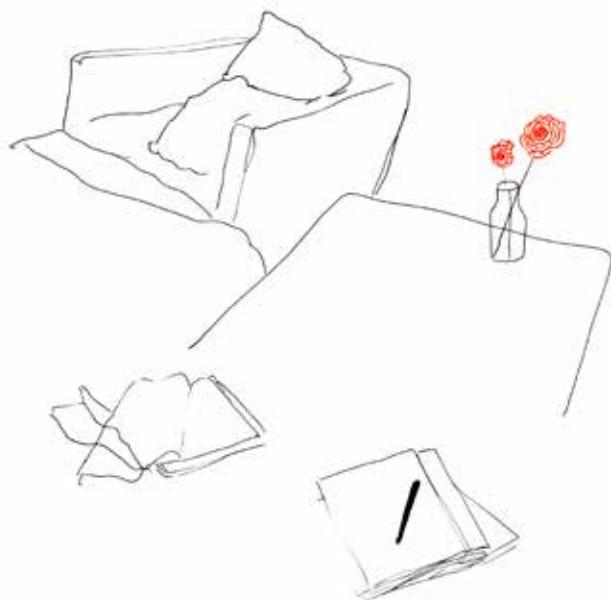
ÖFFNUNGSZEITEN (VORMITTAGS)
MONTAG BIS FREITAG, 09.00 BIS 12.00 UHR

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Unsere Veranstaltungen und die Buchung von Kursen unterliegen den Allgemeinen Geschäftsbedingungen der vhs Bad Reichenhall.

Diese finden Sie unter:
vhs-reichenhall.de/agb/widerruf

Zum Datenschutz:
vhs-reichenhall.de/datenschutzerklaerung



Anmeldung

Altes Feuerhaus
Aegidiplatz 3
D-83435 Bad Reichenhall
Zimmer 2.05, 2. Stock (Integrationskurse)
Zimmer 2.07. 2. Stock (Allgemeine Anmeldung)

Persönlich und per E-Mail ab Mo, 12.01.2026
Online-Anmeldung www.vhs-reichenhall.de
ab Erscheinen des Programms möglich.

Leitung der Volkshochschule

Stefan Wimmer
info@vhs-reichenhall.de

Stellvertretende Leitung

Dr. Sandra Flatscher
Tel.: +49 8651 951 51-10
flatscher@vhs-reichenhall.de

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter:

Christine Böhme / Aliona Schön
Verwaltung, Anmeldung
boehme@vhs-reichenhall.de
Tel. +49 8651 951 51-0

Barbara Inneberger
Fachbereiche Fremdsprachen / Politik /
Gesellschaft
inneberger@vhs-reichenhall.de
Tel.: +49 8651 951 51-11

Susann Hahnert M.A.
Fachbereiche Ernährung / Kreatives Gestalten /
Ländervorträge/Musik/Kommunikation
hahnert@vhs-reichenhall.de
Tel.: +49 8651 951 51-13

Christine Heimendahl
Fachbereiche Gesundheit / Fitness / Buchhaltung
heimendahl@vhs-reichenhall.de
Tel.: +49 8651 951 51-12

Dr. Gabriel Negraschus
Fachbereiche Integration / Arbeit und Beruf / EDV
und Medienkompetenz
negraschus@vhs-reichenhall.de
Tel.: +49 8651 951 51-14

**Beirat der Volkshochschule
Bad Reichenhall**

Dr. Christoph Lung
Oberbürgermeister

Rainer Hüller
Stadtrat

Vera Kaniber
Stadträtin

Stephanie Kunz
Stadträtin

Dr. Herbert Lackner
Stadtrat

Monika Tauber-Spring
Stadträtin u. Kulturreferentin

Hans-Walter Partsch
Dozent*innenvertreter
hw.partsch@t-online.de

**Das Büro der Volkshochschule ist während
folgender Ferien geschlossen oder nur per
E-Mail erreichbar:**

Osterferien: 30.03. – 10.04.2026
Tag der Arbeit: 01.05.2026
Christi Himmelfahrt: 14.05.2026
Pfingstferien: 25.05. – 05.06.2026
Sommerferien: 17.08. – 30.08.2026

Impressum

Verantwortlich: KUB-Forum/Volkshochschule
Bad Reichenhall, Aegidiplatz 3, 83435 Bad Reichenhall, Tel.: 08651 / 95151-0
Anzeigenverkauf: KUB-Forum/Volkshochschule
Bad Reichenhall, 83435 Bad Reichenhall

Auflage: ca.xxx
Druck: xxx
Erscheinungszeitraum:
2 x jährlich, Januar und Juli
Layout & Satz: Martin Köppl

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in diesem Programmheft auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Soweit personenbezogene Bezeichnungen nur in männlicher Form angeführt sind, beziehen sie sich auf Männer und Frauen in gleicher Weise.

Alles im Wandel: Programmänderungen und Irrtümer vorbehalten.

Eine Einrichtung von



BAD REICHENHALL
Große Kreisstadt

VOLKSHOCHSCHULE
BAD REICHENHALL



MACH AUS FREUDE KÖNNEN