

09/10 — 26

LESEN. ATMEN. SPIELEN & WISSEN.

DAS VHS PROGRAMM
SEPTEMBER/OKTOBER 2026



VHS-REICHENHALL.DE

VHS
volkshochschule
bad reichenhall

LERNEN IST VORFREUDE AUF SICH SELBST.

Richard David Precht

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

wozu eigentlich Volkshochschule? Braucht's die noch? Diese provokante Frage mag der ein oder andere Leser dieses Hefts stellen. Jedenfalls aber ist es eine Frage, die in Zeiten von digitalen Suchmaschinen, Künstlicher Intelligenz und deren aggregierten Datensätzen nachvollziehbarerweise aufgeworfen wird. Kurzum: Die Volkshochschule muss sich dieser Frage stellen und sie überzeugend beantworten.

Ich meine, dass dieses Programm die Antwort auf die Frage nach der Berechtigung von Volkshochschulen enthält. Die Erwachsenenbildung ist und bleibt der Kernauftrag der vhs, sie wird flankiert von Sport- und Kulturangeboten. Entscheidend ist, dass der Mensch für uns im Mittelpunkt steht. Das Angebot der vhs umfasst das Verfügbarmachen von individuellem Wissen – aber das kann KI auch und vielleicht sogar besser. Zum Denken anregen, im Dialog nach Lösungen suchen und Verbindung zwischen Menschen schaffen, all das kann KI ganz sicher nicht. Das kann vor allem die vhs.

Insofern ist die Frage klar zu beantworten: Gerade in einer Zeit, in der die Wissensvermittlung durch neue technische Möglichkeiten auf den Kopf gestellt wird, bildet die Volkshochschule einen stabilen Anker in der Bildungslandschaft vor Ort: Qualitativ hochwertig, verlässlich und persönlich. Lassen Sie sich von dem vielfältigen Angebot überzeugen!

Mit den besten Empfehlungen herzlichst

Ihr Dr. Christoph Lung

Oberbürgermeister Bad Reichenhall

**PERSPEKTIV
WECHSEL:**
WENN GEMEINSCHAFTEN,
NICHT VON EINEM
SONDERN VIELN AUS
STANDPUNKTEN UND
BETRACHTET
ERARBEITET
WERDEN MÜSSEN.

KUB

kultur und bildungsforum
bad reichenhall

KA

kunstakademie
bad reichenhall

VHS

volkshochschule
bad reichenhall

*Liebe Teilnehmende, liebe Dozentinnen und Dozenten,
liebe Bürgerinnen und Bürger der Stadt Bad Reichenhall
und der Region,*

in den vergangenen Monaten haben wir uns intensiv mit der Zusammenführung der vhs mit der Kunstakademie in Bad Reichenhall beschäftigt. Daraus resultierte auch eine Analyse der Arbeitsprozesse, unserer Kommunikation und nicht zuletzt unseres Programms selbst. Einige der Ergebnisse sehen Sie in unserem neuen Auftritt.

Erstens haben wir dem Kultur- und Bildungsforum ein neues Aussehen gegeben, weil es nun das Dach zweier traditioneller und dennoch gegenwärtiger Bildungseinrichtungen ist und beide Einrichtungen darunter auch optisch eine Einheit bilden sollen.

Zweitens haben wir aus den vergangenen Jahren und vielen Gesprächen mit Ihnen festgestellt, dass die Aufteilung des vhs-Jahres in 2 Semester nicht nur Vorteile hat. Damit Sie häufiger, aktueller und zielgenauer informiert werden, senden wir Ihnen nun das Programm der vhs in Broschüren mit zweimonatiger Laufzeit insgesamt 6 mal im Jahr zu. Natürlich ist das Programm ausführlich und permanent aktualisiert über 12 Monate auf unserer Homepage einseh- und buchbar.

Drittens nutzen wir nun die Möglichkeit, Ihnen mehr über das Angebot der Kunstakademie zu zeigen und vor allem Ihnen Programme anzubieten, wie man vom Anfänger zum Fortgeschrittenen und zu guter Letzt zum Experten werden kann.

Bleiben Sie neugierig!

*Ihre Stefan Wimmer und Dr. Sandra Flatscher
mit dem Team der vhs*

WAS DÜRFEN SIE DENN VON UNS ERWARTEN?

Ein Essay zum Erfüllen von Erwartungen.

Wenn Sie uns so fragen, sprechen wir eigentlich über eine der schönsten menschlichen Superkräfte – das freudige Vertrauen in die Zukunft.

Philosophisch betrachtet ist eine Erwartung kein stures Pflichtenheft, sondern ein unsichtbares Band des Zutrauens. Sie ist die Kunst, einen Raum für gelungene Überraschungen zu öffnen. Wer nur das Erwartete liefert, bleibt zwar korrekt aber langweilig. Wer es übertrifft, schafft Erstaunen und Begeisterung.

Deshalb dürfen Sie von uns genau das erwarten: Verlässlichkeit, liebevoll gewürzt mit einer Prise kreativer Unvorhersehbarkeit. Wir wollen Ihre Wünsche nicht bloß bürokratisch verwalten, sondern sie nehmen, voller Freude in die Luft werfen und als buntes Konfetti auf Sie herabregnen lassen. Das Erfüllen von Erwartungen ist am Ende keine mathematische Pflichtaufgabe, sondern ein lebendiger, gemeinsamer Tanz. Sie bringen das Vertrauen mit, wir die Leidenschaft. Expecten Sie also ruhig Großes von uns.





INHALT

1 Politik / Gesellschaft / Umwelt	08
2 Kultur / Gestalten	26
3 Gesundheit / Ernährung	42
4 Sprachen	66
5 Arbeit / Beruf	84
6 Junge vhs	96
Anlaufstelle für Weitblicker	102

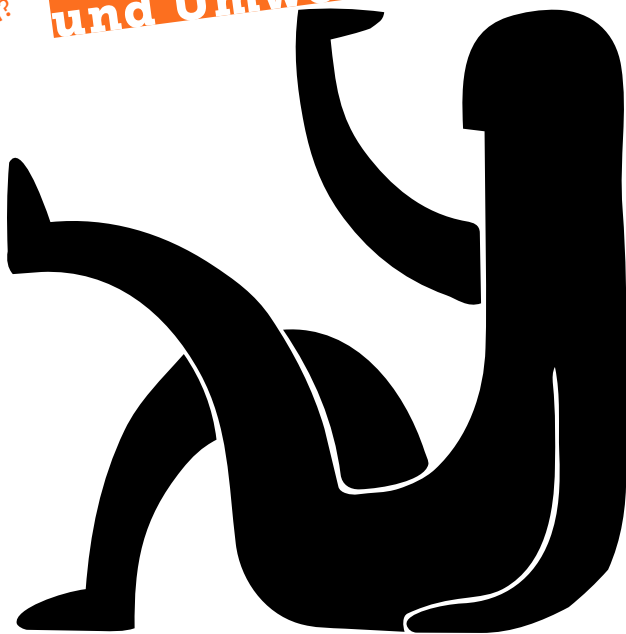
**DU WILLST
DAS HOW —
WIR PUSHEN
DEIN KNOW.**

GEN WIEDERHOLT SICH GESCHICHTE? KEIN WELTFRIEDEN OHNE RELIGIONSFR



IEDEN?

Unsere Kurse für
**Politik / Gesellschaft
und Umwelt**





BAD REICHENHALL UND UMGEBUNG – DIE HEIMAT NEU ENTDECKEN

V105

**Bairisch für Zuagroaste und Bayern, deren Herz
für die Heimat schlägt**

THOMAS MAYER

Kabarettist Thomas Mayer - der „Vogelmayer“ - lädt ein zu einem humorvollen Einblick in Sprache, Kultur und Mentalität der Bayern.

Altes Feuerhaus, Raum 0.02

1 x Sa, 10.10.2026, 10:00 – 13:00 Uhr

33,00 €

V106

Besuch beim Kramperl-Schnitzer

RICHARD KRANAWETVOGL

Wir besuchen einen Kramperl-Schnitzer in seiner Werkstatt und schauen ihm über die Schulter: Wie entsteht eine echte Kramperl-Loavn?

**Werkstatt Kranawetvgl, Anfangmühlweg 13,
Marktschellenberg/Scheffau**

1 x Fr, 09.10.2026, 15:00 – 16:30 Uhr

10,00 €

GESCHICHTE

V110

Starke Frauen: Marie Curie und die Radioaktivität

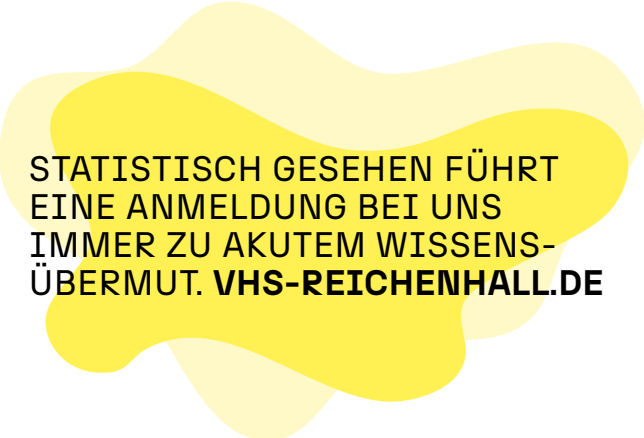
MARTIN SCHNEIDER

Die Veranstaltung skizziert die Arbeiten und die Karriere Marie Curies im Spannungsfeld der Frauenemanzipation des beginnenden 20. Jahrhunderts sowie in der Zeit des europäischen Nationalismus.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Do, 08.10.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

15,00 €



STATISTISCH GESEHEN FÜHRT
EINE ANMELDUNG BEI UNS
IMMER ZU AKUTEM WISSENS-
ÜBERMUT. **VHS-REICHENHALL.DE**



VHS.WISSEN LIVE ONLINEKURSE (KOSTENFREI)

V112A

Frankreich vor den Präsidentschaftswahlen

HELENE BUBROWSKI, MICHAELA WIEGEL

1 x Do, 17.09.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

V112B

Kunst im Ohr – Ein Livestream für alle Sinne 3

*ANDREA WENIGER, JOCHEN MEISTER,
CLAUDIA BÖHME*

1 x Mi, 23.09.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

V112C

**STONEHENGE. Uralte Geheimnisse,
neue Entdeckungen**

HEINER SCHWARZBERG

1 x Mi, 30.09.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

V112D

**Der Wolf und die Deutschen:
Konflikt oder Koexistenz?**

HERIBERT HOFER

1 x Mo, 05.10.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

V112E

**Vertrauen in Wissenschaft –
zwischen Expertise und Skepsis**

MIKE S. SCHÄFER

1 x Di, 06.10.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

V112F

**Deutsch-jüdische und israelische Literatur –
Ein Gespräch zwischen Michael Krüger und
Jakob Hessing***JAKOB HESSING, MICHAEL KRÜGER***1 x Mo, 12.10.2026, 19:30 – 21:00 Uhr**

V112G

**Kohlendioxid als Rohstoff:
Wie schließen wir den Kreislauf?***CLAUS DANIEL***1 x Di, 13.10.2026, 19:30 – 21:00 Uhr**

V112H

**Die Abschottung der Welt: Als Juden vor
verschlossenen Grenzen standen. 1933–1945***SUSANNE HEIM***1 x So, 18.10.2026, 19:30 – 21:00 Uhr**

V112I

**Versunkene Welten: Ruinenstädte in der Antike
von Troja bis Pompeji***DR. MARTIN ZIMMERMANN***1 x So, 25.10.2026, 19:30 – 21:00 Uhr**

V112J

**Künstliche Intelligenz und Bildung –
Lernen mit und lernen trotz KI***UTE SCHMID***1 x Mi, 28.10.2026, 19:30 – 21:00 Uhr**



POLITIK

V137

Sind Religionen gefährlich?

GEORG SPINDLER

Viele Kriege und Konflikte werden religiös gerechtfertigt. Sind Religionen vielleicht generell gefährlich? Diskutieren Sie mit!

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Mi, 21.10.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

12,00 €

POLITIK ONLINE (KOSTENFREI)

V138A

Die Bedrohung des demokratischen Verfassungsstaates

PROF. DR. URSULA MÜNCH

1 x Mi, 07.10.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

V138B

Kleiner Streifzug in die wachstumskritische Wirtschaftswissenschaft

PROF. DR. NIKO PAECH

1 x Mo, 12.10.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

V138C

Krisen, Konflikte, Migration: Was die Mobilität in Afrika wirklich antreibt

PROF. DR. TOBIAS HEIDLAND

1 x Mo, 19.10.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

V138D

Politik online: Brasilien, BRICS+ und die Weltordnung*DR. CLAUDIA ZILLA***1 x Mi, 21.10.2026, 19:00 – 20:30 Uhr**

V138E

Politik online: Politisches Vertrauen und gesellschaftlicher Zusammenhalt in Krisenzeiten*DR. STEFFEN WAMSLER***1 x Mo, 26.10.2026, 19:00 – 20:30 Uhr**

V138F

Politik online: Religion trifft Demokratie: Bildung zwischen Vielfalt und Verantwortung*DR. SABINE EXNER-KRIKORIAN***1 x Mi, 28.10.2026, 19:00 – 20:30 Uhr**

VERBRAUCHERBILDUNG

V140

Finanzen für Frauen – selbstbestimmt, klar und ohne Angst*MIRIAM MACHATA*

In diesem inspirierenden Impuls-Seminar entdecken Sie, wie einfach und befreiend es sein kann, die eigenen Finanzen selbst in die Hand zu nehmen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01**1 x Mi, 14.10.2026, 18:30 – 20:00 Uhr****15,00 €**



V160

Digitaler Nachlass - Passwörter sicher hinterlegen: So erhalten Hinterbliebene Zugang zu digitalen Konten und Verträgen

INGRID SCHMIDT

Oft existieren wichtige Vertragsdaten nur noch digital. Welche Vorkehrungen sollten dafür im Todesfall getroffen werden?

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

1 x Di, 06.10.2026, 14:30 – 16:00 Uhr

5,00 €

ONLINE-KURSE DER VERBRAUCHERZENTRALE (KOSTENFREI)

V150

**vhs.online: E-Mobilität –
Elektrisiert in die Zukunft!**

1 x Di, 01.09.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

V151

**vhs.online: Mit Sonne rechnen –
das eigene Dach nutzen**

1 x Mi, 23.09.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

V152

**vhs.online: Neue Heizung? Aktuelle Gesetze,
Förderungen und technische Möglichkeiten**

1 x Mo, 05.10.2026, 10:00 – 11:00 Uhr

V153

**vhs.online: Wie schütze ich mein Haus gegen Ex-
tremwetterereignisse wie Hitze, Regen und Flut?**

1 x Do, 29.10.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

PSYCHOLOGIE/PERSÖNLICH- KEITSENTWICKLUNG

V171

Workshop auf der Fraueninsel: Ich mach mir die Welt, wie sie mir gefällt – Intuitives Schreiben, Fotografieren und Malen

*SUSANNE MARIA SCHUMACHER,
Journalistin, Coach*

Entdecken Sie inneres Glück durch intuitives Malen und Schreiben, sehen Sie Wesentliches im freien Fotografieren und Zeichnen.

Abtei der Benediktinerinnen Frauenwörth

1 x Sa, 19.09.2026, 09:30 – 16:30 Uhr

75,00 €

V172

Impulstag auf der Fraueninsel: Me Time! Das erfrischende Selbstfürsorge-Training auf der Fraueninsel

*SUSANNE MARIA SCHUMACHER,
Journalistin, Coach*

Sich selbst wie eine Kostbarkeit behandeln macht stark. In lockerer Atmosphäre üben wir ein liebevolles JA zu uns selbst, schaffen Spielräume und Auszeiten.

Abtei der Benediktinerinnen Frauenwörth

1 x Sa, 24.10.2026, 09:30 – 16:30 Uhr

75,00 €

**JEDERZEIT SOFORTIGES,
IMPULSIVES ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE**



V173

**Gewaltfreie Kommunikation nach
Marshall Rosenberg / Seminar**

*ANETTE GOHLKE, Trainerin Fachverband
Gewaltfreie Kommunikation*

Gefühle mitzuteilen, ohne andere dabei zu verletzen
und zu kritisieren, gelingt mit Gewaltfreier Kommu-
nikation.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

2 x Sa, ab 10.10.2026, 10:00 – 17:00 Uhr

114,00 €

V175

Das Enneagramm in der Beziehung

CHRISTINE DE VOGT,

zert. Vera Birkenbihl-Trainerin, Autorin

Den eigenen ‚Typus‘ und den des Partners/Partnerin
zu erkennen, gibt das bessere Verstehen, die größere
Toleranz und die Freude, die eigenen Stärken aus-
leben zu können.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02

1 x Di, 22.09.2026, 18:00 – 20:30 Uhr

50,00 €

V176

Das Enneagramm im Business

CHRISTINE DE VOGT,

zert. Vera Birkenbihl-Trainerin, Autorin

Das Seminar ‚Das Enneagramm im Business‘ hilft,
die soziale Kompetenz zu erweitern und fördert das
konstruktive Miteinander auf allen Geschäftsebenen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02

1 x Di, 06.10.2026, 18:00 – 20:30 Uhr

50,00 €

V177

**Denken out of the box –
Techniken zur Ideenfindung**

CHRISTINE DE VOGT,

zert. Vera Birkenbihl-Trainerin, Autorin

In diesem Kurs lernen Sie Techniken zur Ideenfindung – ob beruflich oder privat.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02

1 x Di, 27.10.2026, 18:00 – 20:30 Uhr

50,00 €

PHILOSOPHIE/ETHIK

V178A

**Patientenverfügung –
Workshop auf der Fraueninsel**

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

Frau Dr. Birgit Krause-Michel wird mit Ihnen und Ihrem Bevollmächtigten eine Patientenverfügung erstellen, mit der Sie Ihr Recht auf Leben und Sterben in Würde durchsetzen können!

1 x Sa, 10.10.2026, 09:30 – 16:30 Uhr

65,00 €

V178B

„Leben bis zuletzt“ - Patientenverfügung

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

Tipps und Tricks bei der Gestaltung einer konkreten Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Mo, 19.10.2026, 18:00 – 20:00 Uhr

15,00 €



V178C

„Leben bis zuletzt“ - Mein Recht auf ein selbstbestimmtes Sterben in Würde

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

Aktuelle Informationen zur „erlaubten Sterbehilfe“.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Mo, 26.10.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

12,00 €

V187

Leichter Entscheiden lernen:

Praktische Philosophie im Alltag

THOMAS WIGGER

Dilemmata begegnen uns überall. Zwei Abende zeigen, wie Praktische Philosophie bei moralischen Konflikten Orientierung gibt – mit Theorie, Diskussion und Übungen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

2 x Mi, 14.10.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

30,00 €

V189

Geschichte der abendländischen Philosophie im Dialog

HELMUT RUSSEGG

Diskursreihe zur Philosophie von der Antike bis zum 20. Jahrhundert. Neueinsteiger herzlich willkommen!

Karls gymnasium Bad Reichenhall/Seminarraum

**7 x Do, 01.10./22.10./12.11./26.11./10.12.2026,
14.01./28.01.2027,**

18:30 – 20:00 Uhr

75,00 €

VHS UNTERWEGS

V190

**Führung durch die Salzburger Festspielhäuser -
mit eigener Anfahrt!**

BETRIEBSPERSONAL

Diese Führung durch die Salzburger Festspielhäuser bietet spannende Einblicke in die weltberühmten Spielstätten der Salzburger Festspiele.

**Treffpunkt: Salzburger Festspiele Shop
(Säule mit Maske, Gittertor)**

1 x Do, 29.10.2026 11:00 – 12:15 Uhr

15,00 €

V191

**Besichtigung der Talsperre Kibling, des Rest-
wasserkraftwerkes und des Einlaufbauwerkes**

DB ENERGIE GMBH

Besichtigung der historischen Talsperre Kibling und des Einlaufbauwerkes (beides erbaut zwischen 1910 und 1913) und des modernen Restwasserkraftwerkes.

Treffpunkt: Kibling, Parkplatz ehem. Café am See

1 x Mi, 16.09.2026, 14:00 – 16:00 Uhr

10,00 €

V192

Besichtigung des Saalachkraftwerks

DB ENERGIE GMBH

Besichtigung des Saalachkraftwerks
in Bad Reichenhall

**Treffpunkt: KW Reichenhall,
Thumseestr. 25, Haupttor**

1 x Mi, 23.09.2026, 14:00 – 16:00 Uhr

10,00 €



PREDIGTSTUHL BAHN

Die historische Predigtstuhlbahn – die Grande Dame der Alpen – schwebt seit 1928 majestätisch über Bad Reichenhall auf den 1.613 m hohen Predigtstuhl. Oben erwartet Sie ein herrliches Wanderplateau mit ganzjährig nutzbaren Wegen, atemberaubenden Ausblicken und zwei besonderen Einkehrzielen: dem eleganten Bergrestaurant an der Bergstation und der urig-gemütlichen Schlegelmuldenalm mitten in der Bergwelt.

Ein Erlebnis aus Nostalgie, Natur und Genuss – zu jeder Jahreszeit.

www.predigtstuhlbahn.de





V193

Verborgene Schätze - Führung durch Salzburgs verborgene Besonderheiten - mit eigener Anfahrt!

*SUSANNA IHNINGER-LEHNFELD,
BA, Austria Guide*

Eine Führung, die Besonderheiten in der Stadt hervorstreicht und Sie an nicht ganz so übliche Plätze der Stadt bringt.

Treffpunkt: Kapitelplatz / "Goldene Kugel"

1 x Sa, 10.10.2026, 14:00 – 16:30 Uhr

35,00 €

V194

Frauenspuren - mit eigener Anfahrt!

*SUSANNA IHNINGER-LEHNFELD,
BA, Austria Guide*

Frauen, die nicht immer hinter erfolgreichen Männern gestanden haben, gibt es in Salzburg genug. Die Namen dieser Frauen gilt es in Erinnerung zu rufen!

Treffpunkt: Kapitelplatz / "Goldene Kugel"

1 x Sa, 24.10.2026, 14:00 – 16:30 Uhr

27,00 €

V198

Mostra: La città alta

Ausstellung: Die Obere Stadt

ALDO DI MATTEO

Museumsführung in italienischer Sprache durch die Sonderausstellung im Reichenhall Museum. Eintritt ins Museum nicht in Kursgebühr enthalten.

Reichenhall Museum

1 x Sa, 10.10.2026, 10:00 – 12:00 Uhr

15,00 €

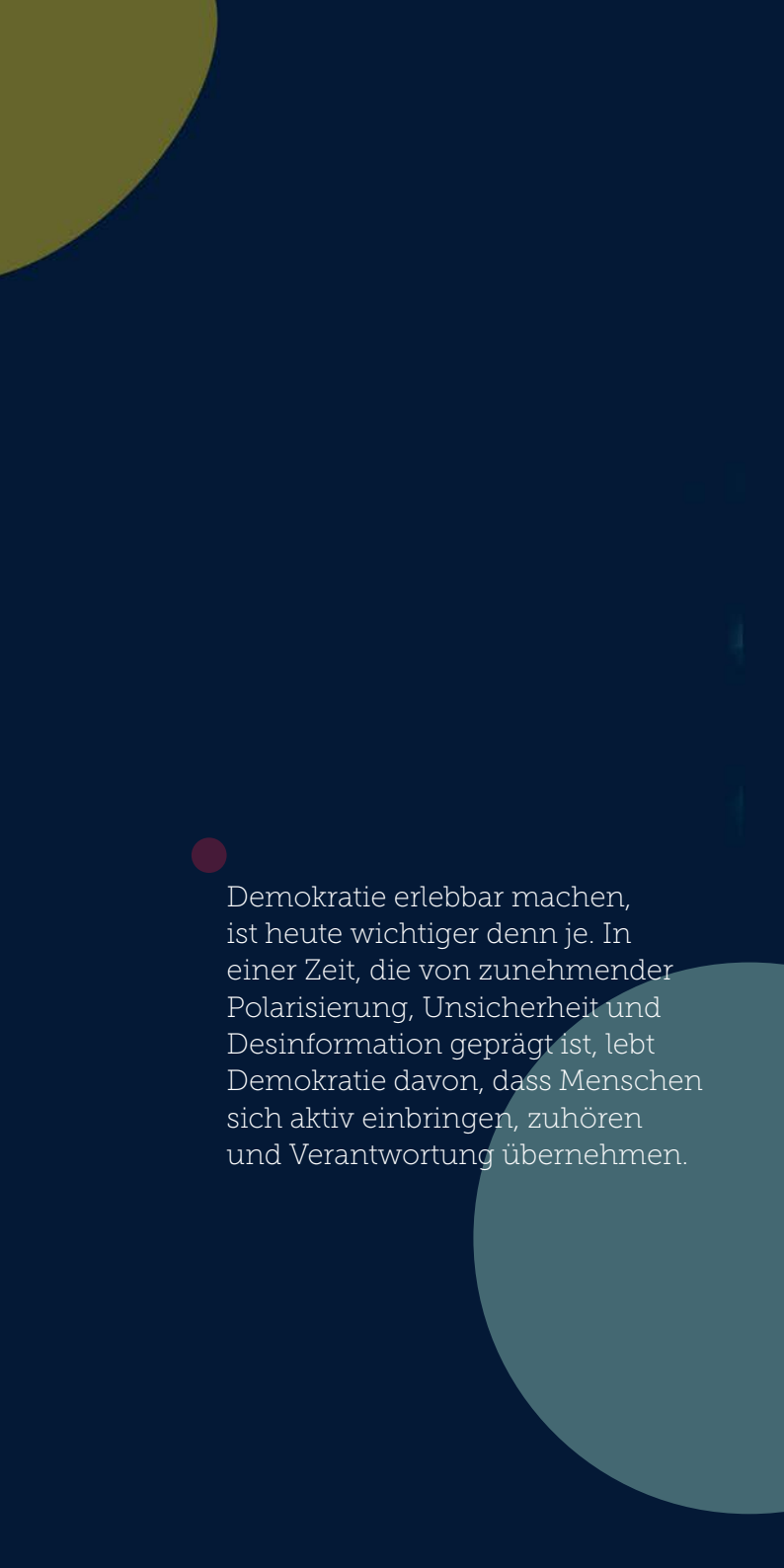
Lange Nacht der
DEMOKRATIE *

SEI DABEI!

2. OKTOBER 2026

Bad Reichenhall

www.lange-nacht-der-demokratie.de



Demokratie erlebbar machen,
ist heute wichtiger denn je. In
einer Zeit, die von zunehmender
Polarisierung, Unsicherheit und
Desinformation geprägt ist, lebt
Demokratie davon, dass Menschen
sich aktiv einbringen, zuhören
und Verantwortung übernehmen.

**STELL DIR
JETZT BLOSS
KEIN BREITES
GRINSEN VOR.
HA!
ERWISCHT.**

e durch den Frühling Erwachsenen-Ballett Dance Moves – Model





en Style wie man in Bilder

Unsere Kurse für **Kultur & Gestalten**

ichte erzählte Papiergeschichten



MUSIK

V200

Gitarrenunterricht für Fortgeschrittene *NATALIA MARASHOVA*

In 6 Unterrichtseinheiten werden technische und musikalische Fähigkeiten entwickelt und verbessert. Für Spieler mit guten Vorkenntnissen des Gitarrenspiels und Notenlehre.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

**6 x Fr, 25.09., 16.10., 30.10., 20.11., 18.12., 22.01.2027,
18:00 – 19:00 Uhr**

90,00 €

V201

Mit der Mandoline durch Herbst und Winter Für Teilnehmer mit Grundkenntnissen *NATALIA MARASHOVA*

In 6 Unterrichtseinheiten wird der Akzent besonders auf die Technik der Mandoline, Notenlehre und Zusammenspiel gesetzt. Grundkenntnisse des Mandolinspiels und Notenkenntnisse erforderlich.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

**6 x So, 27.09., 11.10., 15.11., 13.12.,
17.01.2027, 31.01.2027**

16:00 – 17:00 Uhr

45,00 €

V202

Mit Ukulele durch Herbst und Winter

Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

NATALIA MARASHOVA

Der Kurs bietet Ihnen die perfekte Gelegenheit, Ihre Fähigkeiten zu erweitern und in nur wenigen Monaten bekannte Lieder zu begleiten und beliebte Melodien zu spielen.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

**7 x Sa, 03.10., 17.10., 14.11., 21.11., 05.12.,
19.12.2026, 23.01.2027 10:00 – 11:30 Uhr
115,00 €**

V203

Mit der Kaminfeuergitarre durch Herbst und Winter

Für Anfänger und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen

NATALIA MARASHOVA

In 7 Einheiten vermittele ich Ihnen das Know How und die nötigen Grundkenntnisse, um schon in diesem Winter am Kaminfeuer, bei Familienfeiern oder sonstigen Gitarrensessions mitspielen zu können.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

**7 x So, 04.10., 18.10., 15.11., 29.11., 13.12.2026,
17.01., 31.01.2027 10:00 – 11:30 Uhr
130,00 €**

**WENN DEINE FREUNDE DAUERND
DEINE GITARRE VERSTECKEN...
LIEBER SCHNELL ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE**



V204

Ukulele für Anfänger – Anfängerkurs für Jugendliche ab 14 Jahren und Erwachsene

NATALIA MARASHOVA

Der Kurs ist ideal für Einsteiger, die noch nie Ukulele oder ein anderes Instrument gespielt haben. Wir zeigen dir Schritt für Schritt, Griff für Griff, wie das Ukulelespiel funktioniert.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02

2 x Sa, 17.10. + So, 18.10.2026, 10:00 – 12:00 Uhr

60,00 €

TANZ

V211

Line Dance Latin Style für Einsteiger

MIRIAM MACHATA

Line Dance Latin Style für alle Altersstufen: auch ohne Tanzpartner, mit Spaß an Bewegung und Latino-Choreos aus ChaCha, Rumba und Jive.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

10 x Mo, ab 28.09.2026, 19:00 – 20:00 Uhr

80,00 €

**WENN DEIN HÜFTSCHWUNG
AUSSIEHT WIE EIN HEXENSCHUSS.
BUCH DIR DEINE PRISE ELEGANZ.
VHS-REICHENHALL.DE**

V212

**Line Dance Latin Style –
für Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger**
MIRIAM MACHATA

Aufbaukurs zu Line Dance Latin Style-Kurs. Line Dance Elements aus Chacha, Rumba, Jive, Cumbia. Leicht-Fortgeschrittenen bis Fortgeschrittenen-Niveau.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
10 x Mo, ab 28.09.2026, 18:00 – 19:00 Uhr
80,00 €

V214

Line Dance - Country Style
VALENTINA PEMLER

Beats, Boots und gute Laune! Line-Dance für Bewegung und echtes Country-Feeling. Mit flotten, kurzen Choreos, als Team zusammenwachsen.

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle
5 x Fr, ab 09.10.2026, 18:30 – 19:30 Uhr
40,00 €

V215

Freitanz Atelier - ohne Vorkenntnisse
LUZ ELENA ACOSTA

Kreative Freiheit und Bewegung zu Weltmusik. Im Mittelpunkt stehen Körpergefühl, Sensibilität, Musikalität und der freie individuelle Ausdruck.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
1 x Sa, 10.10.2026, 11:00 – 14:00 Uhr
30,00 €

pwlh.

Miteinander arbeiten.
Voneinander lernen.
Des bassd!

Jetzt einsteigen:
Ausbildung
Freiwilligendienst
Praktikum



Begleitung und Assistenz
für Menschen mit Behinderung

Pidinger Werkstätten GmbH der Lebenshilfe BGL:

Hirschloh 1+3, 83451 Piding, E-Mail: bewerbung@pwlh.de

KULTURGESCHICHTE

V216

Leonardo da Vinci – das Universalgenie der Renaissance

DR. PHIL. STEFAN SCHMITT

Leonardo – Universalgenie der Renaissance: Maler des „Abendmahls“, und der „Mona Lisa“, vereinte Kunst und Naturwissenschaft auf einzigartige Weise. Bereits Zeitgenossen verehrten ihn als Genie.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

1 x Do, 24.09.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

15,00 €

V217

Michelangelo – der „Göttliche“

DR. PHIL. STEFAN SCHMITT

Michelangelo – der „Göttliche“: Die Zeitgenossen bestaunten dessen Universalität und schier übermenschliche Schaffenskraft. Die Aura der „Pietà von St. Peter“, des „Moses“, des „David“ oder der Sixtinischen Fresken lassen seit Generationen die Besucher ehrfürchtig erschauern.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

1 x Do, 29.10.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

15,00 €

V221

ROM - die Hauptstadt der Welt

HELMUT RUSSEGER

Rom entdecken mit einem fundierten Rom-Kenner: mythische Herkunft, Weltreich, Kunstmetropole und Inspirationsquelle für Dichter und Künstler.

Karls gymnasium Bad Reichenhall/Seminarraum

3 x Mi, ab 30.09.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

35,00 €



KREATIVES GESTALTEN

V230

Gönnen Sie sich eine kreative Pause und entdecken Sie die Kraft achtsamen Fotografierens
CHRISTINA PFAFFEROTT

Dieser Tageskurs führt in achtsame Fotografie ein: bewusst Sehen statt schnell knipsen. Mit Übungen und Fotospaziergängen zur Ruhe kommen und neue Kraft schöpfen. Mitbringen: Kamera/Smartphone mit vollen Akkus, etwas zu Schreiben, wetterangepasste Kleidung

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
1 x Sa, 10.10.2026, 09:30 – 15:30 Uhr
120,00 €

V264

Bridge-Schnupperkurs
BIRGID D'HEUREUSE

Lernen Sie Schritt für Schritt die Grundlagen dieses anspruchsvollen und interessanten Spiels kennen. Vorkenntnisse nicht erforderlich.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
10 x Di, ab 06.10.2026, 16:00 – 17:30 Uhr
80,00 €

V265

Schachkurs für Anfänger und leicht Fortgeschrittene
ROMAN SIMON, THOMAS FERNANDEZ

Lernen Sie richtig Schach spielen: Schachregeln, elementare Schachtaktiken und viel Hintergrundwissen zum Spiel. Vorkenntnisse nicht erforderlich.

Altes Feuerhaus, Raum 0.02
6 x Do, ab 01.10.2026, 17:00 – 18:30 Uhr
15,00 €

V276

Töpferkurs**MARCELLA LEHMANN**

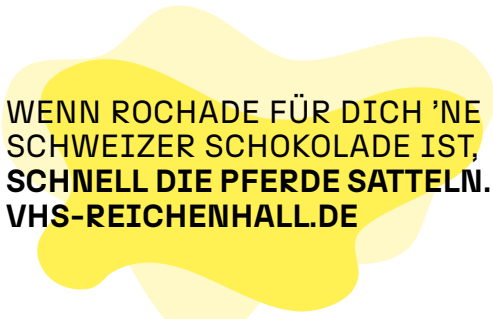
Ich nehme dich in die Welt des Tons mit und zeige dir in diesem Kurs, wie du mit Hilfe von Formen und Aufbautechnik Gebrauchskeramik, Gartenkeramik und vieles mehr herstellen kannst.

Werkstatt TON.HOLZ.HERZ, Thumseestr.**50 Hinterhof, Bad Reichenhall****2 x Fr, ab 02.10.2026, 16:00 – 19:00 Uhr****Kurs A: 9:00 - 12:00 Uhr****Kurs B: 16:00 - 19:00 Uhr****87,00 €**

V280

Aquarellmalerei für Anfänger - Einsteigerkurs**LENA HARRENKAMP**

Transparenz, Leichtigkeit, Zusammenspiel von Wasser und Farbe. Kennenlernen der Grundlagen der Aquarellmalerei und Umsetzung in praktischen Übungen anhand einfacher Landschafts- und Naturmotive.

Mittelschule Zenostr., Werkraum UG**3 x Mi, ab 07.10.2026, 18:00 – 21:00 Uhr****59,00 €**


**WENN ROCHADE FÜR DICH 'NE
SCHWEIZER SCHOKOLADE IST,
SCHNELL DIE PFERDE SATTELN.
VHS-REICHENHALL.DE**

BUCH DIR 'NE NEUE ERINNERUNG.

KOMP ETENZ STEIG ERUNG

Vom ersten Pinselstrich zur künstlerischen Reife.
Starte deine kreative Entwicklung in der vhs und
setze sie fort in der Kunstakademie.
Eine einzigartige Möglichkeit in Bad Reichenhall

Buchung der Kurse in der Kunstakademie über
www.kunstakademie-reichenhall.de

vhs

26H-V280

LENA HARRENKAMP

Aquarellmalerei für Anfänger

3 x Mi, ab 07.10.2026

Mittelschule Zenostr., Werkraum UG

59,00 €

Kunstakademie

053-26

THOMAS HAUBOLD

**Faszination Aquarell –
von der Natur zur Abstraktion**

Mo. 07.09.- Do. 10.09.2026

Kunstakademie, Alte Saline 10

380,00 €

036-26

INGRID FLOSS

Das Aquarell – Abstrakt

Mo. 30.11.- Fr. 04.12.2026

Kunstakademie, Alte Saline 10

530,00 €



*Rebecca Kern,
Mitarbeiterin Marketing*



*Josef Hinterschnaiter,
Finanzierungsberater in Bad Reichenhall*

Echte Nähe entsteht dort, wo man zuhause ist. Wir sind da - für die Menschen und für die Region.

Sparkassler engagieren sich fürs Ehrenamt.



**A Herz
für Dahoam**



**Sparkasse
Berchtesgadener Land**



V281

Freie Malerei mit Acrylfarben - entdecke den Künstler in Dir!**EVA MARSCHALL,***Akademische Malerin und Maltherapeutin*

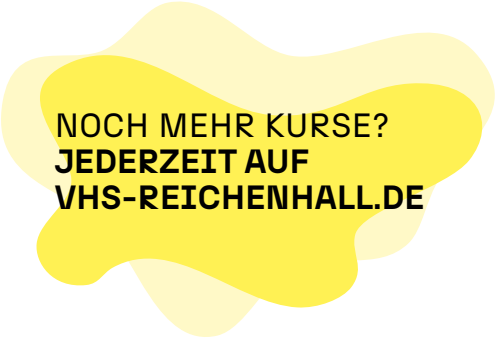
Inspiration und Kreativität stehen im Mittelpunkt.
Unterstützt durch Musik entstehen ausdrucksstarke
Werke mit Acrylfarben.

Privat-Atelier, Eva Marschall, Ludwig-Thoma-Str. 10
4 x Do, ab 15.10.2026, 18:00 – 20:30 Uhr
110,00 €

200-08-26

**online-Kurs: Experimentierfreudiges Akt-
zeichnen (Kunstakademie Bad Reichenhall)****REGINE VON CHOSSY****1 x Fr, 04.09.2026, 17:00 – 19:00 Uhr****65,00 €**

026-2-26

Experimentierfreudiges Aktzeichnen**REGINE VON CHOSSY****Kunstakademie, Alte Saline****Sa 17.10. – So 18.10.2026, 10:00 – 17:00 Uhr****250 €**

**NOCH MEHR KURSE?
JEDERZEIT AUF
VHS-REICHENHALL.DE**



V283

Workshop Natur-Gartendesign

MARTINA ROMSTÖTTER,

Dipl. Ing. (TU), Gartendesignerin

Lernen Sie zum einen die vielfältigen Möglichkeiten des Naturgartens kennen und zum anderen, wie Sie dies gestalterisch in Ihrem Garten umsetzen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

2 x Mo, ab 19.10.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

50,00 €

V287

Fotogruppe der VHS

MARKUS SPRING

Die Fotogruppe begleitet Teilnehmende vom Abbild zum kreativen Ausdruck: Kurzvorträge, Bildbesprechungen, Projekte – präsentiert auf Website und in Ausstellungen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

5 x Mo, 21.09., 26.10., 23.11.2026,

11.01., 01.02.2027, 18:00 – 19:30 Uhr

50,00 €

**FRÜHER DACHTEN MEINE
NACHBARN, ICH ZÜCHTE UNKRAUT.
HEUTE FRAGEN SIE MICH NACH
TIPPS – BESTER KURS EVER!
ERDIG ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE**

ZEICHNUNGSEI7E



VORTRAG & DISKUSSION

PROF. DR.

ANDREAS WIRSCHING

PROFESSOR OF CONTEMPORARY HISTORY LMU MÜNCHEN

**INDIVIDUALISMUS
UND IDENTITÄT IN
DER MODERNEN
DEMOKRATIE**

19. OKT 26 / 19⁰⁰

VORTRAGSSAAL VHS

EINTRITT 12 EUR

SCHÜLER*INNEN & AZUBIS FREI

ANMELDUNG ERFORDERLICH

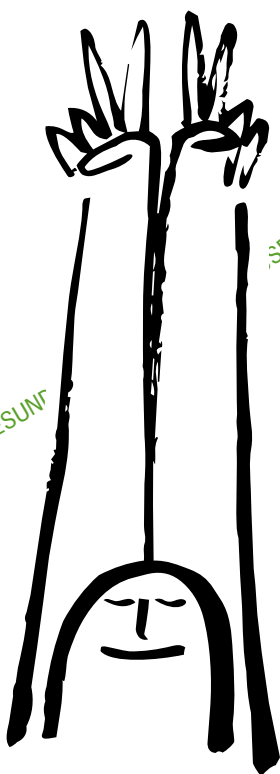
INFO@KUB-REICHENHALL.DE

LUST AUF HAPPY? LÄUFT.

ENS LOW CARB- UND VEGGIE-KÜCHE LEICHT GEMACHT DIE WELT DER ÄTHE



Unsere Kurse für
**Gesundheit &
Ernährung**



RISCHEN ÖLE ERLEBEN! DIE GESUNDE

SEN HORMONYOGA RÜCKENFIT SOMATICS



ERNÄHRUNG

GEGEN LANGWEILIGES ESSEN
HILFT NUR EIN WORT: **ANMELDEN.**
VHS-REICHENHALL.DE

V3000

**Superfoods – Gesundheitswunder oder
cleveres Marketing?**

CORNELIA FIRSCHING

Chiasamen, Goji-Beeren, Matcha oder Açai und Co:
Halten diese „Superfoods“ wirklich, was sie verspre-
chen? Aktuelle Ernährungstrends unter der Lupe und
heimische Alternativen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

1 x Fr, 02.10.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

22,00 €

V3001

Brainfood - Kluge Köpfe essen anders!

CORNELIA FIRSCHING

Lebensmittel können Konzentration und geistige
Leistungsfähigkeit positiv beeinflussen und das Im-
munsystem stärken. Praktische Ideen für Mahlzeiten
und Snacks für alle Generationen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

1 x Do, 08.10.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

22,00 €

V3007

Longevity oder das Geheimnis eines langen, gesunden Lebens*Verena Feifel, M.Sc. der Ernährungswissenschaften*

Das Geheimnis eines langen, gesunden Lebens:
Welche Faktoren beeinflussen unser Altern und was weiß die Wissenschaft heute über Ernährung, Bewegung, Gene und Geist?

Altes Feuerhaus, Raum 2.01**1 x Do, 29.10.2026, 19:00 – 20:00 Uhr****15,00 €**

V3009

Indische und pakistanische Küche*TAHIR NAEEM*

Tauchen Sie ein in die faszinierende Genusswelt Indiens und Pakistans. Frische Zutaten, duftende Gewürze und traditionelle Rezepte. Zzgl. Lebensmittelkosten 25,-

Mittelschule Zenostr., Lehrküche UG (Eingang Grundschule)**1 x Fr, 16.10.2026, 17:00 – 21:00 Uhr****29,00 €**

V3010A

Thailändische Küche*PIYAWADEE ROHITARACHOON-HAAS*

In diesem Kurs lernen wir ausgewählte thailändische Gerichte kennen, die wir dann selbst zubereiten.
Zzgl. Lebensmittelkosten 10,-

Mittelschule Zenostr., Lehrküche UG (Eingang Grundschule)**1 x Fr, 23.10.2026, 17:00 – 21:00 Uhr****29,00 €**



V3011

Pasta Handwerk – frisch, gefüllt, hausgemacht
GIOVANNI DEFILIPPO

Grundlagen der traditionellen Pastaherstellung von feinen Bandnudeln mit Pfifferlingen bis zu Ravioli mit Kürbis-Ricotta-Füllung. Zzgl. Lebensmittelkosten 15,-

Mittelschule Zenostr., Lehrküche UG
(Eingang Grundschule)
1 x Fr, 09.10.2026, 17:00 – 21:00 Uhr
67,00 €

GESUNDHEIT UND MEHR

V305A

10 Pilzarten für Einsteiger:
Basiswissen für eine erfolgreiche Suche
ANNA HEINISCH

Maronen, Steinpilze oder Krause Glucke - der Wald bietet kulinarische Highlights für jeden Geschmack. Dieser Kurs führt Sie Schritt für Schritt an 10 Einsteigerpilze heran.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02
1 x Mi, 14.10.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
19,00 €

V306

Pumperlgsund durch die kalte Jahreszeit
HEIKE PROKISCH

Gesund durch die kalte Jahreszeit: Welche Lebensmittel stärken unseren Körper? Wie können wir unseren Darm im Winter unterstützen? Wann machen Laborwerte Sinn?

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
1 x Fr, 09.10.2026, 15:00 – 18:00 Uhr
33,00 €

V308

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

Über Übungen und anatomisches Wissen finden wir zu mehr Weite und Gelöstheit im Schultergürtel.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**1 x Fr, 23.10.2026, 14:30 – 16:30 Uhr****34,00 €**

V316

**Deine Rückengesundheit –
Übungen für den Alltag***CORNELIA GREINER***Altes Feuerhaus, Raum 3.03****1 x Sa, 10.10.2026, 17:00 – 20:00 Uhr****38,00 €**

V318

**„Wenn Du nicht mehr weiter weißt...!
Hoffnung in der Krise“**

*MARTINA HÜTTINGER, Caritas Fachambulanz BGL,
RAPHAEL KOLLER, Telefonseelsorge
Bad Reichenhall*

Psychische Krisen können jeden treffen. In dieser Veranstaltung werden Wege aus der Dunkelheit aufgezeigt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01**1 x Mo, 12.10.2026, 18:00 – 19:30 Uhr****Kostenlos**

**TEILE DEIN WISSEN UND DEINE
FÄHIGKEITEN, WERDE DOZENT
ODER DOZENTIN AN DER VHS.
INFO@KUB-REICHENHALL.DE**



ENTSPANNUNG & STRESSBEWÄLTIGUNG

V324A

Hatha-Yoga (keine Teilnahmevoraussetzungen)

zertifizierter Präventionskurs gem. § 20 SGB V

CLAUDIA ABEL-LANG

Durch Körper- und Atemübungen wird die Gesundheit gestärkt und Entspannung erreicht.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

8 x Do, ab 01.10.2026, 18:30 – 19:30 Uhr

88,00 €

V324B

Hatha-Yoga f. TN mit Vorkenntnissen

zertifizierter Präventionskurs gem. § 20 SGB V

CLAUDIA ABEL-LANG

Komplexe Übungsreihen, Atem- und Konzentrationsübungen bauen auf den bereits erworbenen Vorkenntnissen auf.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

8 x Do, ab 01.10.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

128,00 €

V330

Beweglich & Stark - Sanftes Rückentraining mit Yogaelementen

CORNELIA GREINER

Dieser Kurs bietet eine Kombination aus gezielten Kräftigungs-, Dehnungs- und Mobilisierungsübungen rund um die Wirbelsäule – ganz ohne Leistungsdruck.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

10 x Do, ab 24.09.2026, 15:30 – 16:30 Uhr

72,00 €

V331

Yogilates für Wiedereinsteiger mit Vorkenntnissen*CORNELIA GREINER*

Wieder fit mit Pilates und Yoga, die harmonisch miteinander verbunden werden.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**10 x Do, ab 24.09.2026, 16:45 – 18:15 Uhr****95,00 €**

V332A

Tai Chi Ch'uan und die Feldenkrais-Methode*ANDREAS LANGHAMMER*

In diesem Kurs für Anfänger lernen Sie beide Methoden kennen: Beweglichkeit, Kraft und das Gleichgewicht wird verbessert.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**15 x Di, ab 06.10.2026, 19:15 – 20:15 Uhr****125,00 €**

V332B

Tai Chi Ch'uan für Fortgeschrittene*ANDREAS LANGHAMMER*

Tai Chi Ch'uan nach den Grundsätzen des Tao: Fließende, harmonische Bewegungen ohne Kraftanstrengung zur Gesundheitsübung, Selbstverteidigung und Meditation.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**15 x Di, ab 06.10.2026, 18:15 – 19:15 Uhr****125,00 €**



BESSER SCHLAFEN

FÜR EINEN TAG VOLLER ENERGIE!

WIR BERATEN SIE GERNE!

Berchtesgaden
Bad Reichenhall

Z BETTEN 
zauer
Da legst di gern nieder!

Matratzen | Bettgestelle | Bettfedernreinigung



V335

Qi Gong für Alle*MARION PFISTERER*

Qi Gong ist ein alter, fernöstlicher Übungsweg, in welchem durch das Zusammenspiel von Bewegung, Vorstellung und Meditation das Qi (Lebensenergie) gestärkt werden soll.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**5 x Mi, ab 23.09.2026, 18:10 – 19:10 Uhr****42,00 €**

V337

**Die Seele baumeln lassen - Fantasiereisen mit
Klangschalen und Chakren-Yoga***CORNELIA GREINER*

Klangschalen und Yoga vereinen sich in diesem Workshop zu tiefer Entspannung.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**1 x Sa, 24.10.2026, 18:00 – 20:30 Uhr****28,00 €**

V340

Stressmanagement und Meditation*WALTER BERGER*

Praktische Techniken für wirksames Stressmanagement: Körper-Scan, Atemübungen und Meditation helfen, Stress zu erkennen und abzubauen.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**3 x Sa, ab 10.10.2026, 15:00 – 16:30 Uhr****48,00 €**



BEWEGUNG/FITNESS

V351

**Beweglich & sicher im Alltag –
Balance, Flexibilität & Rhythmus auch für 65+
MIRIAM MACHATA**

Sanfte Bewegungen und Yin Yoga fördern Gleichgewicht, Beweglichkeit und innere Ruhe. Ideal für Menschen mit Lebenserfahrung – ohne Vorkenntnisse.

**Altes Feuerhaus, Raum 3.03
10 x Mo, ab 28.09.2026, 17:00 – 18:00 Uhr
80,00 €**

V353

**Gymnastik mit Musik für die Altersgruppe 65+
HEDWIG ROLFS-HAMMERL**

Beweglichkeit bis ins hohe Alter erhalten: angepasste Übungen für Dehnung, Gleichgewicht, Koordination und Atmung – für ein sicheres Körpergefühl und gute Haltung.

**Altes Feuerhaus, Raum 3.03
10 x Di, ab 29.09.2026, 10:30 – 11:30 Uhr
65,00 €**

V354

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

Gezielte Übungen mit Kleingeräten stärken Rumpf, Rücken und Haltung – für eine stabile Körpermitte und gesunde Wirbelsäule. Mit Dehnenteil.

**Altes Feuerhaus, Raum 3.03
10 x Mi, ab 30.09.2026, 09:00 – 10:00 Uhr
80,00 €**

V356

Sturzprophylaxe*KARIN KAMML-SCHWEIGER*

Sturzprophylaxe-Training für mehr Balance, Kraft und Sicherheit im Alltag – auch für Einsteiger. Reduziert das Sturzrisiko und stärkt das Körperbewusstsein.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**8 x Fr, ab 02.10.2026, 10:15 – 11:15 Uhr****64,00 €**

V358

Rückenfit*KARIN KAMML-SCHWEIGER*

Mobilisation, Stabilisation und Kräftigung der Rückenmuskulatur – inkl. Tiefenmuskulatur für mehr Stärke und Beweglichkeit. Mit Tipps für einen rückengerechten Alltag.

Schule Heilingbrunnerstraße Gymnastikraum**10 x Mo, ab 28.09.2026, 18:00 – 19:00 Uhr****82,00 €**

V359

Gymnastik für die Frau ab 50*HANNELORE PEMLER*

Gezielte Übungen zur Stärkung der Beckenbodenmuskulatur, Bauch- und Rückenmuskulatur, Gleichgewichtsübungen sowie Arm- und Beintraining, auch mit Therabändern, Stäben und Bällen.

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle**12 x Do, ab 24.09.2026, 18:00 – 19:00 Uhr****78,00 €**



V361

**Tabata-Workout – das effektive
Fatburner-Training für mehr Fitness**

KATARZYNA ZIMMERMANN

Entdecke unseren Tabata-Kurs! Intensives Intervall-
training für Kraft, Ausdauer und Kalorienverbrennung
– mit toller Musik und gegenseitiger Motivation.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

10 x Mi, ab 30.09.2026, 17:10 – 18:00 Uhr

82,00 €

V363

**Indian Balance® –
ein Achtsamkeits- und Kräftigungstraining**

CLAUDIA GOLDSCHMITT

Indian Balance® vereint Ganzkörpertraining mit
innerer Ruhe – inspiriert von Native Americans, be-
gleitet von indianischer Musik.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

1 x Sa, 17.10.2026, 10:00 – 12:00 Uhr

34,00 €

V364

**Faszientraining kompakt –
das Elixier für unsere Gesundheit**

CLAUDIA GOLDSCHMITT

Faszientraining für mehr Beweglichkeit und Wohlbe-
finden: Dehnung, federnde Bewegungen und Eigen-
massagen aktivieren das Bindegewebe, ganz ohne
die Hilfe von Geräten.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

1 x Fr, 09.10.2026, 15:00 – 17:00 Uhr

34,00 €

V365

Pilates

zertifizierter Präventionskurs gem. § 20 SGB V
VRENI SCHWEIGER

Ein besonderes Augenmerk liegt bei Pilates auf der Körpermitte, dem „Power House“, wobei Übungen zur Mobilisation und Koordination das Training abrunden.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**10 x Mi, ab 30.09.2026, 10:00 – 11:00 Uhr****80,00 €**

V366

Pilates-Balance*LYDIA DUFTER*

Pilates aktiviert die Tiefenmuskulatur: stärkt Rücken, Beckenboden und Bauch, entspannt Schultern und Nacken, verbessert Haltung und Beweglichkeit. Mit Faszienelementen.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**8 x Mo, ab 05.10.2026, 10:30 – 11:30 Uhr****65,00 €**

**WENN DEINE SITZKUHLE
EINE SITZKUHLE HAT:
DURCHATMEN. ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE**



V367

Core-Training - Für eine starke Körpermitte

LUCIANO LEROSE

Core-Training stärkt Rumpf- und Tiefenmuskulatur, verbessert Haltung und Rücken – effektiv und alltagstauglich.

Schule Heilingbrunnerstraße Gymnastikraum

10 x Mo, ab 21.09.2026, 19:00 – 20:00 Uhr

88,00 €

V368

BURN - Dein Power-Bootcamp mit Musik und Motivation

VALENTINA PEMLER

In diesem mitreißenden Fitnesskurs mit motivierender Musik bringen wir Beine, Po und Ausdauer auf Hochtouren. Fühl die Energie, spür das Brennen – und wachse über dich hinaus!

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle

5 x Fr, ab 09.10.2026, 17:15 – 18:15 Uhr

40,00 €

V369

Hula Hoop für leicht Fortgeschrittene/Fortgeschrittene 60+

DANIELA SCHRÖFL

Hula Hoop: effektives Kardioworkout für Körpermitte, Ausdauer und Kondition – mit Spaßfaktor! Grundkenntnisse im Umgang mit dem Reifen erforderlich.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

8 x Do, ab 15.10.2026, 10:45 – 11:45 Uhr

88,00 €

V371

Bodystyling*CARMEN FONTEYN*

Kreislauf, Kraft und Straffung: gezieltes Training mit Fitnessbändern und Handgewichten für die gesamte Muskulatur – abgerundet durch Dehnung.

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle

Kurs A: 12 x Mo, ab 21.09.2026, 17:50 – 18:50 Uhr

Kurs B: 12 x Mo, ab 21.09.2026, 19:00 – 20:00 Uhr

Kurs C: 12 x Di, ab 22.09.2026, 17:30 – 18:30 Uhr

Kurs D: 12 x Di, ab 22.09.2026, 18:40 – 19:40 Uhr

60,00 €

V380

Zumba Gold® - für Einsteiger sowie fitte und aktive Senioren

IRIS EICHERT

Zumba Gold® – Tanzen und Fitness für alle Altersgruppen! Einfache Choreografien zu lateinamerikanischen Rhythmen verbessern Gleichgewicht und Ausdauer – ohne Sprünge.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

10 x Di, ab 29.09.2026, 17:00 – 18:00 Uhr

80,00 €

V381

Zumba für Fortgeschrittene*KARIN KAMML-SCHWEIGER*

Tanzworkout zu lateinamerikanischen und internationalen Rhythmen – für gute Laune, Muskelkraft und Fettverbrennung.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

10 x Fr, ab 02.10.2026, 09:00 – 10:00 Uhr

85,00 €



AQUA-KURSE

V383A

Z-Aquatrainig™

HANNELORE PEMLER

Wassergymnastik zur Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit und zur Verbesserung der Beweglichkeit und Koordination.

Klinik Bad Reichenhall

12 x Di, ab 22.09.2026, 17:15 – 18:00 Uhr

139,00 €

V383B

Z-Aquatrainig™

HANNELORE PEMLER

Wassergymnastik zur Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit und zur Verbesserung der Beweglichkeit und Koordination.

Klinik Bad Reichenhall

12 x Mi, ab 23.09.2026, 17:45 – 18:30 Uhr

139,00 €

V384

Aqua-Fit-Gymnastik in der RupertusTherme

zertifizierter Präventionskurs gem. § 20 SGB V

Lernen Sie verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer, Koordinations- und Entspannungsfähigkeit kennen.

Spa & Familien Resort Rupertus Therme

8 x Mo, ab 21.09.2026, 19:00 – 19:45 Uhr

165,00 €

V385

Fit im Wasser - ein Ganzkörpertraining mit Wohlfühlfaktor*WINFRIED FRANZEN*

Erleben Sie effektives, gelenkschonendes Wassertraining mit intensivem Widerstand. Ideal für Einsteiger und Wiedereinsteiger.

Reha-Klinik Hochstaufen, Hallenbad**10 x Mo, ab 14.09.2026, 16:30 – 17:30 Uhr****120,00 €**

OUTDOOR-KURSE

V388

Kräuterführung*ANDREA HOCHHÄUSLER*

Entdecke Wildkräuter und ihre Heilkraft – mit Geschichten und einem Workshop in der Waldkräuterküche.

Wanderparkplatz Weißbach a.d.A.**gegenüber Inzeller Str. 30****1 x Sa, 10.10.2026, 09:00 – 13:00 Uhr****47,00 €**

V389

Pilz-Erlebnis-Spaziergang*ANNA HEINISCH*

Wir schauen uns direkt vor Ort im Wald an, wie unterschiedlich Pilze aussehen können, wie sie sich ernähren und welche Rolle sie im Ökosystem spielen.

Parkplatz am Trachtenheim Marzoll, Römerstr. 20, Bad Reichenhall**1 x Di, 15.09.2026, 17:00 – 20:00 Uhr****25,00 €**



V390

Fit & aktiv 65+ – Sportlich in Bewegung bleiben
WINFRIED FRANZEN

Für Aktive ab 65: Training für Kraft, Ausdauer, Gleichgewicht und Koordination – ergänzt durch Atem- und Entspannungsübungen. Für alle Leistungsstände.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
10 x Do, ab 24.09.2026, 09:30 – 10:30 Uhr
80,00 €

ELTERN-KIND-KURSE

V393

Eltern-Kind-Turnen in Marzoll für Kinder im Alter von 2-5 Jahren
HANNELORE PEMLER

Bewegungsspiele für die Familie, teilweise mit Musik.

Turnhalle Marzoll
12 x Mo, ab 21.09.2026, 15:45 – 17:00 Uhr
60,00 €

V394

Eltern-Kind-Turnen für Kinder im Alter von 2-5 Jahren
HANNELORE PEMLER

Bewegungsspiele für die Familie, teilweise mit Musik, für Kinder, die bereits gut alleine laufen können.

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle
12 x Do, ab 24.09.2026, 16:15 – 17:15 Uhr
60,00 €

RUND UM DIE GEBURT

V395A

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

VIOLETTA CURRAJ

Ganzkörpertraining für Mamas und Schwangere: Kraft, Koordination und Beweglichkeit für den Alltag mit Baby – mit Entspannungseinheit.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

6 x Fr, ab 25.09.2026, 17:00 – 18:00 Uhr

75,00 €

V396A

fitdankbaby®-für Mamas mit Baby ab 3 Monate

VIOLETTA CURRAJ

Ganzkörpertraining für Mamas mit Baby: Dein Baby ist aktiv eingebunden – als Gewicht, als Motivation! Alltagsnahes Training, angepasst an die Entwicklung deines Babys.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

6 x Mi, ab 23.09.2026, 11:00 – 12:00 Uhr

75,00 €

V397

vhs.online: Schwangerschaftsyoga

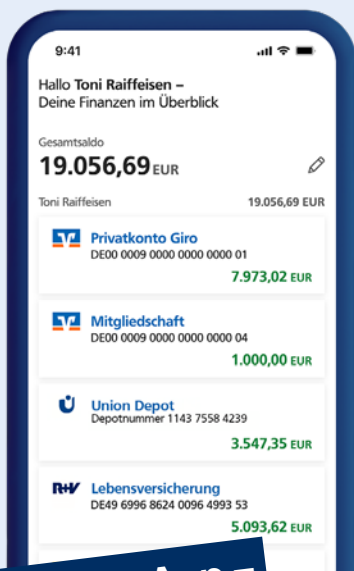
NESARA PRADEEP KUMAR

Schwangerschaftsyoga ab der 10. Woche: sanfte Asanas, Atemübungen und Meditation für Wohlbefinden, Geburtsvorbereitung und Verbindung zum Baby. Für Anfänger und Geübte.

8 x Di, ab 13.10.2026, 18:00 – 19:00 Uhr

60,00 €

weRO



**VR Banking App –
mobil in meiner Hosentasche**

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Mehr Informationen:
vrbank-obb-so.de/bankingapp



**Volksbank Raiffeisenbank
Oberbayern Südost eG**





V398A

**fitdankbaby®-für Mamas mit Kleinkind
ab 15 Monaten**

VIOLETTA CURRAJ

Ganzkörpertraining für Mamas mit Kleinkind: Dein Kind ist aktiv eingebunden – als Gewicht und Motivation! Alltagsnah, angepasst an die Entwicklung deines Kindes.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

6 x Mi, ab 23.09.2026, 15:00 – 16:00 Uhr

75,00 €

WUSSTEST DU, DASS
DER GREIFREFLEX BEI
NEUGEBORENEN SO EXTREM
AUSGEPRÄGT IST, DASS DEIN
BABY MIT SEINEN HÄNDEN
AN EINER STANGE HÄNGEN
UND SEIN GESAMTES
KÖRPERGEWICHT HALTEN
KÖNNTE.

**KRAFTVOLL ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE**



kunstakademie
bad reichenhall

KUNSTKURS NÄCHSTEN

www.kunstakademie-reichenhall.de



**Entdecken Sie das Kursprogramm
der Kunstakademie Bad Reichenhall.**

Zeichnung · Malerei · Druckgrafik
Bildhauerei · Experiment



**SE AUF DEM
LEVEL**

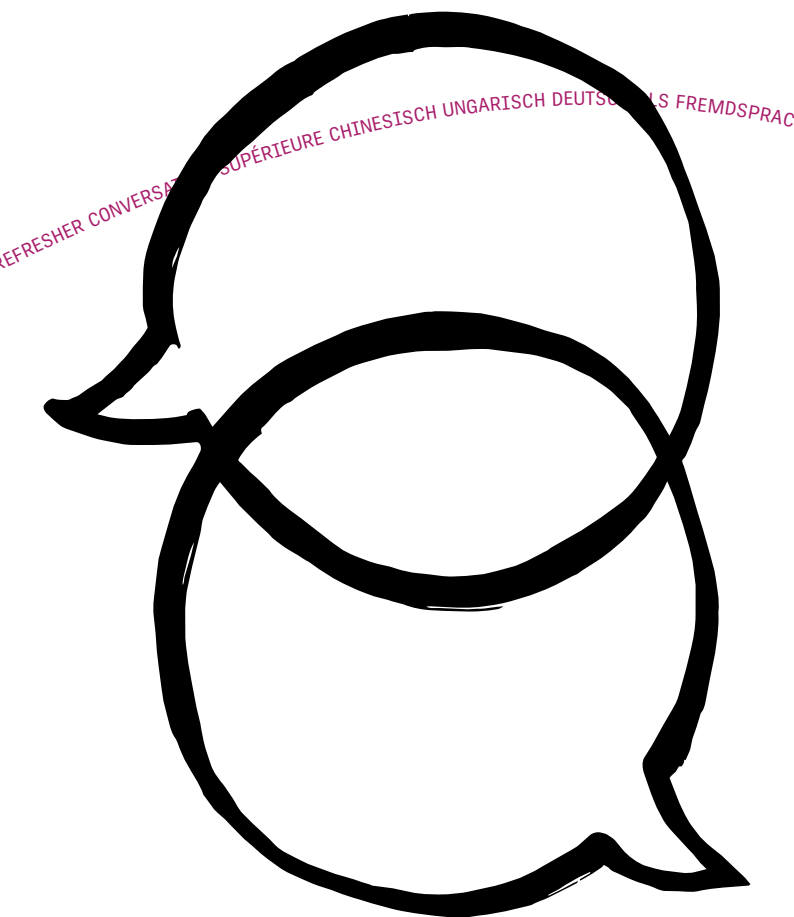


WIR MACHEN AUS SPRACHLOS WORTVOLL

Unsere Kurse für
Sprachen

ALPHABETISIERUNGSKURS AM VORMITTAG ALLGEMEINER INTEGRATIONSKURS BERUFSSPRACHKURS B2 ENGLISCH P





INTEGRATIONSKURSE UND BERUFSSPRACHKURS (BAMF)

4052

Allgemeiner Integrationskurs

MELIHA BAJREKTAREVIC

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 101 - 1. Stock

Je Modul 25 x, Mo – Do, 18:00 – 21:15 Uhr

4052I

Orientierungskurstest

Altes Feuerhaus, Raum 0.02

1 x Di, 22.09.2026, 8:00 – 9:00 Uhr

25,00 €

4056

Allgemeiner Integrationskurs

MARTA KRAIN, STEFANIE VON RENNENKAMPFF

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 003

Je Modul 25 x, Mo – Do, 18:00 – 21:15 Uhr

4056F

6. Modul • ab 13.10.2026

4057

Alphabetisierungskurs am Vormittag

HANS-WALTER PARTSCH

Altes Feuerhaus, Raum 2.04

Je Modul 25 x, Mo – Fr, 8:45 – 12:00 Uhr

4057E

5. Modul • ab 25.09.2026

4058

Allgemeiner Integrationskurs*AZRA KAVAZBASIC***Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 005****Je Modul 25 x, Mo – Do, 18:00 – 21:15 Uhr**

4058C

3. Modul • ab 15.09.2026

4058D

4. Modul • ab 28.10.2026

4059**Allgemeiner Integrationskurs***LUDMILA SAGMEISTER***Altes Feuerhaus, Raum 0.02****Je Modul 20 x, Mo – Fr, 9:00 – 13:00 Uhr**

4059B

2. Modul • ab 15.09.2026

4059C

3. Modul • ab 30.10.2026

4060**Alphabetisierungskurs am Nachmittag***GUDRUN BOCK***Altes Feuerhaus, Raum 2.01****Je Modul 25 x, Mo – Fr, 13:30 – 17:00 Uhr**

4060A

1. Modul • ab 15.09.2026

4060B

2. Modul • ab 20.10.2026

PASST DOCH

INTEGRATIONSKURSE
OHNE BARRIEREN



volkshochschule
bad reichenhall

ALLE WEGE FÜHREN ZUR ANMELDUNG

INTERNET

VHS-REICHENHALL.DE

EMAIL

INFO@KUB-REICHENHALL.DE

TEL

+49 8651 951 51-0

VOR ORT

ALTES FEUERHAUS / AEGIDIPLATZ 3



V4074

Berufssprachkurs B2 nach DeuFöV

MARINA SMOLIA

B2-Kurs nach Vorgaben des BAMF. Teilnahme nur mit Berechtigungsschein und persönlicher Anmeldung in der vhs-Geschäftsstelle möglich.

vhs-online-Kurs

125 x Mo-Do, ab 28.09.2026, 17:00 – 20:15 Uhr

1280,00 €

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

(OHNE INTEGRATIONSKURSE)

V406

Sprachberatung für Deutschkurse (keine Integrationskurse) - Kurs A

SABINE STIGLMAYR

Persönliche Beratung zu unserem Angebot „Deutsch als Fremdsprache“.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02

1 x Di, 15.09.2026, 18:15 – 18:45 Uhr

15,00 €

V410

Deutsch als Fremdsprache A1.1 - Anfängerkurs

ULRIKE BETZLER

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ohne Vorkenntnisse Deutsch lernen möchten. Voraussetzung: Beherrschung der lateinischen Schriftzeichen.

Altes Feuerhaus, Raum 0.02

20 x, Mo und Mi, ab 05.10.2026, 18:00 – 20:30 Uhr

300,00 €

V411

**Deutsch als Fremdsprache A1.2 –
Aufbaukurs für Anfängerinnen und Anfänger**
DIPL. PÄD. MARGIT SULZER

Deutschkurs Niveau A1.2. Voraussetzung: abgeschlossene Kenntnisse auf Niveau A1.1. Neueinsteiger herzlich willkommen.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 015
20 x, Mo und Di, ab 28.09.2026, 18:00 – 20:30 Uhr
300,00 €

V414

Deutsch als Fremdsprache B1.2
MARTIN SCHWIETZKE

Deutschkurs Niveau B1.2. Voraussetzung: abgeschlossene Kenntnisse auf Niveau B1.1. Neueinsteiger herzlich willkommen.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 012
14 x, Mo und Do, ab 19.10.2026, 18:30 – 21:00 Uhr
210,00 €

V416

Deutsch als Fremdsprache B2, 1. Semester
SABINE STIGLMAYR

Deutschkurs Niveau B2.1. Intensive Mitarbeit sowie umfangreiches Lernen zuhause erforderlich. Voraussetzung: abgeschlossenes B1-Niveau.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
15 x Di, ab 29.09.2026, 18:15 – 21:30 Uhr
325,00 €

EINBÜRGERUNGSTEST

V420A

Einbürgerungstest

Anmeldung: Persönlich bis 03. September 2026 in der vhs-Geschäftsstelle. Zur Anmeldung mitbringen: Ausweis/Aufenthaltstitel, Prüfungsgebühr in bar oder mit EC-Karte

Altes Feuerhaus, Raum 0.02

1 x Di, 29.09.2026, 08:00 – 09:00 Uhr

25,00 €

ENGLISCH

V422

Englisch A2 – Grundlegende Kommunikationsfähigkeiten für den Alltag

CHRISTINA BRUNNER

Kompakter Englischkurs zur Auffrischung und Erweiterung grundlegender Englischkenntnisse. Voraussetzung: Kenntnisse auf A2-Niveau.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

4 x Mi, ab 02.09.2026, 08:30 – 09:30 Uhr

30,00 €

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

V423

Englisch Refresher - auf B1-Niveau*BRIGITTE JANOSCHKA*

In diesem Englischkurs wiederholen und festigen Sie Ihre Sprachkenntnisse. Voraussetzung: Niveau A2 (abgeschlossen) oder B1.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**8 x Do, ab 24.09.2026, 10:00 – 11:30 Uhr****96,00 €**

V424

Englisch A2 - Vertiefung von Vorkenntnissen auf mittlerem A2-Niveau*MAG. GEORG SCHWARZBAUER*

Dieser Kurs möchte Vorkenntnisse auf mittlerem Niveau (A2) vertiefen. Unterrichtsmaterial wird gestellt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**10 x Di, ab 29.09.2026, 10:00 – 11:30 Uhr****100,00 €**

FRANZÖSISCH

V441

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

Entspanntes Lernen für Teilnehmer mit Vorkenntnissen auf A1-Niveau bei muttersprachlicher Kursleiterin. Neueinsteiger willkommen!

12 x Di, ab 22.09.2026, 20:00 – 21:00 Uhr**84,00 €**

V442

vhs.online: Französisch A2 ganz entspannt - 2. Semester (vhs.cloud)

PASCALE HARTIG-ZILLER

Entspanntes Lernen mit muttersprachlicher Kursleiterin auf Niveau A2. Weiterer Ausbau und Festigung der Sprachkenntnisse. Neueinsteiger willkommen!

12 x Di, ab 22.09.2026, 18:30 – 19:30 Uhr

84,00 €

V443

Französisch für die Reise

ULRIKE BETZLER

Gängige Redewendungen in wichtigen Reisesituationen für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Nützliche Informationen zu Land, Leuten und Sehenswürdigkeiten runden den Kurs ab.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

12 x Mo, ab 28.09.2026, 16:00 – 17:30 Uhr

120,00 €

V446A

Conversation supérieure Kurs A, Niveau B1/B2

ALAIN FÉRY

Für Teilnehmer mit guten Kenntnissen der französischen Sprache (Niveau B1/B2): zeitgenössische Texte und Dokumente als Grundlage für Gespräche und Diskussionen.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 102 - I.Stock

6 x Do, ab 01.10.2026, 18:15 – 19:30 Uhr

50,00 €

V446B

Conversation supérieure Kurs B, Niveau B1/B2
ALAIN FÉRY

Für Teilnehmer mit guten Kenntnissen der französischen Sprache (Niveau B1/B2): zeitgenössische Texte und Dokumente als Grundlage für Gespräche und Diskussionen.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 102 - I.Stock
6 x Do, ab 01.10.2026, 19:30 – 20:45 Uhr
50,00 €

ITALIENISCH

V450

Italienisch A1 (ab Kap. 6)
ALDO DI MATTEO

Grundlagen der italienischen Sprache für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Mündliche Kommunikation steht im Vordergrund.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02
10 x Mo, ab 05.10.2026, 09:30 – 11:00 Uhr
100,00 €

V451

vhs.online: Italienisch A1 für Anfänger
mit Vorkenntnissen - Kurs in der vhs.cloud
ENRICA VECCHIO

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger, die online lernen möchten. Vorkenntnisse auf mittleren A1-Niveau erforderlich.

9 x Mo, ab 21.09.2026, 12:45 – 13:45 Uhr
90,00 €

V452A

Italienisch A2*FRANCESCA KANA*

Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die bereits die Niveaustufe A1 absolviert haben. Vertiefung von Wortschatz und Grammatik für alltägliche Situationen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**9 x Mo, ab 28.09.2026, 09:30 – 11:30 Uhr****120,00 €**

V452B

Italienisch A1 – ab Lektion 7*FRANCESCA KANA*

Kurs bei muttersprachlichen Kursleiterin für Teilnehmer mit Grundkenntnissen auf Niveau A1. Gezielte Erweiterung von Wortschatz, Grammatik und Sprechfertigkeit.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**12 x Mi, ab 30.09.2026, 16:30 – 18:00 Uhr****120,00 €**

V453

Italienisch A1 - für Anfänger ohne Vorkenntnisse*ALDO DI MATTEO*

Ein Kurs für Reise und Beruf für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse bei einem muttersprachlichen Kursleiter. Abwechslungsreiche Übungen, Informationen zu Land und Leuten.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02**10 x Mo, ab 05.10.2026, 11:15 – 12:45 Uhr****100,00 €**

V455

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

Kurs für Teilnehmer mit Vorkenntnissen bei einem muttersprachlichen Kursleiter. Grundlegende Sprachkenntnisse und nützlicher Wortschatz für Alltagssituationen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02**10 x Fr, ab 09.10.2026, 17:30 – 19:00 Uhr****100,00 €**

V456

Italienisch Konversationskurs von A2 zu B1*ALDO DI MATTEO*

Konversationskurs mit einem muttersprachlichen Kursleiter – für Teilnehmer auf abgeschlossenem Niveau A2/Anfang Niveau B1.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02**10 x Mi, ab 07.10.2026, 17:30 – 19:00 Uhr****100,00 €**

V457

Italienisch B1 ab Kap. 3*FELICITA RATTI*

Italienisch bei einer muttersprachlichen Dozentin auf Niveau B1 ab Kapitel 3. Vertiefung von Grammatik, Wortschatz. Quereinsteiger willkommen.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 104 - 1. Stock**12 x Mo, ab 28.09.2026, 18:00 – 19:30 Uhr****120,00 €**

BUCH DIR 'NE NEUE ERINNERUNG.



LIEBEN SIE ITALIEN?

Leonardo, Rom und die
italienische Sprache

V216

DR. KARL SCHMITT

**Leonardo da Vinci – das Universal-
genie der Renaissance**

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

Do, 24.09.2026, 18:30 – 20:00

15,00 €

V452A Italienisch A2

FRANCESCA KANA

**Italienisch sprechen lernen ist
mehr als Verständigung!**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

9 x Mo, ab 28.09.2026, 09:30 – 11:30

120,00 €

V221

HELMUT RUSSEGGER

Rom – die Hauptstadt der Welt

Karls gymnasium/Seminarraum

3 x Mi, ab 30.09.2026, 18:30 – 20:00

35,00 €

V458A

Italienisch Konversationskurs B2/C1

ALDO DI MATTEO

Konversationskurs auf Niveau B2/C1 mit dem Ziel, Sicherheit und Spontaneität in der Konversation zu steigern und die Ausdrucksfähigkeit zu verfeinern.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

3 x Di, ab 06.10.2026, 17:30 – 19:00 Uhr

100,00 €

SPANISCH

V472

Spanisch A2 ab Kapitel 10

SUSANNE SEEFRIED

Fortgeschrittene Kenntnisse für Privatleben, Schule, Beruf und Reise - effektiv, unterhaltsam und ohne Druck.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 012

12 x Di, ab 29.09.2026, 18:15 – 19:45 Uhr

120,00 €

V474A

Spanisch B1 / Lektüre und Konversation - Kurs A

ADRIANA REBORA DE SCHULZE

Anhand von Zeitungsartikeln, kurzen literarischen Texten, Erzählungen und didaktischen Spielen werden Grammatikthemen wiederholt und der sprachliche Ausdruck gefestigt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02

6 x Do, ab 01.10.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

60,00 €

WEITERE FREMDSPRACHEN

V495

vhs.online: Russisch A1/2. Semester (vhs.cloud)
YANA BUDARINA

Online-Kurs für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen, bietet sanfte Progression der russischen Sprache.

10 x Do, ab 01.10.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
100,00 €

V496A

vhs.online: Russisch A2 (vhs.cloud)
YANA BUDARINA

Sanfte Progression in der russischen Sprache für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Konkrete Dialoge und alltagstaugliche Sprachbasis für Situationen des Alltags.

10 x Sa, ab 10.10.2026, 11:30 – 13:00 Uhr
100,00 €

V497

vhs.online: Chinesisch (A1) für Anfänger ohne Vorkenntnisse (Zoom)
HONGLI YANG

Grundlegende Kenntnisse der chinesischen Sprache und Aufbau der Schriftzeichen sowie landeskundliche und kulturelle Hintergründe. Eine kleine Reise nach China!

10 x Di, ab 29.09.2026, 08:30 – 10:00 Uhr
90,00 €

**GAR NICHT
WEIT, VON
WORK HARD
ZU
WORK SMART**

ZUKUNFT DES INTERNETS UND KÜNSTLICHE INTELLIGENZ PERSONALWIRTSCHAFT



Unsere Kurse für
Arbeit & Beruf





V500

Motorsägenkurs für Einsteiger nach DGUV 214-059 Modul A

REINHARD KOCH

In diesem Kurs erlernen Sie den sicheren Umgang mit der Motorsäge in Theorie und Praxis.

Altes Feuerhaus, Saal und Freigelände

2 x, Fr 16.10.2026 und Sa 17.10.2026, 08:30 – 15:30 Uhr

195,00 €

EDV-GRUNDLAGEN

V530

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

CHRISTINE GRUNDNER

Dies ist ein Grundlagenkurs für den Umgang mit einem Windows-PC und das Schreiben und Organisieren von E-Mails.

Altes Feuerhaus, Raum 2.04

3 x, Di 13.10.2026, Do 15.10.2026 und Di 20.10.2026, 18:30 – 20:45 Uhr

80,00 €

V591

vhs.online: Mit 10 Fingern am PC schreiben lernen

Hier lernen Sie online das 10-Finger-System für das Schreiben am PC.

4 x Mo, ab 28.09.2026, 17:00 – 19:00 Uhr

135,00 €

V550

**vhs.online: eID-Karte und e-Wallet –
fit für digitale Zeiten**

Es geht um die eID-Funktion Ihres Personalausweises und die Funktionsweise eines e-Wallet.

1x Di, 13.10.2026, 10:00 – 11:30 Uhr
19,00 €

V552

**vhs.online: Einblick in Navigations-Apps:
Vergleich von Google Maps, Komoot u.a.**

In diesem Kurs erhalten Sie einen praktischen Einblick in sechs verschiedene Navigations-Apps (Google Maps, Here WeGo, ADAC Drive, Komoot, Mapy und Outdooractive).

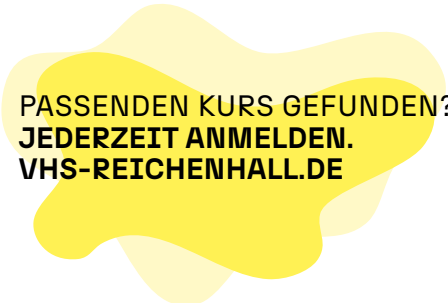
1x Di, 22.09.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
19,00 €

V553

**vhs.online: Schluss mit dem Bilder-Chaos
auf dem iPhone oder iPad**

Es geht um die effiziente Benutzung von Apple Fotos und die Bild- sowie Videoorganisation auf dem Apple iPhone und iPad allgemein.

3 x Di, ab 06.10.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
62,40 €

A large, abstract yellow graphic with soft, organic edges, resembling a splash or a cloud, positioned behind the text.

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



V554

vhs.online: Linux statt Windows? So nutzen Sie Ihren Rechner weiterhin sicher!

Sie lernen die Funktionsweise der Windows-Alternative Linux kennen.

1 x Di, 27.10.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
19,00 €

SENIOREN-KURSE

V531A

Smart Surfer - Datenschutz im Internet und wie man Risiken im Netz avoids

CHRISTINE GRUNDNER

Wie Sie Ihre Daten zu schützen und Risiken im Netz zu vermeiden, lernen Sie in diesem Kurs.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
1 x Mi, 07.10.2026, 9:30 – 11:00 Uhr
22,00 €

V531B

Smart Surfer - Die Zukunft des Internets und künstliche Intelligenz

CHRISTINE GRUNDNER

In diesem Kurs geht es um intelligente Endgeräte und Vernetzung, gläserne Verbraucher, Big Data und das Thema Künstliche Intelligenz.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02
1 x Mi, 14.10.2026, 9:30 – 11:00 Uhr
22,00 €

V531C

Smart Surfer - Digitale Gesundheit: Wie die Digitalisierung das Gesundheitswesen verändert
CHRISTINE GRUNDNER

Es geht um einen Überblick über die Digitalisierung des Gesundheitswesens und den Umgang damit.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02
1 x Mi, 21.10.2026, 9:30 – 11:00 Uhr
22,00 €

V535

Sicher im Umgang mit dem iPhone
IGOR KUZMIC

Dieser Kurs ist eine umfassende Schulung über den Umgang mit dem iPhone mit viel Praxis.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
5 x Di alle 14 Tage, ab 13.10.2026, 18:00 – 20:45 Uhr
100,00 €

DATENVERARBEITUNG

MS OFFICE / MS 365

V543

vhs.online: MS Excel – Power-Techniken im Büro: Effiziente Datenarbeit außerhalb bekannter Routinen
THORSTEN H. BRADT

1 x Mi, 30.09.2026, 18:30 – 21:30 Uhr
38,00 €



SOCIAL MEDIA

V560A

vhs.online: Social Media Marketing mit Instagram: Erfolgskonzepte und -strategien im Business

THORSTEN H. BRADT

1 x Di, 22.09.2026, 10:30 – 12:00 Uhr

19,00 €

V565

vhs.online: Stop the Scroll – Perfekte Hooks für maximale Aufmerksamkeit: Strategien für Botschaften, die nicht ignoriert werden können

THORSTEN H. BRADT

1 x Mi, 21.10.2026, 10:30 – 12:00 Uhr

19,00 €

V566

vhs.online: Virale Reels – Konzepte, Dramaturgie & Reichweite: Storytelling, Hook Strategien und algorithmusgerechter Kurzvideo Content für Instagram

THORSTEN H. BRADT

1 x Do, 22.10.2026, 10:30 – 12:00 Uhr

19,00 €

DER ZWEITERFOLGREICHSTE INSTA-
GRAM-POST ALLER ZEITEN – MEHR ALS
60 MILLIONEN LIKES – IST DAS BILD
EINES GANZ NORMALEN HÜHNEREIS.
ÜBERRASCHEND EINFACH ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE

V567

vhs.online: Erfolgreich Bloggen und Podcasten

Es geht um die Produktion, die Idee, Konzeption bis hin zur redaktionellen Planung, Aufnahme und Bearbeitung sowie der Gewinnung von Hörerinnen und Hörer.

1 x Sa, 26.09.2026, 14:00 – 17:00 Uhr

32,00 €

GESTALTUNG & KREATIV

V562A

vhs.online: Canva – professioneller visueller Content: Online Creative Tool der Master Class

THORSTEN H. BRADT

1 x Do, 24.09.2026, 10:30 – 12:00 Uhr

19,00 €

V564

vhs.online: WordPress – einfach genial & genial einfach: Professionelles Content Management und digitales Marketing

THORSTEN H. BRADT

1 x Sa, 24.10.2026, 10:00 – 15:30 Uhr

57,00 €

TEILE DEINE FÄHIGKEITEN UND
DEIN WISSEN! WERDE DOZENT
ODER DOZENTIN AN DER VHS.
INFO@KUB-REICHENHALL.DE



KÜNSTLICHE INTELLIGENZ (KI)

V570

KI – was ist das eigentlich?

KERSTIN MELISSA VOGEL,

Programm Manager für AI Faculty Enablement

In diesem Impulsvortrag erhalten Sie einen kompakten Einstieg in das Thema künstliche Intelligenz.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02

1 x Di, 20.10.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

25,00 €

V571

vhs.online: ChatGPT praktisch nutzen – erste Schritte mit KI im Alltag

KERSTIN MELISSA VOGEL,

Programm Manager für AI Faculty Enablement

Dieser praxisorientierte Einsteigerkurs vermittelt Ihnen die grundlegenden Fähigkeiten, um ChatGPT sicher und sinnvoll im Alltag oder Beruf einzusetzen.

1 x Do, 29.10.2026, 16:00 – 20:00 Uhr

40,00 €

V572

vhs.online: Bilder mit KI erstellen – Einstieg in die generative Bildgestaltung

KERSTIN MELISSA VOGEL,

Programm Manager für AI Faculty Enablement

In diesem Einführungskurs lernen Sie die Grundlagen der KI-gestützten Bildgenerierung kennen.

1 x Fr, 30.10.2026, 14:00 – 17:00 Uhr

30,00 €

V573

vhs.online: KI als Produktivitätsbooster im Büro: Erfolgreiche Workflows mit ChatGPT, Gemini, Claude & Co.*THORSTEN H. BRADT*

Dieser praxisorientierte Einsteigerkurs vermittelt Ihnen die grundlegenden Fähigkeiten, um Chat GPT sicher und sinnvoll einzusetzen.

1 x Mi, 16.09.2026, 10:30 – 12:00 Uhr
19,00 €

V574

vhs.online: KI Hacks und Power-Prompting im Büro: Effiziente Anwendungstechniken für die Praxis*THORSTEN H. BRADT*

Dieser Online-Kurs umfasst fortgeschrittene Anwendungstechniken Künstlicher Intelligenz im Büromanagement.

1 x Do, 17.09.2026, 10:30 – 12:00 Uhr
19,00 €

V575

vhs.online: KI-Halluzinationen erkennen und vermeiden - Wann die KI Fehler macht – und wie man damit umgeht (online)

Wir vertiefen unser Verständnis von neuronalen Netzen und widmen uns erneut dem Prompt Design bei der Anwendung von KI.

1 x Di, 20.10.2026, 12:00 – 13:00 Uhr
9,00 €

**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



SOFTSKILLS – BEWERBUNGSTRAINING

V590

**vhs.online: Du bist die Marke – so überzeugst du
im deutschen Arbeitsmarkt**

In diesem dreiteiligen Online-Workshop lernen Sie,
sich strategisch überzeugend zu präsentieren.

**3 x Sa, ab 10.10.2026, 11:00 – 14:00 Uhr
98,00 €**

V592

vhs.online: (Schwellen-)Angst am Telefon?

Wir thematisieren die Hintergründe der Telefonangst
und geben praktische Hilfsmittel an die Hand, damit
Sie gut vorbereitet in das nächste Telefonat gehen
können.

**1 x Do, 22.10.2026, 18:30 – 20:00 Uhr
20,00 €**

**PRO-TIPP:
LÜGE NIEMALS BEI DEINEN
EXCEL-KENNTNISSEN. ES GIBT
IMMER DIESEN EINEN KOLLEGEN!
MAKROFREI ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE**

**DEINE KIDS
HABEN DIE
POWER.
WIR DAS
VENTIL
DAZU.**

FOR MINIS AKROBATIK IN DER LUFT UND AM BODEN WALDERLEBNIS NACHMITTAG W



ILDER START INS WOCHENENDE LEGO SPIKE PRIME GEOCOACHING DIGITALE SCHNITZELING

Unsere Kurse für
Junge VHS

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



V602

Kinderturnen in Marzoll für Kinder von 5 - 8 Jahren*HANNELORE PEMLER*

Für Kinder von 5 - 8 Jahren. Gymnastik, Geräteturnen und Spiele stehen hier im Mittelpunkt.

Turnhalle Marzoll**12 x Mo, ab 21.09.2026, 17:00 – 18:00 Uhr
65,00 €**

V606

DigiLab für Kids: LEGO SPIKE Prime – Kinderleichter Einstieg in die Robotikwelt (ab 10 Jahren)*MITARBEITER BAYERNLAB TRAUNSTEIN*

Nach einer Einführung gestalten und programmieren die Kinder einen eigenen Roboter.

Altes Feuerhaus, Raum 0.02**1 x Mo, ab 26.10.2026, 14:30 – 16:00 Uhr
5,00 €**

V607

DigiLab für Kids: Geocaching - Wir machen eine digitale Schnitzeljagd (ab 10 Jahren)*MITARBEITER BAYERNLAB TRAUNSTEIN*

Die Kinder gehen nach einer Einführung zum Thema Geocaching selbst mit einem Smartphone oder GPS-Gerät auf Schatzsuche in der Natur.

Treffpunkt: Altes Feuerhaus, Raum 2.02**1 x Mo, 21.09.2026, 14:30 – 16:00 Uhr
5,00 €**

WAS, WENN ALTER DOCH SPASS MACHT?



Holen Sie sich Ihren Vorsprung:
Nutzen Sie unsere Aktionstage
für mehr Vitalität.
Alle Termine und Infos jederzeit
www.salinenapotheke.com

WIR FREUEN UNS AUF SIE.



SALINEN
APOTHEKE
BAD REICHENHALL



V610

Korbflechten für Kinder (7–12 Jahre) – Kreativ und handgemacht!*NADINE HINTERSEER*

In diesem spannenden Kurs tauchen Kinder von 7 bis 12 Jahren in die Welt des Korbflechtens ein.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01**1 x Sa, 24.10.2026, 09:00 – 12:00 Uhr****39,00 €**

V612

Akrobatik in der Luft und am Boden - Minis von 5 - 7 Jahren*LUZ ELENA ACOSTA*

Spiele, Akrobatik und Luftübungen in lebendiger Atmosphäre – mit kleiner Show am Kursende.

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle**9 x Fr, ab 02.10.2026, 15:00 – 16:00 Uhr****90,00 €**

V613

Akrobatik in der Luft und am Boden - Kinder von 8 - 12 Jahren*LUZ ELENA ACOSTA*

Spiele, Akrobatik und Luftübungen in lebendiger Atmosphäre – mit kleiner Show am Kursende.

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle**9 x Fr, ab 02.10.2026, 16:00 – 17:00 Uhr****90,00 €**



VOLKSHOCHSCHULE **BAD REICHENHALL**

*(Eine Einrichtung des Kultur- und
Bildungsforums Bad Reichenhall)*

Altes Feuerhaus
Aegidiplatz 3
83435 Bad Reichenhall
Tel.: 08651 / 95151-0
info@kub-reichenhall.de
www.vhs-reichenhall.de

Sie erreichen uns persönlich:
Montag - Freitag von 09.00 - 12.00 Uhr.
Nachmittags nach Vereinbarung.
Und immer per eMail: **info@kub-reichenhall.de**

Stefan Wimmer, Leitung
08651 / 95151-0
info@kub-reichenhall.de

Dr. Sandra Flatscher
Geschäftsführerin und stellv. Leitung
08651 / 95151-10
flatscher@kub-reichenhall.de

Dr. Gisela Badura-Lotter

Verwaltung, Anmeldung
08651 / 95151-0
badura@kub-reichenhall.de

Christine Böhme

Verwaltung, Anmeldung
08651 / 95151-0
boehme@kub-reichenhall.de

Susann Hahnert M.A.

Ernährung, Kreatives Gestalten, Ländervorträge / Musik / Öffentlichkeitsarbeit
08651 / 95 151 - 13
hahnert@kub-reichenhall.de

Christine Heimendahl,

Gesundheit/Fitness & Ernährung
08651 / 95151-12
heimendahl@kub-reichenhall.de

Barbara Inneberger

Fremdsprachen/Politik/Gesellschaft
08651 / 95151-11
inneberger@kub-reichenhall.de

Dr. Katja Negraschus

Integration / Beruf / EDV / Medienkompetenz
08651 / 95151-14
negraschus@kub-reichenhall.de

JETZT ERST RICHTIG BEFLÜGELT?

CHECKEN SIE UNBEDINGT

UNSERE PARTNER (SO COOL!)

KUNSTAKADEMIE BAD REICHENHALL

WWW.KUNSTAKADEMIE-REICHENHALL.DE

UND UNBEDINGT AUCH:

**STÄDT. MUSIKSCHULE BAD REICHENHALL
REICHENHALL MUSEUM**



MACH AUS NEUGIER **KÖNNEN**