

TANZEN. SPINNEN. DENKEN & LEBEN.

DAS VHS PROGRAMM
HERBST/WINTER 25/26

VHS-REICHENHALL.DE



SH KOWELL - PEACEFOOD PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG BLIND TO THE BEAT - EIN FIT

VOLKSHOCHSCHULE
BAD REICHENHALL

KUB
FORUM
KULTUR- UND BILDUNGSFORUM

RUPERTUS THERME

SPA & FAMILIEN RESORT · BAD REICHENHALL

Kursprogramm



ErwachsenenKurse

- ▮ Kräftigendes und bewegungsförderndes Aquatraining in AlpenSole*
- ▮ Wassergymnastik in AlpenSole
- ▮ 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)



Fitness- & AquaKurse

- ▮ JumpingFitness
- ▮ AquaFit
- ▮ Zumba®
- ▮ und viele mehr
- ▮ RückenFit
- ▮ Yoga
- ▮ Pilates

**Informationen & Anmeldung
unter www.alpgym.de**

**Mehr Informationen,
Kurszeiten & Buchung:**



**Vor Ort:
In der RupertusTherme**



**Online unter:
kurse.rupertustherme.de**

— QUELLE MEINES WOHLBEFINDENS —

Friedrich-Ebert-Allee 21 | 83435 Bad Reichenhall | Tel.: +49 (0)8651 76220 | www.rupertustherme.de | www.thermenpauschalen.com



VHS PROGRAMM BAD REICHENHALL HERBST/WINTER 25/26



**ES IST NIE ZU SPÄT,
DAS ZU WERDEN,
WAS MAN HÄTTE
SEIN KÖNNEN.**

verm. George Eliot



AUF EIN WORT

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

als neulich die Figur des Sankt Florian frisch saniert wieder an ihren angestammten Platz am gleichnamigen Florianibrunnen zurückgebracht worden ist, wurde im Inneren des Brunnens eine sogenannte Zeitkapsel deponiert. Darin werden üblicherweise Dokumente und eine kurze Beschreibung unserer jetzigen Zeit aufbewahrt, um späteren Findern dieser Zeitkapsel einen Einblick in unsere Tage zu ermöglichen. Und ich stellte mir die Frage: Woran wird man einmal zurückdenken, wenn man sich in einigen Jahren oder Jahrzehnten an den Sommer des Jahres 2025 erinnert?

Als Möglichkeiten fiel mir Verschiedenes ein: Man könnte sagen, das war doch die Zeit, als die Künstliche Intelligenz einen technischen Aufschwung nahm und in Mode kam. Man könnte andererseits aber auch sagen: Das war doch die Zeit, als die Demokratie in Deutschland ihre Stärke neu beweisen musste angesichts wachsenden Zuspruchs für Gruppierungen von links und rechts. Und drittens könnte man sagen: 2025, das war doch die Zeit, als mehrere kriegerische Auseinandersetzungen in Europa und dessen Nachbarschaft tobten und hierzulande für Verunsicherung, Desorientierung und Migration sorgten.

Wenn man also an die großen Fragen dieser Zeit denkt, dann wird eines deutlich: Eine vertiefte Beschäftigung damit tut Not! Und zwar hier und heute.

An diese Erkenntnis knüpft die Volkshochschule Bad Reichenhall mit ihrem vorliegenden Programm an und versteht sich zunehmend als Kultur- und Bildungsforum. Ob technischer Fortschritt, gesellschaftspolitische Entwicklungen oder geostrategische Fragen: Für all diese Interessensbereiche bietet unsere vhs ein passendes Angebot. Zu den zeitlosen Kursklassikern zählen ferner vielfältige Sprachkurse und Bewegungsangebote in unterschiedlichster Ausprägung. Ziel all jener Kurse ist es, Ihnen ein möglichst niederschwelliges und passgenaues Angebot zur Erwachsenenbildung zu machen und Ihnen Möglichkeiten zur Teilhabe und zum Dialog anzubieten.

Ich möchte mich bei allen herzlich bedanken, die für das Gelingen unseres Volkshochschul-Angebots Verantwortung tragen, insbesondere Herrn Stefan Wimmer und Frau Dr. Sandra Flatscher mit ihrem vhs-Team sowie der Gesamtheit aller Dozenten: Danke für Ihre wertvolle Arbeit!

Verehrte Leserinnen und Leser, Ihnen allen wünsche ich nun viel Freude beim Entdecken des Kursangebotes und hoffe, dass Sie für sich werden sagen können: 2025 – das war doch der Herbst, als ich diesen tollen vhs-Kurs besucht, viel gelernt und dabei neue Freunde getroffen habe...

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

»Brave, herrliche junge Leute!

Ihr sollt nicht umsonst gestorben, sollt nicht vergessen sein. Die Nazis haben schmutzigen Rowdys, gemeinen Killern in Deutschland Denkmäler gesetzt – die deutsche Revolution, die wirkliche, wird sie niederreißen und an ihrer Stelle eure Namen verewigen, die ihr, als noch Nacht über Deutschland und Europa lag, wusstet und verkündet: „Es dämmert ein neuer Glaube an Freiheit und Ehre.“«

(Thomas Mann, Rundfunkansprache an »Deutsche Hörer«, 27.6.1943)

WARUM DEMOKRATIE VIELFALT UND BILDUNG BRAUCHT ...

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

vor einigen Wochen jährte sich der Geburtstag von Thomas Mann zum 150. Mal. Mit der Ehrung zum Nobelpreisträger für Literatur im Jahr 1929 für seinen Roman „Die Buddenbrooks“ hat Thomas Mann seinen internationalen Ruf als Autor begründet. Das bürgerliche Deutschland der Weimarer Republik schmückte sich mit dem Dichter. Mit der Ermordung von Walter Rathenau wendet sich Thomas Mann der Demokratie zu und wird zu einer der prominentesten Stimmen für die Weimarer Republik und gegen die Nationalsozialisten. Seine Reden an die Deutschen während des Zweiten Weltkriegs – das obige Zitat ist seine Reaktion auf die Ermordung der Geschwister Scholl – zählen heute zu den beeindruckendsten Zeugnissen der Verteidigung der Demokratie und offenen Gesellschaft. Es ist auch der Versuch gewesen, die Menschen in Deutschland über den Nationalsozialismus aufzuklären und mögliche schwarze Löcher der Information über die Wirklichkeit den Menschen zu erhellen. Denn Wissen ist jenes Licht, dass jedem Einzelnen die Möglichkeit bietet, mehr als nur eine Perspektive auf die Welt zu entwickeln und zu erkennen, dass nicht jede lauthals verkündete „Wahrheit“ die Wirklichkeit beschreibt. Nicht weniger wichtig dabei ist, dass es dennoch keine alternativen Wirklichkeiten gibt, sondern wir alle in derselben Wirklichkeit leben.

Demokratie ist weit mehr als eine Staatsform – sie ist ein lebendiger Prozess, der vom Engagement und der Bildung jedes Einzelnen getragen wird. In einer

Zeit, in der gesellschaftliche Herausforderungen, wirtschaftliche Disruptionen, politische Volten inklusive der Erosion einer liberalen und vor allem juristisch fundierten Weltordnung lang gehegte Selbstverständlichkeiten radikal in Frage stellen, in dieser Zeit also kann es besonders hilfreich sein, historische Persönlichkeiten genauer anzusehen. Mit Thomas Mann schauen wir auf einen Bürger, der sich lange Zeit als unpolitisch verstanden hat und doch auf Grund eines bedeutenden politischen Ereignisses erkannte, dass man in einer Demokratie als Mensch nicht neben der Gesellschaft stehen kann, sondern immer und unmittelbar Teil des Geschehens ist.

Die Gesellschaft des 21. Jahrhunderts befindet sich in rasanter Veränderung und dies trifft ebenso auf die Literatur zu. Phänomene wie „booktok“, junge Menschen, die über Bücher in den sozialen Medien reden und ein junges Publikum für das Lesen begeistern, zählen ebenso dazu wie der Autor Fiston Mwanza Mujila, der heute in Graz lebt, aus dem Kongo stammt und zu den brilliantesten Stimmen aus dem Grenzgebiet der afrikanischen und europäischen Literatur zählt. In seinem Gedicht „Innere Stadt“, gelesen auf den Frankfurter Lyriktagen, offenbart er, dass es in der Poesie um nichts weniger geht, als um die Erfindung der Welt.

Seine Biografie, aber auch die vieler Menschen mit Migrationshintergrund im 20. Jahrhundert wie auch aktuell führen zu einer reichen, vielfältigen Gesellschaft, die in keiner Weise mehr zu vergleichen ist mit jener vor ca. 100 Jahren. Dazu zählen beispielhaft Menschen wie Haluk Soyoğlu, aufgewachsen in Baden-Württemberg und engagiert in der Jugendhilfe beim bayerischen Landesbund für Vogel- und Naturschutz. Seine Biographie erzählt die selbstverständliche Einbindung vormals fremder Lebensmittel wie Auberginen,

INHALT

Zucchini oder Knoblauch in unsere Küche und unseren Alltag. Nicht weniger selbstverständlich erleben wir dies heute mit anderen Lebensmitteln z.B. aus dem nahen und fernen Osten. Der Anteil von Autor*innen aus Osteuropa, die mittlerweile in Deutschland leben und arbeiten, ist seit den 90er Jahren rasant gewachsen und bildet nun einen weiteren Schatz von Lebenswirklichkeiten, geprägt von der Vielfalt europäischer aber auch außer-europäischer Kultur. Dmitrij Kapitelman z.B., 1986 in Kiew geboren und mit 8 Jahren nach Deutschland gekommen, erzählt von der doppelten Fremdheit und doppelten Heimat.

Die Volkshochschule ist ein Ort, an dem Menschen unterschiedlichster Herkunft zusammenkommen, um sich Wissen anzueignen, Perspektiven zu erweitern und gemeinsam an einer offenen, pluralistischen Gesellschaft zu arbeiten. Hier wird Demokratie nicht nur gelehrt, sondern gelebt: im respektvollen Dialog, in der Auseinandersetzung mit neuen Ideen und in der Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen. Bildung ist der Schlüssel, um Vorurteile zu überwinden, Vielfalt zu schätzen und aktiv an der Gestaltung unserer Gesellschaft mitzuwirken. Lassen Sie uns gemeinsam das Abenteuer des Lernens wagen – für eine starke Demokratie, heute und in Zukunft.

Ihre Dr. Sandra Flatscher und Stefan Wimmer mit dem gesamten Team des KUB Forum/vhs Bad Reichenhall.



1 | Politik / Gesellschaft / Umwelt 08

Länder und Kulturen
vhs.wissen live
Politik/Gesellschaft/Umweltbildung
Verbraucherbildung
Psychologie/Persönlichkeitsentwicklung
Philosophie/Ethik/Religion
vhs unterwegs

2 | Kultur / Gestalten 20

Musik
Tanz
Kunst/Kulturgeschichte
Kreatives Gestalten

3 | Gesundheit / Ernährung 30

Ernährung
Gesundheit und mehr
Entspannung/Stressbewältigung
Bewegung/Fitness
Aqua-Kurse
Outdoor-Kurse
Rund um die Geburt
Eltern-Kind-Turnen

4 | Sprachen 50

Integrationskurse Deutsch
Deutsch als Fremdsprache
telc Zertifikat/Einbürgerungstest
Englisch
Französisch
Italienisch
Spanisch
Weitere Fremdsprachen

5 | Arbeit / Beruf 62

Berufliche Bildung
Xpert Business
EDV und Medienkompetenz

6 | Junge vhs 72

Weitere Angebote 75

Musikschule

vhs-Geschäftsstelle 76

Impressum 77

LEIS DENKEN OUT OF THE BOX - TECHNIKEN ZUR IDEENFINDUNG DER ZEITPÄCHTER EINIGES ÜBER GOETHE UND ITAL

**DEIN IST
DIE NEUGIER.
WIR HABEN
DIE KURSE DAZU.**



...TEN BESICHTIGUNG DES SAALACHKRAFTWERKS STREAMING, GAMING UND CO WOL



Check unsere Kurse für
Politik / Gesellschaft und Umwelt

POLITIK GESELLSCHAFT UMWELT

LÄNDER & KULTUREN

101

Hawaii – Inseln unter dem Regenbogen

Vortrag mit Bildern, Geschichten und hawaiianischer Live Musik

RICHARD ESPERTSHUBER

Freuen Sie sich auf unsere Reise zu den Menschen und der Natur von Hawaii.

Altes Feuerhaus, Raum 0.06

1 x Mo, 20.10.2025, 19.30 - 21.30 Uhr

Vvk EUR 16,- / Ak EUR 19,-

VHS.WISSEN LIVE ONLINEKURSE

110 vhs.online

'Ökonomie für eine gerechte Gesellschaft. Gespräch zwischen Joseph Stiglitz (Nobel- preisträger) und Simon Strauss (FAZ)

PROF. DR. JOSEPH STIGLITZ, SIMON STRAUSS

Die Veranstaltung findet auf Englisch statt.

Online • 1 x Mo, 15.09.2025, 19.30 - 21.00 Uhr

Teilnahme kostenlos

110A vhs.online

Letzte Chance: Der neue Kanzler und der Kampf um die Demokratie

ROBIN ALEXANDER

Online • Fr, 26.09.2025 19.30-21.00 Uhr

Teilnahme: Kostenlos

111 vhs.online

Ordnung – und was wir von ihr zu halten haben

PROF. KURT BAYERTZ, em. Professor für
Praktische Philosophie, Universität Münster

Online • 1 x Di, 30.09.2025, 19:30 – 21:00 Uhr

Teilnahme: Kostenlos

112 vhs.online

Gefährliche Rivalitäten: Wirtschaftskriege – von den Anfängen bis zu Trumps Deal-Politik

PROF. DR. WERNER PLUMPE

Online • 1 x Mi, 08.10.2025, 19:30 – 21:00 Uhr

Teilnahme: Kostenlos

113 vhs.online

Der Sternenhimmel und die Schöpfungs- mythen der Menschheit

RAOUL SCHROTT

Online • 1 x Do, 16.10.2025, 19:30 – 21:00 Uhr

Teilnahme: Kostenlos

114 vhs.online

Hoffnung – Eine Geschichte der Zuversicht von Homer bis zum Klimawandel

PROF. DR. JONAS GRETHLEIN

Online • 1 x Mi, 22.10.2025, 19:30 – 21:00 Uhr

Teilnahme: Kostenlos

115 vhs.online

FriedenspreisträgerIn des Deutschen Buchhandels 2025

N.N.

Online • 1 x Fr, 24.10.2025, 19:30 – 21:00 Uhr

Teilnahme: Kostenlos

116 vhs.online

Wann ist ein KI-System vertrauenswürdig?
PROF. DR. UTE SCHMIDMitglied im Direktorium des Bayerischen
Forschungsinstituts für Digitale Transformation
(bidt) und Professorin für Kognitive Systeme
an der Universität Bamberg**Online • 1 x Mi, 29.10.2025, 19:30 – 21:00 Uhr**
Teilnahme: Kostenlos

117 vhs.online

Schönheit der Astronomie II
DR. ANDREAS MÜLLERAstrophysiker und Chefredakteur von
„Sterne und Weltraum“**Online • 1 x Mo, 03.11.2025, 19:30 – 21:00 Uhr**
Teilnahme: Kostenlos

118 vhs.online

Für die Freiheit: Der Bauernkrieg 1525
PROF. DR. LYNDA ROPER

Regius Professor of History, Universität Oxford

Online • 1 x Mi, 05.11.2025, 19:30 – 21:00 Uhr
Teilnahme: Kostenlos

119 vhs.online

**Die Frage von Krieg und Frieden
im Völkerrecht****PROF. DR. DR. CLAUS KRESS**Professor für Strafrecht und Völkerrecht, Uni-
versität zu Köln**Online • 1 x Do, 06.11.2025, 19:30 – 21:00 Uhr**
Teilnahme: Kostenlos

120 vhs.online

**Quantencomputer – wie Quantenmechanik
unsere gesellschaftliche Zukunft beeinflusst**
DR. HEIKE RIELIBM Fellow, Leiterin der Abteilung Science of
Quantum & Information Technologies**Online • 1 x Di, 11.11.2025, 19:30 – 21:00 Uhr**
Teilnahme: Kostenlos

121 vhs.online

**Neue Technologien und Strafrecht – Wie
können Juristen unerwünschte Nebenfolgen
einhegen?****PROF. DR. SUSANNE BECK****Online • 1 x Di, 18.11.2025, 19:30 – 21:00 Uhr**
Teilnahme: Kostenlos

122 vhs.online

**Spinnen und Menschen:
Eine verwobene Beziehung**
JAN MOHNHAUPT**Online • 1 x Mo, 24.11.2025, 19:30 – 21:00 Uhr**
Teilnahme: Kostenlos

123 vhs.online

Innovationen für die Verteidigung
PROF. DR. DR. MICHAEL LAUSTER**Online • 1 x Di, 25.11.2025, 19:30 – 21:00 Uhr**
Teilnahme: Kostenlos

124 vhs.online

**Bullshit, Fake News und Manipulation – Wie
antike Rhetorik und Philosophie helfen
können****PROF. DR. GYBURG UHLMANN****Online • 1 x Mi, 03.12.2025, 19:30 – 21:00 Uhr**
Teilnahme: Kostenlos

125 vhs.online

Die Zitrusfrüchte Italiens
DR. PETER PETER**Online • 1 x Mi, 10.12.2025, 19:30 – 21:00 Uhr**
Teilnahme: Kostenlos

126 vhs.online

**Wie Bilder erzählen: Storytelling von
Albrecht Altdorfer bis Peter Paul Rubens**
DR. MIRJAM NEUMEISTER**Online • 1 x Do, 11.12.2025, 19:30 – 21:00 Uhr**
Teilnahme: Kostenlos

127 vhs.online

Bilderkult und Bildkritik**DR. JOHANN HINRICH CLAUSSEN****Online • 1 x Do, 15.01.2026, 19:30 – 21:00 Uhr**
Teilnahme: Kostenlos

128 vhs.online

**Demographische Transformation und Pflege.
Herausforderungen und Perspektiven****PROF. DR. THOMAS KLIE****Online • 1 x Mi, 21.01.2026, 19:30 – 21:00 Uhr**
Teilnahme: Kostenlos

129 vhs.online

**Aramäisch: Weltsprache des Altertums
und der Gegenwart****PROF. DR. HOLGER GZELLA****Online • 1 x Mo, 26.01.2026, 19:30 – 21:00 Uhr**
Teilnahme: Kostenlos

130 vhs.online

**Bonobos (Pan paniscus) und ihre Bedeutung
für uns Menschen (Homo sapiens)****PROF. DR. BARBARA FRUTH****Online • 1 x Do, 13.11.2025, 19:30-21.00 Uhr**



gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium für
Umwelt und Verbraucherschutz



Die Kurse 135 und 136 werden gefördert durch das Bayer. Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz für Bildungsmaßnahmen zur nachhaltigen Entwicklung.

135

**Der neue Kalte Krieg –
USA, Russland, EU und China**
MARTIN SCHNEIDER, M.A.

Die Veranstaltung skizziert die tiefliegenden Wurzeln der aktuellen Konflikte und fragt nach den Interessen der Beteiligten.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Mi, 24.09.2025, 18.00 - 19.30 Uhr
Teilnahme kostenlos

136 vhs.online

**Krisen, Kriege, Katastrophen – Auswirkungen
auf die Gesellschaft (vhs.cloud)**
MARTIN SCHNEIDER, M.A.

Krisen, Kriege, Katastrophen – die Veranstaltung beleuchtet, wie die ständige Konfrontation mit globalen Bedrohungen unsere Gesellschaft und ihren Zusammenhalt psychologisch und soziologisch beeinflusst. Zugangshinweise zur vhs.cloud folgen vor Kursbeginn.

Online • 1 x Mi, 12.11.2025, 18.00 - 19.30 Uhr
Teilnahme kostenlos

137

**Israel und Palästina – "Heiliges Land" oder
Konfliktregion ersten Ranges?**
GEORG SPINDLER, Diakon und Reiseleiter

Das "Heilige Land" in Geschichte und Gegenwart: Welche Lösungsmöglichkeiten gibt es für den Konflikt zwischen Israelis und Palästinensern?

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Do, 13.11.2025, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 12,-

**„No Other Land“ –
Leben im Krieg im Westjordanland**
Film und Gespräch

„No Other Land“ ist ein kraftvoller Dokumentarfilm (Palästina, Norwegen 2024), der die Realität des Lebens im Kriegszustand einfängt und tief in den Konflikt im Westjordanland eintaucht. Ausgezeichnet als „Bester Dokumentarfilm“ auf der Berlinale 2024.

**Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk,
keine Anmeldung nötig**

Podiumsgäste:

NADINE SAYEGH,
christliche Palästinenserin, Wien
WILLIAM ELGAN, *jüdischer Israeli, Wien*
GEORG HAIGERMOSER, *kath. Religionslehrer,
Freilassing*

Park-Kino Bad Reichenhall
Di, 30.09.2025, 19.00 – 21.00 Uhr
EUR 9,90 (Kinoticket)

140

**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
**KURS A: 1 x Do, 23.10.2025,
18.00 - 19.30 Uhr / EUR 21,-**
**KURS B: 1 x Mi, 14.01.2026,
18.00 - 19.30 Uhr / EUR 21,-**

142

vhs-Universum – Diskussionsrunde
DOMINIK SEITZ, 3D Artist

In dieser Reise durch die Astronomie, Physik und Philosophie finden Sie sich in einem offenen und interaktiven Vortrag wieder. Gemeinsam tauchen wir in die faszinierende Welt des Universums und der Quanten ein.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Sa, 11.10.2025, 14.00 - 18.30 Uhr
EUR 45,-

VER- BRAUCHER- BILDUNG

143 vhs.online

Geld anlegen mit ETF, AIF, Investmentfonds - Grundwissen zur Börse, Investition & Handel
KENNY PÖTSCHKE, Bankkaufmann, Dipl. Bankbetriebswirt

Viele Menschen machen Fehler beim Thema Geld und Investieren – in diesem Vortrag klären wir die Grundlagen von Fonds, ETFs und AIFs, zeigen Unterschiede und Inhalte auf und beantworten Ihre Fragen. Zugangsdaten werden vor Veranstaltungsbeginn zugesandt.

Online • Microsoft Teams, ohne techn. Support
1 x Mi, 26.11.2025, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 30,-

144 vhs.online

2.0 Fortführungskurs Detailwissen zur Börse, Investition & Handel
KENNY PÖTSCHKE, Bankkaufmann, Dipl. Bankbetriebswirt

Nach dem Einstieg in die Welt von ETFs, AIFs und Investmentfonds widmen wir uns nun konkreten Anlagestrategien, zeigen, wie man Fonds handelt, vergleicht, für die Altersvorsorge nutzt und Risiken minimiert – mit anschließender Fragerunde. Die Veranstaltung kann unabhängig von einer Teilnahme an Kurs 143 gebucht werden! Zugangsdaten werden vor Veranstaltungsbeginn zugesandt.

Online • Microsoft Teams, ohne techn. Support
1 x Mi, 03.12.2025, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 30,-

**DAMIT SICH DAS GELD NICHT
 BEI DEN ANDEREN STAPELT
 RATZFATZ ANMELDEN.
 VHS-REICHENHALL.DE**



gefördert durch
**Bayerisches Staatsministerium für
 Umwelt und Verbraucherschutz**



Die Kurse 150 - 164 sind gefördert durch das Bayer. Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherbildung. Die Vorträge finden in Kooperation mit der Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern statt.

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

150 vhs.online

E-Mobilität – Elektrisiert in die Zukunft?
DANIEL EISEL, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.
Online • 1 x Di, 16.09.2025, 19.00 - 20.30 Uhr
Teilnahme kostenlos

151 vhs.online

Gasheizung am Scheideweg: Mögliche Szenarien der zukünftigen Gasnutzung auch im Zusammenhang mit der kommunalen Wärmeplanung!
MATTHIAS RÖSCH, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.
Online • 1 x Di, 23.09.2025, 12.30 - 13.30 Uhr
Teilnahme kostenlos

152 vhs.online

Dynamische Stromtarife – wann lohnen sie sich?
DANIEL EISEL, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.
Online • 1 x Di, 30.09.2025, 19.00 - 20.00 Uhr
Teilnahme kostenlos

153 vhs.online

Energie sparen im Alltag – Tipps und Tricks
RAINER MOLL, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.
Online • 1 x Do, 02.10.2025, 19.00 - 20.00 Uhr
Teilnahme kostenlos

154 vhs.online

Anbieterwechsel – Gewusst wie!*CHRISTINE SCHALLER, Energieberaterin für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.***Online • 1 x Mo, 06.10.2025, 12.30 - 13.30 Uhr****Teilnahme kostenlos**

155 vhs.online

Wärmepumpe – Aufstellung in beengten Verhältnissen / Etagenheizung*EVA LANGHEIN, Energieberaterin für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.***Online • 1 x Do, 16.10.2025, 19.00 - 20.30 Uhr****Teilnahme kostenlos**

156 vhs.online

Photovoltaik – Strom selbst erzeugen!*THOMAS BUGERT, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.***Online • 1 x Di, 04.11.2025, 12.30 - 13.30 Uhr****Teilnahme kostenlos**

157 vhs.online

Heizungserneuerung:**Wie packt man's richtig an?***DIPL.-ING. (FH) ARCHITEKTIN GISELA**KIENZLE, Energieberaterin für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.***Online • 1 x Do, 20.11.2025, 19.00 - 20.30 Uhr****Teilnahme kostenlos**

158 vhs.online

Sanierung und Heizung –**Förderlandschaft im Überblick***THOMAS BUGERT, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.***Online • 1 x Mi, 26.11.2025, 19.00 - 20.00 Uhr****Teilnahme kostenlos**

159 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, 02.12.2025, 19.00 - 20.30 Uhr****Teilnahme kostenlos**

160 vhs.online

Neue Heizung? Aktuelle Gesetze,**Förderungen und technische Möglichkeiten***ALEXANDER WALTNER, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.***Online • 1 x Di, 09.12.2025, 10.00 - 11.00 Uhr****Teilnahme kostenlos**

161 vhs.online

Die Wärmepumpe – Praxistipps zu Planung, Hydraulik und Effizienzsteigerung*RAINER MOLL, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.***Online • 1 x Do, 18.12.2025, 19.00 - 20.00 Uhr****Teilnahme kostenlos**

162 vhs.online

Aus Alt mach Neu: Wie richtig sanieren?*MATTHIAS RÖSCH, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.***Online • 1 x Do, 15.01.2026, 19.00 - 20.30 Uhr****Teilnahme kostenlos**

163 vhs.online

Energie sparen im Alltag – Tipps und Tricks*RAINER MOLL, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.***Online • 1 x Mo, 19.01.2026, 12.30 - 13.30 Uhr****Teilnahme kostenlos**

164 vhs.online

Bauen mit Holz: Nachhaltiger Rohstoff mit vielen Möglichkeiten*DIPL.-ING. (FH) ARCHITEKTIN GISELA**KIENZLE, Energieberaterin für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.***Online • 1 x Do, 22.01.2026, 19.00 - 20.30 Uhr****Teilnahme kostenlos**UPCYCLING IM HAUSBAU
BOOMT.AUS ALTEN ZIEGELN WERDEN
BODENFLIESEN, AUS WEIN-
FÄSSERN WASCHBECKEN –
BAUEN MIT GESCHICHTE.

PSYCHO- LOGIE / PERSÖN- LICH- KEITSENT- WICKLUNG

170

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg / Fortführungs-Seminar

ANETTE GOHLKE, Trainerin Fachverband
Gewaltfreie Kommunikation

Wenn Sie die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation bereits kennen, bietet dieses Angebot die Möglichkeit, Ihre Kenntnisse zu vertiefen und im einfühlsamen Umgang mit sich selbst und anderen praktisch anzuwenden. Voraussetzung: Teilnahme an einer Einführung in "Gewaltfreie Kommunikation", auch bei einer anderen Trainerin.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

**2 x Sa, 04.10. + 18.10.2025, 10.00 - 17.00 Uhr,
Mittagspause 60 Minuten
EUR 114,-**

Informationen zu den Kursen

Nr. 171 bis 174 auf der Fraueninsel:

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

Treffpunkt: 09.30 Uhr an der Klosterpforte. Schiff
09.00 Uhr ab Prien-Stock (ohne Gewähr). Die
Kosten der Überfahrt und das Mittagessen sind
nicht in den Kursgebühren enthalten!

171

Kommunikation ist, wenn man's trotzdem sagt – Workshop auf der Fraueninsel

SUSANNE MARIA SCHUMACHER,
Journalistin, Coach

Der Kurs versteht sich als Werkstatt, in der wir graue Theorie in lebendige Lösungen verwandeln, brisante Situationen aus dem privaten und beruflichen Leben entspannt trainieren - freuen Sie sich auf erfrischende Methoden und Checklisten.

© Susanne Maria Schumacher Journalistin, Coach

Abtei der Benediktinerinnen, Frauenwörth

**1 x Sa, 27.09.2025, 09.30 - 16.30 Uhr
EUR 75,-**

172

Gespräche mit der Seele – das erfrischende Schreibtraining auf der Fraueninsel - Workshop auf der Fraueninsel

SUSANNE MARIA SCHUMACHER,
Journalistin, Coach

In der Geborgenheit der Abtei Frauenwörth dürfen wir einmal innehalten, uns Zeit für uns selbst nehmen, die Seele beflügeln. Bitte mitbringen: Schreibzeug.

© Susanne Maria Schumacher Journalistin, Coach

Abtei der Benediktinerinnen Frauenwörth

**1 x Sa, 11.10.2025, 09.30 - 16.30 Uhr
EUR 75,-**

173

7 Tipps für mehr Zeit für mich – Workshop auf der Fraueninsel – das erfrischende Selbstfürsorge-Training auf der Fraueninsel

SUSANNE MARIA SCHUMACHER,
Journalistin, Coach

In lockerer Atmosphäre üben wir ein herzliches JA zu uns selbst, schaffen Spielräume und kreieren Auszeiten. Bitte mitbringen: Schreibzeug.

© Susanne Maria Schumacher Journalistin, Coach

Abtei der Benediktinerinnen Frauenwörth

**1 x Sa, 22.11.2025, 09.30 - 16.30 Uhr
EUR 75,-**

PHILO- SOPHIE / ETHIK / RELIGION

175

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, Palliativmedizinerin, Psychotherapeutin, Ethikberaterin, Trauerbegleiterin und Clownin wird mit Ihnen und Ihrem Bevollmächtigten eine Patientenverfügung erstellen, mit der Sie Ihr Recht auf Leben und Sterben in Würde durchsetzen können!

**Mittagspause von 12.30 bis 13.30 Uhr mit
eigener Verpflegung.**
Abtei der Benediktinerinnen Frauenwörth
1 x Sa, 11.10.2025, 09.30 - 16.30 Uhr
EUR 65,-

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? Eine Rechtsberatung findet nicht statt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Mi, 19.11.2025, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 12,-

177

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

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

Aktuelle Informationen zur "erlaubten Sterbehilfe" -
Absicherung meines Willens am Lebensende durch
die Rote Hand und die ambulante Ethikberatung. Eine
Rechtsberatung findet nicht statt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Mi, 26.11.2025, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 12,-

188

Unbekannte Religionen im Nahen Osten

GEORG SPINDLER, Diakon und Reiseleiter

Wer sind die Drusen, Nusairier, Jesiden, Zwölfer- und
Siebener-Schiiten und was glauben sie?

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Do, 11.12.2025, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 12,-



VHS UNTER- WEGS

190 vhs-Kulturbus

Führung durch die Ohel Jakob-Synagoge und durch das Jüdische Museum in München
(Jeweils einstündig).

Bitte Ausweis mitbringen. Männliche Teilnehmer brauchen zudem eine Kopfbedeckung.
Anmeldung bis 08.10.2025 unbedingt erforderlich!

Abfahrt und Ankunft: P+R-Parkplatz (P 5) bei der Rupertus Therme
1 x Do, 23.10.2025, 07.30 - 17.00 Uhr
EUR 85,-

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, Parkpl. ehem. Café am See
1 x Mi, 15.10.2025, 14.00 - 16.00 Uhr
EUR 5,-

192

Besichtigung des Saalachkraftwerks DB Energie GmbH

Das Saalachkraftwerk gehört zu den ältesten noch in Betrieb befindlichen Bahnkraftwerken in Deutschland und steht heute unter Denkmalschutz.

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, 22.10.2025, 14.00 - 16.00 Uhr
EUR 5,-



193

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

Bei einem entspannten Spaziergang über den Mönchsberg entdecken wir Salzburgs grüne Oase mit faszinierenden Ausblicken, spannenden historischen Einblicken und überraschenden Perspektiven abseits des Stadtrubels. 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, Anmelde-schluss: 05.10.2025.

Treffpunkt: Kapitelplatz / "Goldene Kugel", mit eigener Anfahrt!
1 x Fr, 10.10.2025, 14.30 - ca. 17.30 Uhr
EUR 26,-



HEIMAT VERBINDEN!

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



**Ihr Finanzpartner
vor Ort -**

alles aus einer Hand
und individuell auf
Sie abgestimmt!



Sparkasse
Berchtesgadener Land

**Der perfekte
Start ins Leben.**

**Born
im BGL!**



KLINIKEN
SÜDOSTBAYERN

**„Ich fühlte mich
in jeder Phase
perfekt betreut!“**

Christine Haslauer,
Marktschellenberg



➔
Erfahre mehr!



HERBST UND WINTER MANDOLINE FÜR ANFÄNGER ERWACHSENEN BALLETT – ANFÄNGER GESELLIGE TÄNZE LINE DANCE

ANCE LATIN STYLE – FÜR FORTGESCHRITTENE DANCE MOVES – MODERN STYLE TRIUMPH UND GLO



**DU TRÄUMST
VOM FLIEGEN.
WIR ZEIGEN
DIR WIE.**

Check unsere Kurse für

Kultur & Gestalten

KULTUR & GESTALTEN



MUSIK

200

Mit Ukulele durch Herbst und Winter NATALIA MARASHOVA

In insgesamt 8 Einheiten lernen Sie systematisch die wesentlichen Elemente des Ukulelespiels kennen und erlangen eine solide Beherrschung der Grundlagen, sodass Sie schnell Fortschritte machen können.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
8 x SA, ab 27.09.2025, 10.00 – 11.30 Uhr
EUR 110,-

201

Ukulele für alle! Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse NATALIA MARASHOVA

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

Altes Feuerhaus, Raum 2.19
2 x Sa, 11.10. + So, 12.10.2025, 11.30 – 13.30 Uhr
EUR 55,-

202

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 2.19
2 x Sa, 25.10. + So, 26.10.2025, 11.30 – 13.30 Uhr
EUR 55,-

203

"Gitarre am Kaminfeuer" **mit wenigen Akkorden zum Lied** Anfänger und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen NATALIA MARASHOVA

Bei unserem vorweihnachtlichen Liedbegleitungsgitarrenkurs können Sie Ihre Kenntnisse erweitern, neue Griffe und Rhythmen erlernen und damit die Feiertage mit schöner Musik verzieren!

Altes Feuerhaus, Raum 2.19
2 x Sa, 15.11. + So, 16.11.2025, 10.00 – 12.00 Uhr
EUR 55,-

204

Mandoline für Fortgeschrittene NATALIA MARASHOVA

In unserem Kurs erwartet Sie die Erweiterung der spieltechnischen Fähigkeiten, das Spielen in der Gruppe, Empfehlungen und Lernmaterialien für weitere Fortschritte.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
2 x Sa, 06.12. + So, 07.12.2025, 11.00 – 13.00 Uhr
EUR 55,-

TANZ

205

Gesellige Tänze

MONIKA STADLER,

Gesundheits- und Tanzpädagogin

Eine Tanzreise durch verschiedene Länder rund um den Globus für Jung und Alt. Kein fester Tanzpartner erforderlich. **Bitte mitbringen:** Getränk, flache Schuhe.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

1 x Sa, 04.10.2025, 14.30 - 17.30 Uhr

EUR 40,-

206

Erwachsenen-Ballett – Anfänger

ALEXANDRA FRINGS,

diplomierte Balletttänzerin

Klassisches Ballett für Körperbeherrschung, Koordination und Rhythmik. **Bitte mitbringen:** Handtuch, Getränk, enganliegende Sportkleidung und Socken.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

8 x Fr, ab 26.09.2025, 17.15 - 18.15 Uhr

EUR 75,-

208

Die Tanzkunst Isadora Duncans – Tanz, Körper- und Ausdrucksschulung

CLAUDIA GOLDSCHMITT,

Diplomierte Tanzpädagogin

Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen der Duncan-Technik, fördert Körperwahrnehmung und vertieft das Verständnis für die Verbindung von Tanz und emotionalem Ausdruck. **Bitte mitbringen:** Matte, bequeme Kleidung und Socken.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

1 x Sa, 18.10.2025, 14.00 - 17.00 Uhr

EUR 42,-

210

Line Dance Latin Style für Einsteiger

MIRIAM MACHATA,

Geprüfte Tanz- und Yogatrainerin

Wenn du Tanzen liebst, nette Leute kennenlernen willst und Spaß am Bewegen hast, bist du beim "Line Dance Latin Style" genau richtig. **Bitte mitbringen:** Handtuch, Getränk, bequeme Kleidung und Sportschuhe.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

10 x Mo, ab 22.09.2025, 19.00 - 20.00 Uhr

EUR 80,-

211

Line Dance Latin Style – für Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger

MIRIAM MACHATA,

Geprüfte Tanz- und Yogatrainerin

Aufbaukurs zum bisherigen Line Dance Latin Style-Kurs. **Bitte mitnehmen:** Handtuch, Getränk, bequeme Kleidung und Sportschuhe.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

10 x Mo, ab 22.09.2025, 18.00 - 19.00 Uhr

EUR 80,-

212

Dance Moves – Modern Style

MIRIAM MACHATA,

Geprüfte Tanz- und Yogatrainerin

Hier lernst du zu moderner Musik eine elegante Tanztechnik, verbesserst Balance und Koordination und hast vor allem viel Spaß. **Bitte mitbringen:** Handtuch, Getränk, bequeme Sportkleidung und gute Laune.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

10 x Mo, ab 22.09.2025, 20.00 - 21.00 Uhr

EUR 80,-



WENN DU AUCH RHYTHMISCH
GEGEN DIE SCHWERKRAFT
KÄMPFST **BUCH DIR NEUE
TANZ-MOVES.**
VHS-REICHENHALL.DE



KUNST/ KULTURGE- SCHICHTE

214

Vita monastica und mittelalterliche Klosterbaukunst

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

Das Mönchstum prägte die abendländische Kultur, wobei sich die Klosterarchitektur – von den Benediktinern bis zu den städtisch orientierten Bettelorden – über lange Zeit ausbildete und dabei den jeweiligen Ordensidealen folgte. Kunsthistorischer Vortrag mit ausgewählten Bildern.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Do, 09.10.2025, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 15,-



215

Die gotische Kathedrale – monumentale Transzendenz

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

Die gotische Kathedrale ist spektakulär gebaute Metaphysik und Sinnbild der Perfektion Gottes und zugleich Abbild von Theologie und göttlicher Heilsordnung. Kunsthistorischer Vortrag mit ausgewählten Bildern.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Do, 30.10.2025, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 15,-

216

Triumph und Glorie – Aspekte der barocken Kunst 1

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

Dieser erste Vortrag stellt folgende Aspekte vor: Komplexität und Vielfalt barocker Kunst, Begriff "Barock", Kunst und Gegenreformation, frühbarocke Kunstszenen in Rom, Bildsprache des Barock. Kunsthistorischer Vortrag mit ausgewählten Bildern.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Do, 20.11.2025, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 15,-

217

Triumph und Glorie – Aspekte der barocken Kunst 2

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

Dieser zweite Vortrag stellt folgende Aspekte vor: Das barocke Gesamtkunstwerk, Kunst und Illusionismus, Holland und die Fachmalerei im "Gouden Eeuw", Barockakademie und klassizistische Programmatik. Kunsthistorischer Vortrag mit ausgewählten Bildern.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Do, 04.12.2025, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 15,-

218

Marcel Duchamp – ästhetische Revolte und Konzeptkunst

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

Marcel Duchamp ist der neben Picasso, Andy Warhol und Joseph Beuys wohl wichtigste Inspirator der Kunst unserer Zeit. Kunsthistorischer Vortrag mit ausgewählten Bildern.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
1 x Do, 18.12.2025, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 15,-

KREATIVES GESTALTEN

220
Dein JA zum Jahr. Kreative Jahresplanung auf der vorweihnachtlichen Fraueninsel – Workshop auf der Fraueninsel
SUSANNE MARIA SCHUMACHER,
Journalistin, Coach

Herzlich willkommen zu einer kreativen Planung des Jahres ohne Terminkalender, dafür mit Herz & Humor!
 © Susanne Maria Schumacher Journalistin, Coach

Treffpunkt 09.30 Uhr an der Klosterpforte. HINWEIS: Überfahrt und Mittagessen 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, 29.11.2025, 09.30 - 16.30 Uhr
EUR 75,-

221
Paper Art – Türkränze aus alten Büchern
CHRISTINE DE VOGT,
zert. Vera Birkenbihl-Trainerin, Autorin

In meinem Paper Art-Kurs "Türkränze" arbeiten wir mit alten Buchseiten, um ganz besondere Tür- und Fensterkränze zu gestalten. **Materialkosten in Höhe von EUR 5,- sind direkt bei der Kursleitung in bar zu bezahlen.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
1 x Di, 30.09.2025, 18.00 - 20.30 Uhr
EUR 38,-

222
Paper Art – Zauberhafte Rosenblüten aus alten Buchseiten und Notenblättern
CHRISTINE DE VOGT,
zert. Vera Birkenbihl-Trainerin, Autorin

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

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
1 x Di, 14.10.2025, 18.00 - 20.30 Uhr
EUR 38,-

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 Buchseiten, um einzigartige Objekte zu gestalten. **Materialkosten in Höhe von EUR 5,- sind direkt bei der Kursleitung in bar zu bezahlen.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
1 x Di, 18.11.2025, 18.00 - 20.30 Uhr
EUR 38,-

Info zu den Kursen 221 – 223:
Bei Buchung aller drei Paper Art-Kurse entfallen die Materialkosten!

224
Papiergeschichten – mit Bildern + Worten zu kreativen Collagen und Porträts
CHRISTINE DE VOGT,
zert. Vera Birkenbihl-Trainerin, Autorin

Mit individuellen Collagen erschaffen wir einzigartige Portraits, die eine ganz besondere Ausdruckskraft haben. **Materialkosten in Höhe von EUR 5,- sind direkt bei der Kursleitung in bar zu bezahlen.**

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
1 x Di, 02.12.2025, 18.00 - 20.30 Uhr
EUR 50,-

269

Spinnkurs für Anfänger*KATRIN KIESER, Holzbildhauergesellin und diplomierte Waldorfpädagogin, Phytotherapeutin*

In meinen Kursen gewinnen die Teilnehmer einen kleinen Einblick in die Vielfalt der Naturfasern und können mit einem selbst gesponnenen Knäuel Wolle nach Hause gehen. **Materialkosten werden nach Verbrauch (ca. 2 € / 100 g Wolle) direkt bei der Dozentin abgerechnet.**

Mittelschule Zenostr., Werkraum UG
2 x Di, ab 11.11.2025, 18.30 - 21.30 Uhr
EUR 45,-

271

Halloweentöpfern
SUSI HECKEL

Schön gruselig, ob Hexenhut, Kürbis oder Geistertaschen, es wird gespenstisch getöpft.
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 06.10.2025, 19.00 - 22.00 Uhr
EUR 72,-

272

Adventstöpfern
SUSI HECKEL

Wir kreieren Adventskranz, Kerzenhalter oder Plätzchenteller als Mitbringsel oder auch Geschenke.
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 17.11.2025, 19.00 - 22.00 Uhr
EUR 72,-

273

In der Weihnachtstöpferei...
SUSI HECKEL

Entfalten Sie Ihr kreatives Können mit Ton in einer vorweihnachtlichen Atmosphäre bei Glühwein und Keksen und erschaffen Sie wundervolle Weihnachts-

keramik. **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 24.11.2025, 19.00 - 22.00 Uhr
EUR 72,-

WERDEN DEINE VASEN AUCH
 IMMER ASCHENBECHER?
RUCKZUCK TÖPFERN LERNEN
VHS-REICHENHALL.DE

274

Töpfern für Frühaufsteher
SUSI HECKEL

Wir sind am Vormittag schon gut gelaunt, leben unsere Kreativität aus und töpfern nach Lust und Laune.
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 10.11.2025, 09.30 - 11.30 Uhr
EUR 72,-

275

Vom Zauber der Rohnächte – Töpferkurs
SUSI HECKEL

Wir kreieren verschiedene Räuchergefäße wie Kelche oder Räucherschalen mit einem guten Duft aus dem Oman. **Die Kosten für Brennen und Glasieren sind bei der Kursleiterin extra zu bezahlen.** Ein weiterer Termin (nach ca. 14 Tagen und Absprache) ist in der Kursgebühr enthalten.

Keramik*Kreativ*Zauber, Bad Rhall, Innsbrucker Str. 5 (Hinterhof)
1 x Mo, ab 10.11.2025, 19.00 - 22.00 Uhr
EUR 72,-

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 Gebrauchskeramik, 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 11.10.2025, 09.00 - 12.00 Uhr
EUR 74,-

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 inklusive.

Werkstatt TON.HOLZ.HERZ,
Thumseestr. 50 Hinterhof, Bad Reichenhall
1 x Mo, ab 10.11.2025, 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 inklusive.

Werkstatt TON.HOLZ.HERZ,
Thumseestr. 50 Hinterhof, Bad Reichenhall
1 x Mo, ab 01.12.2025, 19.00 - 21.00 Uhr
EUR 69,-

281

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

Eva Marschall, akademische Malerin, fördert in ihrem Kurs Inspiration und Kreativität in gemütlicher Atelieratmosphäre, begleitet von Musik; die Gebühr umfasst das Material (ausgenommen Leinwände, die bei der Dozentin direkt erworben werden können).

Privat-Atelier, Eva Marschall,
Ludwig-Thoma-Str. 10
4 x Do, ab 09.10.2025, 18.00 - 20.30 Uhr
EUR 110,-

284

Fotogruppe der Volkshochschule**MARKUS SPRING**

Die Fotogruppe begleitet die Teilnehmer und Teilnehmerinnen auf dem Weg vom fotografischen Abbild zum kreativen Ausdruck. 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 x Mo, 20.10./10.11./01.12.2025 +
12.01./02.02.2026, 19.00 - 21.00 Uhr
EUR 35,-

Näh-Treff – für Nähbegeisterte oder solche, die es werden wollen – eine Veranstaltung des "Café Elternzeit"

Eine Anmeldung ist aus organisatorischen Gründen wünschenswert, Vorkenntnisse sind nicht unbedingt notwendig. Mitzubringen: eigene Nähmaschine inkl. benötigter Utensilien.

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





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

pwlh.

Pidinger Werkstätten GmbH
der Lebenshilfe BGL

Hirschloh 1+3

83451 Piding

Telefon: 08651 - 960 - 0

E-Mail: info@pwlh.de

Gemeinnützige Werkstätten
für Menschen mit Behinderung

PRODUKTION & DIENSTLEISTUNG

Gerne informieren
wir Sie ausführlich!

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



ALPENSTOFF. DAS BIER DER BERGE

So kraftvoll, klar und doch harmonisch mild.
Mit seiner 18. 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





Besuchen Sie unser Bildungsportal!

Weiterbildung in Traunstein

Jetzt vorbeischauen
und anmelden:
www.hwk-muenchen-bildung.de



Bildungszentrum Traunstein
Mühlwiesen 4, 83278 Traunstein
Telefon 0861 98 97 70



Handwerkskammer
für München und Oberbayern

Bildungszentrum Traunstein



GYMNASTIK FÜR DIE FRAU AB 50 BODYSTYLING KURS TAI CHI CORE-TRAINING KICKFIT XXL KRÄUTERFÜHRUNG ZURÜCK



CK ZUM WOHLFÜHLGEWICHT DER UNTERSCHÄTZTE DARM TAI CHI CH'UAN FÜR FORTGESCHRITTE

**DU HAST
DEN WILLEN.
WIR HABEN
DIE ÜBUNGEN.**

**Check unsere Kurse für
Gesundheit und Ernährung**



GESUNDHEIT & ERNÄHRUNG



ERNÄHRUNG

3000

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 Di, 18.11.2025, 18.00 - 21.00 Uhr
EUR 54,-

3001

AYURVEDA KOCHKURS **„HERBSTGEFLÜSTER“**

KERSTIN WIRTH, Ayurveda Gesundheits- und Ernährungsberaterin

Erfahren Sie, welche Zutaten & Gewürze im Herbst am besten auf unsere Energie wirken, uns in Harmonie bringen, und kreieren Sie in 2er Gruppen je ein

3-Gänge-Menü und erfahren nebenbei das Wichtigste aus der ayurvedischen Ernährungslehre.

Mittelschule Zenostr., Lehrküche UG (Eingang Grundschule)

1 x Fr, 24.10.2025, 17.00 - 21.00 Uhr
EUR 65,-

3002

AYURVEDA KOCHKURS **„WEIHNACHTSZAUBER“**

KERSTIN WIRTH, Ayurveda Gesundheits- und Ernährungsberaterin

Ayurvedisch kochen im Weihnachtszauber – tauchen Sie ein in die Geheimnisse der ayurvedischen Küche und ihren Gewürzen in dieser besonderen Zeit und zaubern Sie in einer 2er Gruppe ein weihnachtliches ayurvedisches 3-Gänge Menü!

Mittelschule Zenostr., Lehrküche UG (Eingang Grundschule)

1 x Fr, 05.12.2025, 17.00 - 21.00 Uhr
EUR 65,-

3003

Workshop zuckerfreie Ernährung **VERENA FEIFEL**,

M.Sc. der Ernährungswissenschaften

Ich zeige dir schnelle und einfache Gerichte und Möglichkeiten, wie du im Alltag auch ohne Zucker leckere Speisen zubereitest und zu dir nimmst.

Mittelschule Zenostr., Lehrküche UG (Eingang Grundschule)

1 x Fr, 19.12.2025, 17.00 - 19.30 Uhr
EUR 49,-

3004

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 Pfunde 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, 25.09.2025, 18.00 - 21.00 Uhr
EUR 24,-**

3005

Kochkurs – vegane/vegetarische Küche leicht gemacht**VERENA FEIFEL**,*M.Sc. der Ernährungswissenschaften*

Dieser Kochkurs bietet theoretische Informationen und gibt praktische Tipps rund um die fleischlose Küche. **Bitte mitbringen:** Schürze und Schreibzeug. Materialkosten in Höhe von 10,00 € sind direkt bei der Kursleiterin abzurechnen.

Anmeldeschluss: 17.10.2025

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

**1 x Fr, 31.10.2025, 17.00 - 19.30 Uhr
EUR 49,-**

3006

Kochkurs – Low Carb-Küche leicht gemacht**VERENA FEIFEL**,*M.Sc. der Ernährungswissenschaften*

Du suchst gute Möglichkeiten, deiner Ernährung durch den Genuss von hochwertigen Proteinen, guten Fetten und gesunden Kohlenhydraten einen Schwung an Leichtigkeit zu verpassen. **Bitte mitbringen:** Schürze und Schreibzeug. Materialkosten in Höhe von 10,00 € sind direkt bei der Kursleiterin abzurechnen. Anmeldeschluss: 28.11.2025

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

**1 x Fr, 12.12.2025, 17.00 - 19.30 Uhr
EUR 49,-**

3007

Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit – für Babys und Kinder**VERENA FEIFEL**, M.Sc.*der Ernährungswissenschaften*

Egal, ob du gerade schwanger bist, ein kleines Baby oder große Kinder hast - erfahre hier im Vortrag mehr über eine gesunde und ausgewogene Ernährung für dich und deine Liebsten.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

**1 x Do, 16.10.2025, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 39,-**

3008

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, 10.12.2025, 18.00 - 21.00 Uhr
EUR 24,-**

NACHHALTIG ESSEN
HEISST, MIT JEDEM
BISSEN VERANTWORTUNG
ZU ÜBERNEHMEN – FÜR
DEN EIGENEN KÖRPER,
FÜR ANDERE UND FÜR
UNSEREN PLANETEN.

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, 17.10.2025, 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 dem Dozenten verrechnet. Anmeldeschluss: 09.04.2026

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

**1 x Fr, 16.01.2026, 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 Raum-

beduftungen, 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, 15.11.2025, 09.30 - 12.30 Uhr
EUR 49,-**

3011

Naturkosmetik und ätherische Öle**ANDREA HOCHHÄUSLER, Kräuterpädagogin**

In diesem praxisorientierten Workshop lernst du, mit natürlichen Zutaten deine eigene Hautpflege herzustellen. **Bitte mitbringen:** Etiketten.

Andrea Hochhäusler,

Inzeller Str. 30, 83458 Schneizlreuth

**1 x Sa, 08.11.2025, 10.00 - 14.00 Uhr
EUR 47,-**

3012

Faszinosum Schwammerl**ANNA HEINISCH,***Wildnispädagogin und PilzCoach*

Dieser interaktive Vortrag möchte einen Überblick über das riesige Reich der Pilze und seine Funktionen im Ökosystem geben.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

**1 x Di, 11.11.2025, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 15,-**

302

Gesundheitstag Prävention**MANFRED HOFMEISTER,***Dipl. Ing. und zertifizierter Baubiologe***VRENI SCHWEIGER, Personal Trainerin**

Gesunder Körper in einer gesunden Umgebung. Praktische Übungen und Vortrag für ein gesundes Zuhause.

Altes Feuerhaus, Saal

**1 x Sa, 08.11.2025, 09.30 - 12.30 Uhr
EUR 18,-**

03

Alte Hausmittel - neu entdeckt!**BARBARA SPINDLER**, TEH-Praktikerin
(Traditionelle Europ. Heilkunde)

Ein Informationsabend zum Thema "Alte Hausmittel - Wickel und Auflagen" mit vielen Praxisbeispielen. Das Skript ist nicht in der Kursgebühr enthalten; 5 € sind bei der Kursleitung zu bezahlen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**1 x Do, 23.10.2025, 19.00 - 21.00 Uhr****EUR 19,-**

304

Gesundheit ist ein Informationsproblem – gesund und fit ins hohe Alter**CARMEN KRAUS**, Kneipp-Gesundheitstrainerin
SKA, Gesundheitsberaterin GGB

Viele leiden heute an Zivilisationskrankheiten – trotz moderner Medizin: Gefäße, Stoffwechsel, Bewegungsapparat, Allergien und mehr. Wir fragen: Warum?

Altes Feuerhaus, Raum 2.01**1 x Do, ab 27.11.2025, 19.00 - 21.00 Uhr****EUR 10,-**

306

Augentraining bei Kurz- oder Weitsichtigkeit und Hornhautverkrümmung**CAROLINE EBERT**, Augenoptikermeisterin, ganzheitliche Augentrainerin

Täglich 5 Minuten Augentraining können bereits ausreichen, die Augen zu entspannen und die Sehkraft positiv zu beeinflussen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**1 x So, 28.09.2025, 14.00 - 17.00 Uhr****EUR 35,-**

308

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

Angepasste und alltagstaugliche Übungen ermöglichen uns, Schultern und Nacken in vielfältiger Weise

zu entspannen und zu stärken.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Socken.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**1 x Sa, 17.01.2026, 10.00 - 12.00 Uhr****EUR 30,-**

309

Mütter stärken Töchter: Selbstbewusst durch die Pubertät**JESSICA KÜHN**, Expertin für ganzheitliche Frauengesundheit

Dieser Workshop richtet sich an Mütter, die ihre Töchter in der Pubertät begleiten und unterstützen möchten. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schreibzeug, Getränk und evtl. kleinen Snack.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**1 x Sa, 11.10.2025, 14.00 - 17.00 Uhr****EUR 35,-**

310

Wechseljahre – Ganzheitlich gestärkt in eine neue Lebensphase**JESSICA KÜHN**, Expertin für ganzheitliche Frauengesundheit

Die Wechseljahre als natürlichen Übergang bewusst und gestärkt erleben. Dieser Workshop ersetzt keine ärztliche oder heilpraktische Behandlung. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schreibzeug, Getränk und evtl. kleinen Snack.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**1 x Sa, 15.11.2025, 14.00 - 17.00 Uhr****EUR 35,-**

311

Der unterschätzte Darm – Gesundheit beginnt im Bauch**TERESA KNOTT**, Heilpraktikerin

Dieser Vortrag bietet einen Überblick über den Ablauf der menschlichen Verdauung und gibt Tipps, wie wir unseren Darm im Alltag stärken können.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03**1 x Di, 21.10.2025, 19.00 - 20.30 Uhr****EUR 18,-**

312

**Warum wir denken, wie wir denken –
und wie wir aus alten Mustern ausbrechen***TERESA KNOTT, Heilpraktikerin*

Wir machen einen Ausflug in die Hintergründe von Mustern und inneren Blockaden, um zu verstehen, wie unser Denken und Fühlen funktionieren.

**G'sundheitseck Bad Reichenhall,
Pechmannstr. 1, Bad Reichenhall
1 x Mi, 12.11.2025, 19.00 - 20.30 Uhr
EUR 18,-**

314

**Hilfe beim Helfen – für Angehörige von
Menschen mit Demenz***ROSWITHA MODEREGGER, Alzheimer Gesellschaft Südostbayern e.V. Selbsthilfe Demenz*

Im Angehörigenseminar ‚Hilfe beim Helfen‘ informieren wir an acht Abenden über Demenz, Unterstützungsangebote und Entlastungsmöglichkeiten. Mehr Infos im Flyer unter: www.deutsche-alzheimer.de

**Altes Feuerhaus, Raum 2.01
8 x Di, ab 07.10.2025, 17.15 - 19.15 Uhr
Teilnahme kostenlos**

315

**Körperwissen trifft Bewegung – Entspannt.
Aufgerichtet. Gesund.***CLAUDIA GOLDSCHMITT,
Diplomierte Tanzpädagogin*

Mit einfachen, wirkungsvollen Übungen und anatomischem Wissen fördern wir in diesem Workshop ein optimales Bewegungsverhalten.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Socken.

**Altes Feuerhaus, Raum 3.03
1 x Sa, 24.01.2026, 10.00 - 12.00 Uhr
EUR 30,-**

316

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

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

**Altes Feuerhaus, Raum 3.03
1 x Sa, 25.10.2025, 09.30 - 12.30 Uhr
EUR 39,-**

318A

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

Yin Yoga ist ein ruhiger, sanfter sowie stressreduzierender Übungsstil, der die tiefen Faszien stärkt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eigene Matte, Decke.

**Altes Feuerhaus, Raum 3.03
1 x Fr, 09.01.2026, 15.00 - 18.00 Uhr
EUR 35,-**

318B

**Oje, mein Kopf - Yoga & Ayurveda
bei Kopfschmerzen und Migräne***SABINE SAVITRI KELLERHALS, Yogalehrerin
BYV, Yogatherapeutin BYAT*

Sie lernen sanfte Übungen aus der Yogatherapie und erhalten zahlreiche Tipps aus dem Ayurveda zur Vorbeugung und Selbsthilfe. Dieser Kurs ersetzt nicht den Gang zum Arzt oder Heilpraktiker. **Bitte mitbringen: warme Socken, eigene Matte und bequeme Kleidung.**

**Altes Feuerhaus, Raum 3.03
1 x Sa, 10.01.2026, 10.00 - 14.00 Uhr
EUR 45,-**

**RAUSFINDEN WIE OFT EIN
KNIE KNACKEN KANN?
BITTE LEISE ANMELDEN
VHS-REICHENHALL.DE**

318C

Schlafen wie ein Marmeltier - sanfte Selbsthilfe aus Yogatherapie & Ayurveda**SABINE SAVITRI KELLERHALS**, Yogalehrerin
BYV, Yogatherapeutin BYAT

In diesem Halbtagesseminar lernen Sie die effektivsten Techniken aus der Yogatherapie und dem Ayurveda für einen besseren Schlaf kennen. Dieser Kurs ersetzt nicht den Gang zum Arzt oder Heilpraktiker. Bitte mitbringen: bequeme, ältere Kleidung (Öl), warme Socken, Mütze und eine Tasse.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
1 x Sa, 10.01.2026, 15.00 - 19.00 Uhr
EUR 45,-

319

Therapeutisches Ausdrucks-malen – Förderung der Kreativität – Kommunikation mit sich selbst – Frieden schließen bei Krankheit – Es wird mit Fingern auf Papier gemalt!
EVA MARSCHALL, Maltherapeutin

Eva Marschall, ausgebildete Maltherapeutin (zweijährige Ausbildung im Atelier Spitzenegg), führt Sie in die Welt des Ausdrucks-malens 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 14.11.2025, 15.00 - 17.00 Uhr
EUR 130,-

ENTSPANNUNG / STRESS- BEWÄLTIGUNG

323A

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

Eine sanfte, aber tiefgehende Yogapraxis, die Körper und Geist auf eine ganz besondere Weise entspannt und regeneriert. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Getränk, evtl. eigene Matte und gute Laune.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
Kurs A 3 x Mo, ab 01.12.2025, 09.15 – 10.15 Uhr
EUR 26,-
Kurs B 4 x Mo, ab 12.01.2026, 09.15 – 10.15 Uhr
EUR 35,-

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 25.09.2025, 18.30 - 19.30 Uhr
EUR 72,-

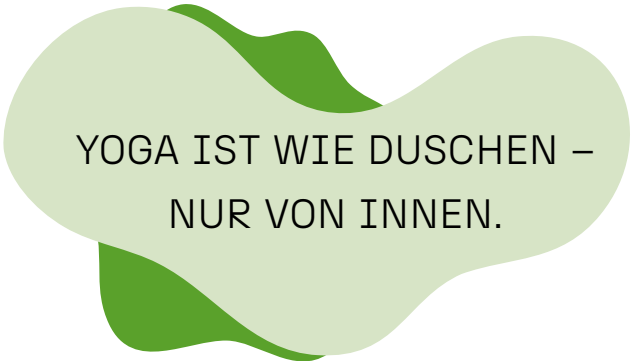


324B

**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. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, eigene Matte, Socken, Handtuch oder Decke.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
8 x Do, ab 25.09.2025, 19.30 - 21.00 Uhr
EUR 107,-



YOGA IST WIE DUSCHEN –
NUR VON INNEN.

325

**Detox Yoga –
Wie Yoga dich beim Entgiften unterstützt**
NICOLE STALLER, Yogalehrerin (Yoga Alliance)

„Detox Yoga“ bietet eine einzigartige Mischung aus Yoga und Pranayama, die speziell darauf ausgelegt ist, deinen Körper von innen heraus zu reinigen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eigene Matte/ Kissen, 2 Std. vorher nichts essen

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
6 x Mi, ab 08.10.2025, 19.15 - 20.30 Uhr
EUR 65,-

326

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

Die atemgeführten Bewegungsabfolgen des Yoga werden hier achtsam und sanft durchgeführt und den individuellen Möglichkeiten der Teilnehmenden angepasst. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, eigene Matte, Socken und Kissen.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
10 x Mo, ab 22.09.2025, 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 angewandten Übungen erfolgen nicht auf dem Boden, sondern im Stehen oder auf dem Hocker. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, eigene Matte, Socken und Kissen.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
10 x Di, ab 23.09.2025, 15.00 - 16.15 Uhr
EUR 88,-

330

Yogilates für Einsteiger und Geübte
CORNELIA GREINER, Pilatetrainerin und
Yogalehrerin (BYV)

Fit mit den Elementen nach Pilates und Yoga, die hier harmonisch und fließend miteinander verbunden werden. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung und ein Kissen.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
10 x Do, ab 18.09.2025, 15.30 - 16.30 Uhr
EUR 70,-

331

Yogilates für Fortgeschrittene
CORNELIA GREINER, Pilatetrainerin und
Yogalehrerin (BYV)

In diesem Kurs für Fortgeschrittene erwarten dich fließende Sequenzen, kraftvolle Übungen und eine gezielte Atemführung. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung und ein Kissen.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
10 x Do, ab 18.09.2025, 16.45 - 18.15 Uhr
EUR 95,-

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, um Beweglichkeit, Kraft und das Gleichgewicht zu verbessern. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, dicke Socken oder geeignete Schuhe, Decke.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
15 x Di, ab 23.09.2025, 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 innerer Stärke.
 Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken oder geeignete Schuhe, Decke.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
15 x Di, ab 23.09.2025, 18.15 - 19.15 Uhr
EUR 125,-

333

Entspannt in den Feierabend
JESSICA KÜHN, *Fitnesstrainerin B-Lizenz*

Finde deinen Ausgleich mit Techniken aus dem Mentaltraining, Yoga und progressiver Entspannung.
 Bitte mitbringen: Handtuch und ein Getränk.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
8 x Do, ab 27.11.2025, 19.15 - 20.00 Uhr
EUR 55,-

334

Duft & Klang – ein Entspannungsabend
BARBARA SPINDLER, *Klangmassagepraktikerin*

Ein Abend zum Entspannen mit Düften von Kräutern und Harzen und den Schwingungen von Klangschalen. Bitte mitbringen: Kissen, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
1 x Fr, 21.11.2025, 18.30 - 21.00 Uhr
EUR 28,-

335

Progressive Muskelentspannung
LUCIANO LEROSE, *selbständiger Fitness- und Personaltrainer*

Erlernen Sie in diesem Kurs die Technik der Progressiven Muskelentspannung nach Jacobson, um gezielt körperliche und mentale Anspannung reduzieren zu können. Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, ein kleines Kissen, etwas zu Trinken.

Schule Heilingbrunnerstraße, Gymnastikraum
6 x Di, ab 30.09.2025, 18.00 - 18.45 Uhr
EUR 45,-

336

Qi Gong für Alle
MARION PFISTERER,
Qi-Gong und Tai Chi-Lehrerin

Das Tun steht im Zentrum dieses Kurses mit vielfältigen Anregungen für die alltägliche Übungspraxis.
 Bitte mitbringen: bequeme Kleidung.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
8 x Mi, ab 01.10.2025, 18.10 - 19.10 Uhr
EUR 65,-

337

Die Seele baumeln lassen – Fantasiereisen mit Klangschalen und Chakren-Yoga
CORNELIA GREINER, *Pilates- 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, 18.10.2025, 09.30 - 12.30 Uhr
EUR 39,-

338

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

Der Kurs ist praxisnah und alltagstauglich – perfekt für alle, die ihre Atmung optimieren und Stress reduzieren möchten. Bitte mitbringen: Getränk, bequeme Kleidung, dicke Socken, evtl. eine Decke und ein (Meditations-)Kissen.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
5 x Fr, ab 10.10.2025, 16.15 - 17.15 Uhr
EUR 50,-

339

**Zur Ruhe kommen – Kraft tanken:
Meditationskurs für Anfänger &
Fortgeschrittene**

SABRINA GOVIER, Meditationslehrerin

Gemeinsam mit Sabrina tauchen Sie ein in die Welt der Meditation, Achtsamkeit und bewussten Bewegung. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, eine Decke und ein Kissen.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
4 x Fr, ab 10.10.2025, 15.00 - 16.00 Uhr
EUR 50,-

340

Stressmanagement und Meditation

WALTER BERGER, Mediationslehrer in der
Kriya Yoga Tradition

Unterschiedliche Meditationstechniken und eine einfache Meditationsroutine zur Anwendung im Alltag werden hier erlernt. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, warme Socken, eine kuschelige Decke, Schreibutensilien (Block und Stifte), Getränk.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
3 x Sa, ab 22.11.2025, 14.00 - 15.30 Uhr
EUR 48,-

BEWEGUNG / FITNESS

352

Wirbelsäulen- und Ausgleichsgymnastik

HEDWIG ROLFS-HAMMERL, Physiotherapeutin

Um einseitige Bewegung und Bewegungsmangel im Alltag auszugleichen und die Gesundheit zu erhalten, finden Sie hier eine Gymnastik für den ganzen Körper. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, Handtuch und Socken.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
10 x Fr, ab 26.09.2025, 10.30 - 11.30 Uhr
EUR 70,-

354

Rücken- und Bauchtraining

VRENI SCHWEIGER, Dipl.-Sportwiss. Univ.

Mit gezielten Übungen und dem Einsatz von Kleingeräten trainieren und stärken wir die Rumpfmuskulatur. **Bitte mitbringen:** Handtuch, Trainingsmatte, bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, Getränk.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
10 x Mi, ab 01.10.2025, 09.00 - 09.50 Uhr
EUR 70,-

355

Gymnastik mit Musik für d. 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 23.09.2025, 09.30 - 10.30 Uhr
EUR 64,-

356

Sturzprophylaxe

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

Mit dem Sturzprophylaxetraining setzen Sie einen wesentlichen Baustein, um fit und sicher durch den Alltag bis ins hohe Alter zu kommen. **Bitte mitbringen:** Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken, bequeme Kleidung, evtl. ein Getränk.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03
6 x Mo, ab 22.09.2025, 16.45 - 17.45 Uhr
EUR 48,-

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

357

Fit in die Woche**ULRIKE OSWALD**, Mental- und Vitaltrainerin

Starte mit diesem Ganzkörpertraining für alle voller Power in die neue Woche! **Bitte mitbringen:** Sportkleidung, Getränk, evtl. eigene Matte und gute Laune.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**8 x Mo, ab 22.09.2025, 09.15 - 10.15 Uhr****EUR 65,-**

358

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

Dieses spezielle Training dient der Mobilisation, Stabilisation und Kräftigung der Rückenmuskulatur.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Trainingsmatte, Handtuch, evtl. ein Getränk.

Schule Heilingbrunnerstraße, Gymnastikraum**10 x Mo, ab 22.09.2025, 18.00 - 19.00 Uhr****EUR 82,-**

359

Gymnastik für die Frau ab 50**HANNELORE PEMLER**,

Übungsleiterin, Z-Aquatrainerin

Gezielte Übungen zur Stärkung der Beckenbodenmuskulatur, Bauch- und Rückenmuskulatur, Gleichgewichtsübungen sowie Arm- und Beintraining. **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, Turnmatte.

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle**12 x Do, ab 18.09.2025, 18.00 - 19.00 Uhr****EUR 78,-**

360

Fit in den Feierabend**JESSICA KÜHN**, Fitnesstrainerin B-Lizenz

In einem Mix aus rhythmischen, funktionalen Übungen und einfachen Bewegungen stärken wir die großen Muskelgruppen und aktivieren den ganzen Körper. **Bitte mitbringen:** Handtuch und ein Getränk.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**8 x Do, ab 27.11.2025, 18.15 - 19.15 Uhr****EUR 68,-**

361

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

Fitness- und Personaltrainerin

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 01.10.2025, 17.10 - 18.00 Uhr****EUR 65,-**

362

Ballettstangen-Workout**ALEXANDRA FRINGS**, diplomierte Balletttänzerin

Dieses Allround-Workout ist für alle, die sich straffe Muskeln und eine gute Körperhaltung wünschen.

Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk, enganliegende Sportkleidung, Socken mit Noppen.

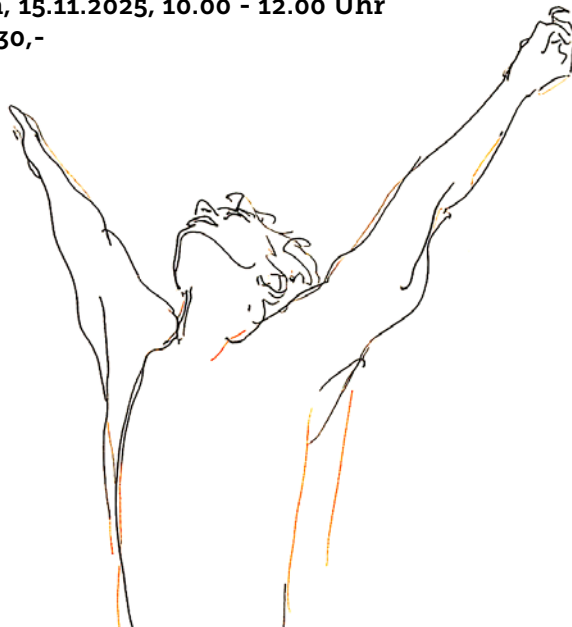
Altes Feuerhaus, Raum 3.03**8 x Fr, ab 26.09.2025, 18.15 - 19.15 Uhr****EUR 75,-**

363

Indian Balance® – Rücken Spezial**CLAUDIA GOLDSCHMITT**,

diplomierte Tanzpädagogin

Ein ganzheitliches indigenes Rückenpflegeprogramm, das Körper, Geist und Seele als Einheit betrachtet. **Bitte mitbringen:** Matte, bequeme Kleidung und Socken.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**1 x Sa, 15.11.2025, 10.00 - 12.00 Uhr****EUR 30,-**

364

Faszientraining mit Indian Balance®**CLAUDIA GOLDSCHMITT,**
diplomierte Tanzpädagogin

Indian Balance® ist ein ausgewogenes Achtsamkeits- und Kräftigungstraining, basierend auf den inspirierten Bewegungsbildern der Native Americans, in Verbindung mit der modernen Bewegungslehre.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung und Socken.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**1 x Sa, 11.10.2025, 10.00 - 12.00 Uhr****EUR 30,-**

365

Pilates**VRENI SCHWEIGER,** *Dipl.-Sportwiss. Univ.*

Pilates ist eine effektive Trainingsmethode, bei der unter Anwendung einer speziellen Atemtechnik die Muskeln des ganzen Körpers gestärkt werden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe oder Socken, Handtuch.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**10 x Mi, ab 01.10.2025, 10.00 - 11.00 Uhr****EUR 80,-**

366

Pilates-Balance**LYDIA DUFTER,** *DOSB-Übungsleiterin Haltung- und Bewegung, zert. Pilatetrainerin BTV*

Durch die besondere Herangehensweise an die Übungen aktivieren wir im Pilates-Training die tief- liegende Muskulatur und verbessern Körperhaltung und Koordination. **Bitte mitbringen:** Handtuch, ABS-Socken.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**8 x Mo, ab 06.10.2025, 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.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, eigene Matte, Getränk.

Schule Heilingbrunnerstraße, Gymnastikraum**10 x Mo, ab 29.09.2025, 19.10 - 20.10 Uhr****EUR 88,-**

368

Burn to the Beat – Ein Fitness-Bootcamp für junge Erwachsene**VALENTINA PEMLER,** *Zertifizierte Fitnesstrainerin B-Lizenz*

Lass dich von der Musik anfeuern und bring deine Beine und deinen Po zum Brennen!

Bitte mitbringen: Trainingsmatte, Sportbekleidung, Handtuch und Getränk.

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle**6 x Fr, ab 26.09.2025, 18.00 - 19.00 Uhr****EUR 48,-**

369

Hula Hoop für leicht Fortgeschrittene/ Fortgeschrittene 60+**DANIELA SCHRÖFL,** *Physiotherapeutin, Ernährungsberaterin*

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

Altes Feuerhaus, Raum 3.03**8 x Do, ab 09.10.2025, 10.45 - 11.45 Uhr****EUR 88,-**

DU MACHST DICH COUCH,
WIR MACHEN DICH FIT!
EINFACH ANMELDEN.
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. **Bitte mitbringen:** Turnschuhe, Matte.

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle

Kurs A 12 x Mo, ab 22.09.2025, 17.50 - 18.50 Uhr

EUR 60,-

Kurs B 12 x Mo, ab 22.09.2025, 19.00 - 20.00 Uhr

EUR 60,-

Kurs C 12 x Di, ab 23.09.2025, 17.30 - 18.30 Uhr

EUR 60,-

Kurs D 12 x Di, ab 23.09.2025, 18.40 - 19.40 Uhr

EUR 60,-

375

Bodyart

HEIDI ÖTTL, Dipl. Gesundheits- u. Fitnesstrainerin

Bodyart ist ein intensives, ganzheitliches, funktionelles Ganzkörper-Training, welches Stärke, Flexibilität, Cardio und Atem-Arbeit verbindet. **Bitte mitbringen:** Trainingsmatte, Sportbekleidung, Handtuch und Getränk.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

8 x Mi, ab 03.12.2025, 18.10 - 19.10 Uhr

EUR 65,-

380

Zumba Gold®

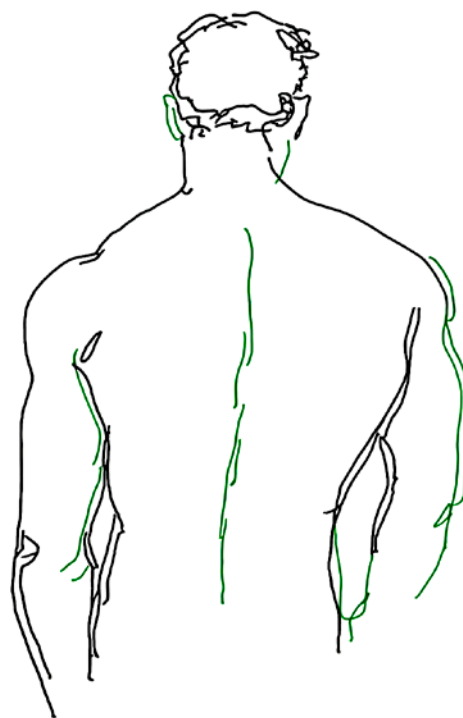
IRIS EICHERT, Official Zumba® Instructor, Präventionstrainerin für Haltung und Bewegung (DOSB)

Unser Tanz-Fitnessprogramm mit fetzigen Rhythmen für Frauen und Männer, das speziell auf aktive ältere Erwachsene und Anfänger abgestimmt ist. **Bitte mitbringen:** bequeme Sportkleidung, Sportschuhe, Getränk und ein Handtuch.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

10 x Mi, ab 01.10.2025, 16.00 - 17.00 Uhr

EUR 80,-



381

Zumba für Fortgeschrittene

KARIN KAMML-SCHWEIGER, Zumba®-Instructor

Dieses Tanzworkout zu internationalen Beats bringt gute Laune und stärkt ganz nebenbei den gesamten Muskelapparat. **Bitte mitbringen:** leichte Sportbekleidung, Turnschuhe, Getränk.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

10 x Fr, ab 26.09.2025, 09.00 - 10.00 Uhr

EUR 85,-

382

HIIT-Training

KARIN KAMML-SCHWEIGER, Aerobic-Trainerin (HIIT)

Ein hochintensives Intervalltraining, dass die Ausdauer und die körperliche Fitness steigert. **Bitte mitbringen:** eine gute allgemeine Grundkondition, Sportschuhe, Getränk und evtl. ein Handtuch.

Altes Feuerhaus, Raum 3.03

6 x Fr, ab 09.01.2026, 09.00 - 10.00 Uhr

EUR 50,-

AQUA- KURSE

383

Z-AquatrainTM

HANNELORE PEMLER, Übungsleiterin,
Z-Aquatrainerin

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

Bitte mitbringen: Badekleidung.

**Klinik Bad Reichenhall, Salzburger Str. 8-11,
Bad Reichenhall**

Kurs A

12 x Di, ab 16.09.2025, 17.15 - 18.00 Uhr
EUR 139,-

Kurs B

12 x Mi, ab 17.09.2025, 17.45 - 18.30 Uhr
EUR 139,-

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 der Beweglichkeit, Kraft- und Entspannungsfähigkeit 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. Treffpunkt: Haupteingang Rupertustherme, an der Fitnesstheke können die Mehrfacheintrittskarten abgeholt werden. Hinweis: Für diesen Kurs gilt die Ferienordnung nicht!

Spa & Familien Resort Rupertus Therme
8 x Mo, ab 22.09.2025, 19.00 - 19.45 Uhr
EUR 165,-

OUTDOOR- KURSE

385

Eselwanderung

Für Erwachsene und Kinder ab 8 Jahren.
TAMARA WADLER

Wir erkunden mit unseren Eseln umliegende Wälder, Moore, Wiesen und genießen im Hintergrund das Panorama der Berchtesgadener Bergwelt. Die Mitnahme von Hunden ist leider nicht möglich.

Hinweis: Die Wanderungen finden bei JEDER WITTERUNG statt, außer bei Unwetterwarung (Gewitter, Sturm, Hagel).

**Treffpunkt: Pension Holneich, Holneich 2,
83362 Surberg/Lauter, Tourenlänge ca. 5 km
(ca. 1,5-2 Stunden Gehzeit).**

Kurs A

1 x Sa, 27.09.2025, 10.30 - 13.30 Uhr

Kurs B

1 x Sa, 11.10.2025, 10.30 - 13.30 Uhr

Kurs C

1 x Sa, 25.10.2025, 10.30 - 13.30 Uhr

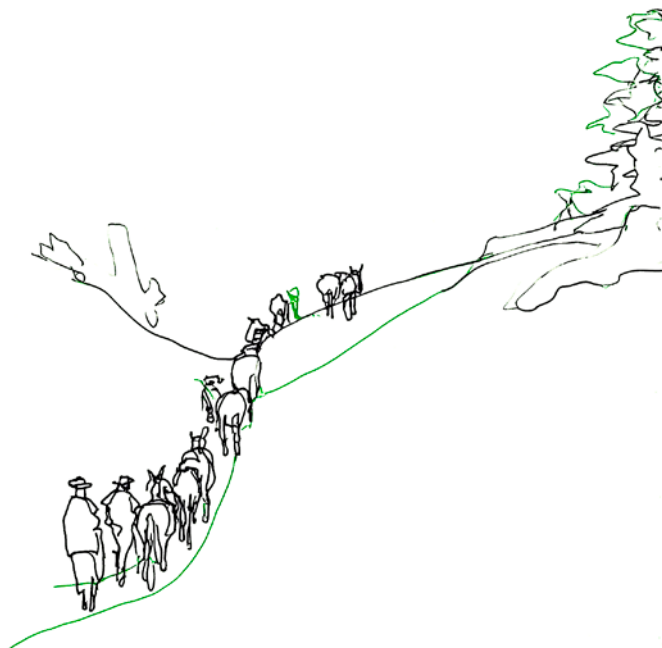
Kurs D

1 x Sa, 15.11.2025, 10.30 - 13.30 Uhr

EUR 42,- Erwachsene

EUR 12,- Kind

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



386

Esel-Mondschein-Wanderung

TAMARA WADLER

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

Treffpunkt: Pension Holneich, Holneich 2, 83362 Surberg/ Lauter

Kurs A

1 x Do, 09.10.2025, 18.30 - 20.30 Uhr

Kurs B

1 x Fr, 30.01.2026, 18.30 - 20.30 Uhr

Kurs C

1 x So, 01.02.2026, 18.30 - 20.30 Uhr

EUR 39,- Erwachsener

Bei gewünschter Buchung als Eltern – Kind –

Paar: 69,- EUR (2 Eltern – 1 Kind)

kontaktieren Sie bitte die Geschäftsstelle.

387

Schneeschuhwandern - Einsteigertour

TAMARA WADLER

Abseits der Pisten gehen wir mit unseren Schneeschuhen durch die verzauberte Winterlandschaft. Kondition für ca. 300 hm und einer Gehzeit von ca. 1,5 – 2,0 Std. einfach erforderlich. **Mitzubringen:** festes Schuhwerk (Bergschuhe/Trekkingschuhe), evtl. Wechselwäsche, Getränk. Teilnahmegebühr inkl. Ausrüstung: 45,- EUR p. P. (Schneeschuhe, Stöcke). Falls die Ausrüstung vorhanden ist, kontaktieren Sie bitte bei Anmeldung die Geschäftsstelle der vhs: exkl. Ausrüstung: 40,-EUR p. P.

Treffpunkt: wird bekannt gegeben.**Kurs A**

1 x Sa, 24.01.2026, 09.30 - 16.00 Uhr

EUR 45,-

Kurs B

1 x Sa, 28.02.2026, 09.30 - 16.00 Uhr

EUR 45,-

KANN MAN DEN ZINFTGOGLI-
GEN PLATTDERPFLER ESSEN?
ANMELDEN **OHNE RISIKO.**
VHS-REICHENHALL.DE

388

Kräuterführung

ANDREA HOCHHÄUSLER, Kräuterpädagogin

Eine kleine Reise zu unseren Wildkräutern und essbaren Kräutlein, die unsere Gesundheit unterstützen können. **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

1 x Sa, 20.09.2025, 09.00 - 13.00 Uhr

EUR 47,-

389

Pilz-Erlebnis-Spaziergang

ANNA HEINISCH, Wildnispädagogin und PilzCoach

Gemeinsam begeben wir uns in den Wald, um die Welt der Pilze kennen zu lernen.

Anmerkung: Diese Exkursion ist eine biologisch-ökologische Lehrveranstaltung. Es werden auf dieser Führung keine Speisepilze gesammelt oder verzehrt. Die Veranstaltung findet komplett draußen statt.

Bitte mitbringen: Wettergerechte Kleidung, Taschenmesser, Zettel und Stift für Notizen, Getränk und Brotzeit, Sitzunterlage

Treffpunkt: Feuerwehr Marzoll, Römerstr. 21, Bad Reichenhall

1 x Fr, 17.10.2025, 14.00 - 17.00 Uhr

EUR 35,-

390

Orientierung – (k)ein Kinderspiel

ANNA HEINISCH, Wildnispädagogin und PilzCoach

Diese Veranstaltung richtet sich an alle, die glauben, einen schlechten Orientierungssinn zu haben, und verschiedene Techniken für eine verbesserte Orientierung kennenlernen möchten.

Bitte mitbringen: Wettergerechte Kleidung, Sitzunterlage, Getränk und Brotzeit, falls vorhanden: Armbanduhr mit Zeigern, Kompass (bitte nicht extra kaufen! Leihexemplare vorhanden).

Treffpunkt: Feuerwehr Marzoll, Römerstr. 21, Bad Reichenhall

1 x Do, 06.11.2025, 14.00 - 17.00 Uhr

EUR 29,-



391

**MindWalk – Eine dynamische Meditations-
erfahrung in der Natur***ULRIKE OSWALD, Mental- und Vitaltrainerin*

Nutze diese dynamische Gehmeditation für dich, um deinen Geist zur Ruhe zu bringen und zu deiner natürlichen Atmung zurückzukehren.

Bitte mitbringen: bequeme (Turn-)Schuhe, wetterfeste Kleidung.

**Treffpunkt: Eingang Rupertustherme,
Bad Reichenhall**

4 x Fr, ab 12.09.2025, 17.00 - 17.45 Uhr

EUR 35,-

ELTERN- KIND-KURSE

392

**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 22.09.2025, 15.45 - 17.00 Uhr

EUR 60,-

393

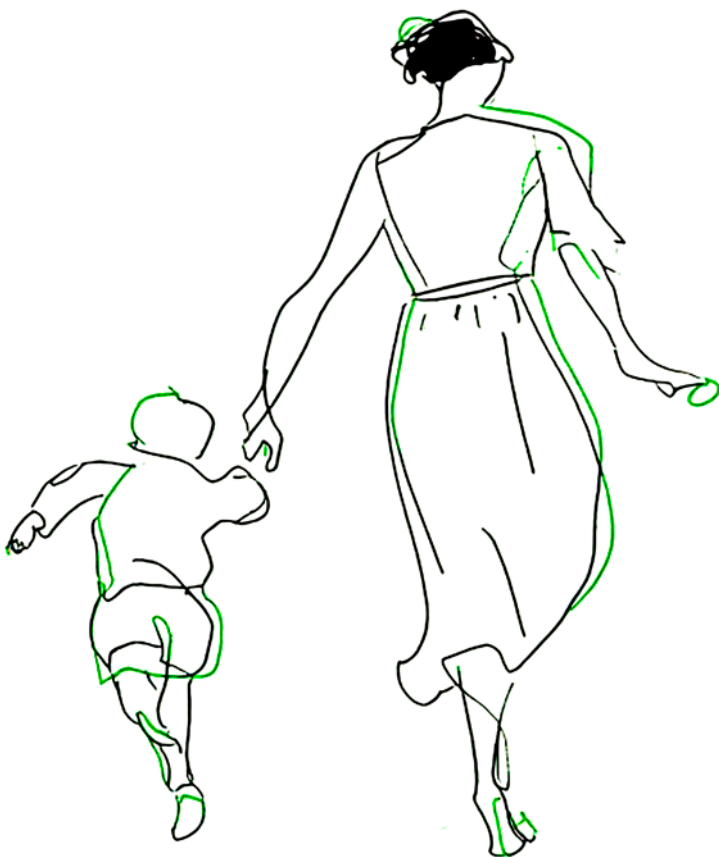
**Eltern-Kind-Turnen für Kinder
im Alter von 3-5 Jahren***HANNELORE PEMLER, Übungsleiterin,
Z-Aquatrainerin*

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

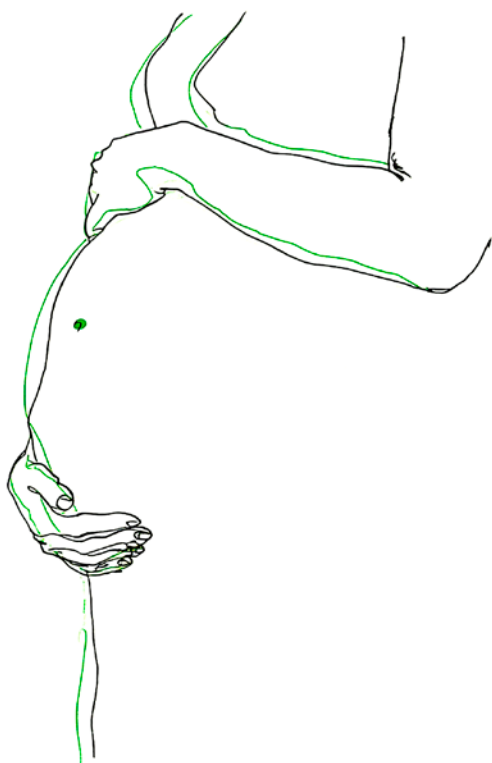
12 x Do, ab 18.09.2025, 16.15 - 17.15 Uhr

EUR 60,-



WENN DIE COUCH MAL URLAUB
VON DEN KINDERN BRAUCHT.
EINFACH ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE

RUND UM DIE GEBURT



394

fitdankbaby®-für Mamas mit Baby im Krabbelalter ab 7 Monate

VIOLETTA CURRAJ, *fitdankbaby®-Kursleiterin*

Ein funktionelles Ganzkörperkräftigungstraining - optimal zugeschnitten auf die Bedürfnisse von Mamas und ihren Babys. 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 08.10.2025, 11.00 - 12.00 Uhr
EUR 75,-

Kurs B

4 x Mi, ab 26.11.2025, 11.00 - 12.00 Uhr
EUR 50,-

395

fitdankbaby®-PRE

VIOLETTA CURRAJ, *fitdankbaby®-Kursleiterin*

fitdankbaby® PRE ist ein auf Schwangere perfekt angepasstes, funktionelles Koordinations- und Muskeltraining unter Anleitung einer qualifizierten Kursleitung in entspannter Atmosphäre.

Bitte bringe ein Getränk, bequeme Kleidung und gerne auch Antirutsch-Socken mit. Matten sind im Kursraum vorhanden.

Schule Heilingbrunnerstraße, Turnhalle

Kurs A

6 x Fr, ab 10.10.2025, 16.45 - 17.45 Uhr
EUR 75,-

Kurs B

4 x Fr, ab 28.11.2025, 16.45 - 17.45 Uhr
EUR 50,-

Café „Elternzeit“ der staatlich anerkannten Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen N.N.

Genießen Sie in netter Atmosphäre einen Kaffee, lernen Sie andere Eltern kennen und tauschen Informationen aus. Wenn Sie fachlichen Rat benötigen, sind unsere Sozialpädagoginnen für Sie da.

Café „Elternzeit“, jeden Freitag von 9.00 - 12.00 Uhr, Tiroler Straße 15 in 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

DER KURS MACHT RICHTIG
SPASS UND TUT MIR TOTAL
GUT. ICH FÜHL MICH FIT UND
FREUE MICH JETZT NOCH
MEHR AUF DIE GEBURT!

Lisa, 28



“
**WIR SUCHEN
DICH FÜR
UNSER TEAM**
”



Interesse an einem Ehrenamt als Telefonseelsorgerin oder TelefonSeelsorger?

Infoabend am 06.10.2025 um 18:30 Uhr
in Bad Reichenhall, Pfarrsaal St. Zeno
(Salzburger Straße 29a)

Anmeldung und weitere Infos
unter rkoller@eomuc.de oder
Tel. 089 213774271

www.erzbistum-muenchen.de/telefonseelsorge

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**

**Katholisches Bildungswerk
Berchtesgadener Land e.V.**

Salzburger Straße 29b
83435 Bad Reichenhall
Telefon (08651) 996490
info@bildungswerk-bgl.de



**GEMEINSAM
DIE WELT
ENTDECKEN**

www.bildungswerk-bgl.de



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

Nur bis zum 30.06. mit Option Schattentaples, Licht
u. od. Funkmotor, markilux.com



markilux

**Aktion
Markise**

Die Beste unter der Sonne. Made in Germany.
Lassen Sie sich jetzt inspirieren, begeistern, beraten...

Schindler
Ihr Raumausstatter

Lassen Sie sich zu neuen Wohnideen inspirieren!
Wörgötterplatz 4 · Bad Reichenhall · Gerne anrufen: 08651 - 2746
www.raumausstatter-schindler.de




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

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





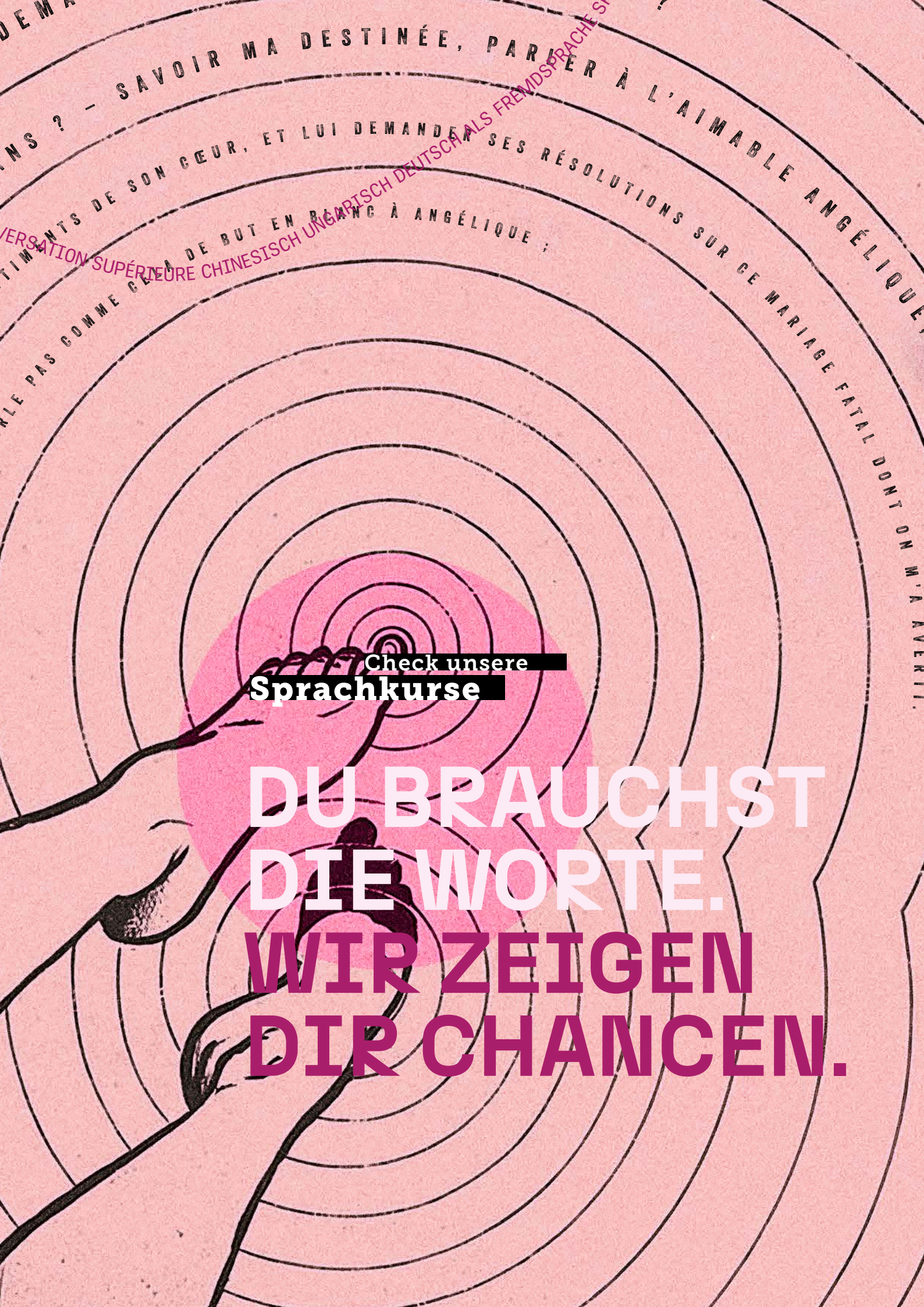
ALPHABETISIERUNGSKURS AM VORMITTAG ALLGEMEINER INTEGRATIONSKURS BERUFSSPRACHKURS B2 ENGLISCH REFRESHER COURSE

QUE DEMANDEZ-VOUS, MONSIEUR ? - CE QUE JE FAIS

QUELLE SURPRISE ! QUE VENEZ-VOUS FAIRE ?

CONSULTER LES SENIERS

OUI ; MAIS ON NE PARDONNE PAS



NS ? - SAVOIR MA DESTINÉE, PARLER À L'AIMABLE ANGÉLIQUE ;
TIMENTS DE SON CŒUR, ET LUI DEMANDER SES RÉOLUTIONS SUR CE MARIAGE FATAL DONT ON M'A AVERII.
LE PAS COMME C'EST DE BUT EN BLANC À ANGÉLIQUE ;
VERSATION SUPÉRIEURE CHINESISCH UNGARISCH DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE S

Check unsere
Sprachkurse

**DU BRAUCHST
DIE WORTE.
WIR ZEIGEN
DIR CHANCEN.**

INTEGRATIONS- KURSE DEUTSCH

Das seit 2005 bestehende Zuwanderungsgesetz beinhaltet die Berechtigung bzw. Verpflichtung zur Teilnahme an einem sogenannten Integrationskurs zum Erwerb fundierter Kenntnisse in der deutschen Sprache. Sie lernen in den Integrationskursen Deutsch hören und verstehen, lesen, sprechen und schreiben. Integrationskurse nach den Richtlinien des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) vermitteln diese Deutschkenntnisse für alle wichtigen Bereiche des täglichen Lebens und der Arbeitswelt. Die Volkshochschule Bad Reichenhall ist zur Durchführung der Integrationskurse vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) offiziell zugelassen und bietet Allgemeine Integrationskurse sowie Integrationskurse mit Alphabetisierung an:

1. Der Allgemeine Integrationskurs geht über sechs Module à 100 Stunden und schließt ab mit der Prüfung „Deutschtest für Zuwanderer“. Diese Prüfung bescheinigt Deutschkenntnisse auf der Niveaustufe A2 bis B1 des gemeinsamen europäischen Referenzrahmens. Anschließend lernen die Teilnehmer im Orientierungskurs Informationen zu Geschichte, Kultur, Gesellschaft und Politik Deutschlands. Dieser Kurs schließt ab mit dem Test „Leben in Deutschland“. Bestehen Sie den Test „Leben in Deutschland“ und den Sprachtest mit dem Ergebnis B1, erhalten Sie vom BAMF (Bundesamt für Migration und Flüchtlinge) das Zertifikat Integration. Dieses Zertifikat gilt als Sprachnachweis für die Niederlassungserlaubnis und die Einbürgerung.

2. Der Integrationskurs mit Alphabetisierung geht über neun Module à 100 Stunden und ist geeignet für

Teilnehmer, die aus anderen Schriftkulturen kommen und in der eigenen Sprache nicht (oder nicht ausreichend) lesen und schreiben können. Der Sprachkurs schließt ebenfalls mit der Prüfung „Deutschtest für Zuwanderer“ ab. Nach dem Sprachkurs lernen die Teilnehmer auch hier anschließend im Orientierungskurs Informationen zu Geschichte, Kultur, Gesellschaft und Politik Deutschlands. Dieser Kurs schließt ab mit dem Test „Leben in Deutschland“.

Zur Feststellung, welchen Kurs Sie besuchen können, ist ein sogenannter Einstufungstest vom BAMF zwingend vorgeschrieben. Dieser wird an der vhs Bad Reichenhall durchgeführt.

Zu den Integrationskursen können Sie sich nur persönlich anmelden! Erforderlich ist eine Berechtigung des BAMF bzw. eine Berechtigung oder Zulassung der Ausländerbehörde bzw. des Jobcenters. Der finanzielle Eigenanteil eines Moduls (100 Unterrichtseinheiten à 45 Min.) beträgt seit dem 01.08.2022 für alle Teilnehmer/innen, die sich neu anmelden, 229,- €. Befreit sind derzeit automatisch nur Personen mit einer Zulassung vom Jobcenter. Alle anderen müssen gesondert – oder zusammen mit dem Hauptantrag – einen Antrag auf Befreiung zum Kostenbeitrag stellen, sofern sie Geldbeihilfen vom Staat erhalten. Wer das Zertifikat Integration vom BAMF erhält, kann einen Antrag auf Rückerstattung von 50 % der gezahlten Kosten stellen.

Wir helfen Ihnen gerne bei der Antragstellung. Die Teilnahme an den Prüfungen ist für Integrationskursteilnehmer/innen kostenlos.

Für die Anmeldung zum allgemeinen Aufnahmeverfahren kommen Sie bitte zu unseren Öffnungszeiten Montag bis Freitag 9-12 Uhr mit der Original-Berechtigung oder -Zulassung sowie einem Ausweisdokument bei uns in der Geschäftsstelle, Raum 2.05, bei Herrn Dr. Negraschus vorbei.

Bei Fragen zu den Integrationskursen sowie dem Aufnahmeverfahren können Sie sich auch telefonisch oder per E-Mail mit **Herrn Dr. Negraschus** in Verbindung setzen. Telefon: 08651/95151 14
E-Mail: negraschus@vhs-reichenhall.de
Weitere Information auf: www.bamf.de

4046

Alphabetisierungskurs am Vormittag
HANS-WALTER PARTSCH

Altes Feuerhaus, Raum 2.04
 Je Modul 25 x, Mo – Fr, 08.45 - 12.00 Uhr
 Je Modul EUR 229,- mit Berechtigungsschein,
 EUR 0,- bei Kostenbefreiung

4046 I | **9. Modul • ab 09.10.2025**4046 J | **Deutschtest für Zuwanderer A2/B1**
(g.a.s.t.)

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
 1 x Sa, 22.11.2025, 09.00 - 18.00 Uhr
 EUR 175,-
 EUR 0,- für Integrationskursteilnehmende

4046 K | **Orientierungskurs**
"Leben in Deutschland" • ab 21.11.20254046 L | **Orientierungskurstest**

Altes Feuerhaus, Raum 0.02
 1 x Do, ab 15.01.2026, 08.45 - 09.45 Uhr
 EUR 25,-,
 EUR 0,- für Integrationskursteilnehmende

4049

Allgemeiner Integrationskurs
LUDMILLA SAGMEISTER, M.A.4049 I | **Orientierungskurstest**

Altes Feuerhaus, Raum 0.02
 1 x Di, ab 30.09.2025, 09.00 - 10.00 Uhr
 EUR 25,-, 0,- für Integrationskursteilnehmende

4050

Allgemeiner Integrationskurs
AZRA KAVAZBASIC, ULRIKE BETZLER

Altes Feuerhaus, Raum 0.02
 Je Modul 25 x, Mo – Do, 18.00 - 21.15 Uhr
 Je Modul EUR 229,- mit Berechtigungsschein,
 EUR 0,- bei Kostenbefreiung

4050 F | **6. Modul • ab 21.10.2025**4050 G | **Deutschtest für Zuwanderer A2/B1**
(g.a.s.t.)

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
 1 x Fr, ab 19.12.2025, 09.00 - 18.00 Uhr
 EUR 175,-,
 EUR 0,- für Integrationskursteilnehmende

4050 H | **Orientierungskurs**
"Leben in Deutschland" • ab 10.12.20254051 | **Alphabetisierungskurs am Nachmittag**
LUDMILLA SAGMEISTER, M.A.

Altes Feuerhaus, Raum 0.02
 Je Modul 25 x, Mo – Fr, 13.30 - 16.45 Uhr
 Je Modul EUR 229,- mit Berechtigungsschein,
 EUR 0,- bei Kostenbefreiung

4051 F | **6. Modul • ab 14.10.2025**4051 G | **7. Modul • ab 26.11.2025**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
 Je Modul EUR 229,- mit Berechtigungsschein,
 EUR 0,- bei Kostenbefreiung

4052 B | **2. Modul • ab 17.09.2025**4052 C | **3. Modul • ab 30.10.2025**4053 | **Allgemeiner Integrationskurs**
GUDRUN BOCK

Altes Feuerhaus, Raum 2.01
 Je Modul 25 x, Mo - Fr, 13.30 - 17.00 Uhr
 Je Modul EUR 229,- mit Berechtigungsschein,
 EUR 0,- bei Kostenbefreiung

4053 A | **1. Modul • ab 16.09.2025**4053 B | **2. Modul • ab 22.10.2025**4053 C | **3. Modul • ab 04.12.2025**


DIE GRENZEN
 MEINER
 SPRACHE SIND
 DIE GRENZEN
 MEINER WELT.

4054

Allgemeiner Integrationskurs

JOHANNA KOLF

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

Je Modul 20 x, Mo - Fr, 09.00 - 13.00 Uhr

Je Modul EUR 229,- mit Berechtigungsschein,
EUR 0,- bei Kostenbefreiung4054 A | **1. Modul • ab 29.09.2025**4054 B | **2. Modul • ab 28.10.2025**4054 C | **3. Modul • ab 03.12.2025**

4055

Allgemeiner Integrationskurs

LUDMILLA SAGMEISTER, M.A.

Altes Feuerhaus, Raum 0.02

Je Modul 20 x, Mo - Fr, 09.00 - 13.00 Uhr

Je Modul EUR 229,- mit Berechtigungsschein,
EUR 0,- bei Kostenbefreiung4055 A | **1. Modul • ab 13.10.2025**4055 B | **2. Modul • ab 17.11.2025**4055 C | **3. Modul • ab 16.12.2025**

4073 vhs.online

Berufssprachkurs B2 – DeuFöV

MARINA SMOLIA, Deutschlehrerin

Ziel dieses B2-Kurses ist, dass die Teilnehmer innerhalb von 500 Unterrichtsstunden Kenntnisse und Kompetenzen in der deutschen Sprache erwerben, die dem Sprachniveau B2 entsprechen. Teilnahme nur mit Berechtigungsschein, persönliche Anmeldung.

online-Kurs

125 x Mo-Do, ab 29.09.2025, 17.00-20.15 Uhr

EUR 1280,-, unter bestimmten Voraussetzungen kostenlos

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

DEUTSCH ALS FREMD- SPRACHE

KEINE INTEGRA- TIONSKURSE

Wichtiger Hinweis bei Neuansmeldung zu einem Kurs der Kursreihe "Deutsch als Fremdsprache" (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" (keine Integrationskurse) beraten zu lassen.

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

Altes Feuerhaus, Raum 2.02

Kurs A

1 x Mi, 17.09.2025, 19.30 - 20.00 Uhr

EUR 15,-

Kurs B

1 x Mi, 17.09.2025, 20.00 - 20.30 Uhr

EUR 15,-

410

Deutsch als Fremdsprache A1/2. Semester – in Alltag und Beruf
N.N.

Deutsch als Fremdsprache für ausländische Erwachsene (A1/2), die bereits grundlegende Kenntnisse (A1/1) und die lateinische Schrift beherrschen, um den wichtigsten Wortschatz und grundlegende Grammatik für einfache Alltagssituationen zu erlernen. Das Kursbuch wird mitgeteilt, bitte kaufen Sie das Lehrwerk erst nach der ersten Unterrichtsstunde. Die Kosten für das Lehrwerk sind nicht in der Gebühr enthalten.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 102 - I.Stock
20 x Di und Do, ab 02.10.2025, 18.15 - 20.45 Uhr
EUR 300,-

411

Deutsch als Fremdsprache A 2/1. Semester – in Alltag und Beruf
MITEINANDER! Hueber-Verlag, ab Kapitel 3
DIPL. PÄD. MARGIT SULZER

Deutsch als Fremdsprache, Niveau A2.1 ab Kapitel 3, mit Vorkenntnissen, zur Erweiterung von Wortschatz und Grammatik, orientiert am individuellen Lernfortschritt. Kurs- und Übungsbuch: MITEINANDER! A2.1, HUEBER-Verlag, ab Kapitel 3. Die Kosten für das Lehrwerk sind nicht in der Gebühr enthalten. Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst nach dem ersten Termin!

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 015
20 x Mo und Di, ab 29.09.2025, 18.00 - 20.30 Uhr
EUR 300,-

412 vhs.online

Deutsch als Fremdsprache A2 – 1. Semester – in Alltag und Beruf – in der vhs.cloud
JUDIT MESZINGER, Fachübersetzerin

Unser Onlinekurs Deutsch A2 – 1. Semester richtet sich an Lernende mit ersten A1-Kenntnissen, die ihre Sprachkompetenz gezielt in Alltagssituationen ausbauen möchten – mit Fokus auf Wortschatz, Grammatik und Kommunikation. Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf A1-Niveau.

Kurs- und Übungsbuch: Die neue Linie 1 A2.1 - Hybride Ausgabe allango, Deutsch für Alltag und Beruf, Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos inklusive Lizenzschlüssel allango (24 Monate),

ISBN 978-3-12-607276-2, die Kosten für das Lehrwerk sind nicht in der Gebühr enthalten. Kaufen Sie das Lehrbuch bitte erst nach der ersten Unterrichtsstunde. Die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs.cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

online-Kurs

20 x Mo und Mi, ab 06.10.2025, 18.00 - 20.30 Uhr
EUR 300,-

414 vhs.online

Deutsch als Fremdsprache B1/2. Semester – in Alltag und Beruf – Kurs in der vhs.cloud
MARTIN SCHWIETZKE

Dieser Kurs bereitet in 2 Semestern auf das „Zertifikat Deutsch B1“ vor, wobei das aktuelle Herbstsemester das 2. Semester ist und die Teilnehmer ihre B1/1-Kenntnisse in Wortschatz, Grammatik sowie Lese-, Schreib- und Sprechübungen vertiefen. Kurs- und Übungsbuch: "Linie 1 B1.2", Klett Verlag (ISBN 978-3-12-607092-8). Kaufen Sie das Lehrbuch bitte erst nach der ersten Unterrichtsstunde.

Die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs.cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

online-Kurs

20 x Mo und Do, ab 06.10.2025, 18.30 - 21.00 Uhr
EUR 300,-

AM ANFANG HATTE ICH ANGST, FEHLER ZU MACHEN. DOCH IM KURS HABE ICH SCHNELL GEMERKT: HIER DARF MAN LERNEN, IN SEINEM EIGENEN TEMPO. JETZT KANN ICH BEIM EINKAUFEN, IM JOB UND MIT NACHBARN AUF DEUTSCH SPRECHEN – DAS MACHT MICH STOLZ. DER KURS HAT MIR NICHT NUR DIE SPRACHE, SONDERN AUCH MEHR SELBST-VERTRAUEN GEGEBEN.

Leila, 34 Jahre, Teilnehmerin im Kurs
„Deutsch als Fremdsprache in Alltag und Beruf“

416

Deutsch als Fremdsprache B1+/ B2, 2. Semester, vorauss. ab Kapitel 6 (Linie 1 B1+/ B2.1 Brückenkurs)
SABINE STIGLMAYR

Sie vertiefen die Feinheiten der deutschen Sprache in den Bereichen Wortschatz, Aussprache, Grammatik und der Erstellung eigener schriftlicher Texte. Dafür sind intensive Mitarbeit sowie umfangreiche Vor- und Nachbereitung und regelmäßiges Lernen zu Hause 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 Kurs-termin! 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 07.10.2025, 18.15 - 21.30 Uhr
 EUR 320,-**

418

Prüfungsvorbereitung "Zertifikat Deutsch B1"
SABINE STIGLMAYR

Prüfungsvorbereitung für das „Zertifikat Deutsch“ B1: Dieses Seminar richtet sich an Teilnehmer, die das erforderliche Sprachniveau erreicht haben. Der Workshop umfasst keinen Sprachunterricht, sondern konzentriert sich ausschließlich auf die Vorstellung des Prüfungsablaufs und das Üben der Prüfungsaufgaben. **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, 06.12.2025, 10.00 - 14.30 Uhr
 EUR 40,-**

TELC ZERTIFIKAT / EINBÜRGER- UNGSTEST

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 Rückerstattung der Prüfungsgebühr möglich.

Anmeldung: Persönlich bis zum 08.01.2026 in der vhs-Geschäftsstelle. Bitte zur Anmeldung mitbringen: Ausweis/Aufenthaltstitel.

Auch für Teilnehmer eines vhs-Sprachkurses ist eine gesonderte persönliche Anmeldung erforderlich! Wir empfehlen die Prüfungsvorbereitung für das "Zertifikat Deutsch B1" (Kursnr. 418) zu absolvieren!

**Altes Feuerhaus, Raum 2.01
 1 x Sa, 31.01.2026, 09.00 - 18.00 Uhr
 EUR 175,-**

SPRACHBERATUNG FREMDSPRACHEN

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

420

Einbürgerungstest

33 Fragen zur Rechts- und Gesellschaftsordnung der Bundesrepublik Deutschland. Dieser Test muss im Rahmen des Einbürgerungsverfahrens abgelegt werden. Bitte zur Anmeldung mitbringen: Ausweis/ Aufenthaltstitel. Bei Nichterscheinen zur Prüfung ist keine Rückerstattung der Prüfungsgebühr möglich.

Nur persönliche Anmeldung
in der Geschäftsstelle möglich.

Termin A

Anmeldung: bis 04.09.2025
Altes Feuerhaus, Raum 0.02
1 x Di, 23.09.2025, 08.00 - 09.00 Uhr
EUR 25,-

Termin B

Anmeldung: bis 01.10.2025
Altes Feuerhaus, Raum 0.02
1 x Di, 21.10.2025, 08.00 - 09.00 Uhr
EUR 25,-

Termin C

Anmeldung: bis 29.10.2025
Altes Feuerhaus, Raum 0.02
1 x Di, 18.11.2025, 08.00 - 09.00 Uhr
EUR 25,-

Termin D

Anmeldung: bis 26.11.2025
Altes Feuerhaus, Raum 0.02
1 x Di, 16.12.2025, 08.00 - 09.00 Uhr
EUR 25,-

Termin E

Anmeldung: bis 07.01.2026
Altes Feuerhaus, Raum 0.02
1 x Di, 27.01.2026, 08.00 - 09.00 Uhr
EUR 25,-

DAMIT IHNEN KEINER EIN X
FÜR EIN U VORMACHEN KANN.
EINFACH ANMELDEN.
VHS-REICHENHALL.DE

ENGLISCH

421

Englisch A2/2. Semester, vorauss. ab Kap. 6
MIRIAM PEIXOTO DIRNBERGER

In gemäßigtem Tempo und mit vielen Gelegenheiten zum Üben und Wiederholen erlangen die Teilnehmenden weiterführende Englischkenntnisse auf dem Niveau A2. Lehrbuch: GREAT! A2 - Kurs- und Übungsbuch (KLETT-Verlag), voraussichtlich ab Kapitel 6. Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

6 x Mo, ab 22.09.2025, 16.30 - 18.30 Uhr
EUR 80,-

423

Englisch Refresher - auf mittlerem A2-Niveau
BRIGITTE JANOSCHKA

Auffrischkurs für Englischkenntnisse auf A2-Niveau – ideal zur Wiederholung und Vertiefung bereits gelernter Inhalte. Lehrwerk: Brush up A2: Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD Taschenbuch, HUEBER Verlag, ab Unit 6 (My free time). Lehrbuch bitte erst nach dem ersten Kurstermin kaufen!

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

8 x Do, ab 02.10.2025, 10.00 - 11.30 Uhr
EUR 96,-

424

**Englisch A2 am Vormittag –
Vertiefung auf mittlerem A2-Niveau**
MAG. GEORG SCHWARZBAUER

Dieser Kurs auf A2-Niveau vertieft vorhandene Kenntnisse durch Texte, Grammatikübungen und Wortschatztraining mit Fokus auf alltagsnahe Kommunikation. Unterrichtsmaterial wird gestellt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03

10 x Di, ab 30.09.2025, 10.00 - 11.30 Uhr
EUR 100,-

FRANZÖ- SISCH

440 vhs.online

Französisch A1.1 – Teil 2 für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen (vhs.cloud)
PASCALE HARTIG-ZILLER

Im 2. Semester festigen Sie entspannt Ihre Französisch-Grundlagen, erweitern den Wortschatz für Alltagssituationen und üben einfache Gespräche mit abwechslungsreichen Methoden. **Lehrbuch:** On y va ! A1 (Hueber), ab Lektion 4 – bitte erst nach dem ersten Kurstermin erwerben. Ein Internetzugang ist erforderlich; die Zugangsanleitung zur vhs.cloud erhalten Sie vor Kursbeginn.

online-Kurs

12 x Di, ab 07.10.2025, 20.00 - 21.00 Uhr
EUR 100,-

442 vhs.online

Französisch A1 Abschlussniveau/Beginn A2: Kurs für Anfänger mit Vorkenntnissen (vhs.cloud)
PASCALE HARTIG-ZILLER

Dieser Kurs für Lernende mit Grundkenntnissen (A1) bereitet unter muttersprachlicher Leitung gezielt auf das Niveau A2 vor – mit Wiederholung, Gesprächspraxis und Übungen zu Alltagssprache und einfachen Texten. **Lehrbuch:** On y va ! A1, Hueber-Verlag: Wiederholung von A1 in den ersten beiden Unterrichtsstunden. **Lehrbuch:** On y va ! A2, Hueber-Verlag: ab der 3. Stunde beginnen wir mit der Lektion 1 von Buch On y va ! A2. Bitte kaufen Sie das Kursbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde. Ein Internetzugang ist erforderlich; die Zugangsanleitung zur vhs.cloud erhalten Sie vor Kursbeginn.

online-Kurs

12 x Di, ab 07.10.2025, 18.30 - 19.30 Uhr
EUR 100,-

446

Conversation supérieure, Niveau B1/B2
ALAIN FÉRY

Ce cours s'adresse à des auditrices et auditeurs ayant de bonnes connaissances en langue française et étant aussi disposés à y participer activement.

Kurs A

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 005
02.10./16.10./30.10./13.11./27.11./11.12.2025
6 x Do, ab 02.10.2025, 18.15 - 19.30 Uhr
EUR 50,-

Kurs B

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 005
6 x Do, ab 02.10.2025, 19.30 - 20.30 Uhr
EUR 40,-

ITALIE- NISCH

450

Italienisch A1/1. Semester - für Anfänger ohne Vorkenntnisse
ALDO DI MATTEO

Dieser Kurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse vermittelt in entspannter Atmosphäre grundlegende Sprachkenntnisse, einfache Grammatik und kulturelle Einblicke – mit Fokus auf alltagsnahe Kommunikation auf Italienisch. **Lehrbuch:** "Nuovo Espresso 1 – Kursbuch mit Arbeitsbuch und Audio-CD", Hueber Verlag, Auflage 2022, ISBN 978-3-19-105438-0. Bitte das Lehrbuch erst nach dem ersten Kurstermin kaufen.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02

10 x Mo, ab 06.10.2025, 10.00 - 11.30 Uhr
EUR 100,-

451 vhs.online

Italienisch A1 für Anfänger mit sehr geringen Vorkenntnissen (vhs.cloud)
ENRICA VECCHIO

Der Kurs richtet sich an Anfänger mit sehr geringen Vorkenntnissen, die online lernen möchten, das Material wird von der Lehrerin entwickelt und zu Verfü-

gung gestellt. Lehrmaterial ist im Entgelt enthalten. Die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs.cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

online-Kurs

22./29.09./27.10./03./10./17./24.11./01./08./15.12.25.
10 x Mo, ab 22.09.2025, 12.45 - 13.45 Uhr
EUR 110,-

452

Italienisch A1 – vorauss. ab Lektion 6 **FRANCESCA KANA**

Vertiefen Sie Ihre Italienischkenntnisse mit einer muttersprachlichen Kursleiterin – ab Lektion 6 des A1-Lehrbuchs, ideal für Teilnehmende mit grundlegenden Vorkenntnissen. **Lehrbuch Nuovo Espresso A1**, Hueber Verlag, vorauss. ab Lektion 6. Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde!

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
12 x Mi, ab 24.09.2025, 16.30 - 18.00 Uhr
EUR 120,-

454

Italienisch A1 – vorauss. ab Lektion 7 **FRANCESCA KANA**

Vertiefen Sie Ihre Italienischkenntnisse mit einer muttersprachlichen Kursleiterin – ab Lektion 7 des A1-Lehrbuchs, ideal für Teilnehmende mit grundlegenden Vorkenntnissen. **Lehrbuch Nuovo Espresso A1**, Hueber Verlag, vorauss. ab Lektion 7. Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde!

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
12 x Mo, ab 22.09.2025, 09.30 - 11.00 Uhr
EUR 120,-

455

Italienisch A1 - für Anfänger mit Vorkenntnissen, ab Lektion 8 **ALDO DI MATTEO**

Ein Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen, geleitet von einem muttersprachlichen Kursleiter, der sprachliche Grundlagen, alltagsnahen Wortschatz und Einblicke in Italiens Kultur und Regionen praxisnah vermittelt. **Lehrbuch "Nuovo Espresso" A1**, ab Lek-

tion 8, Hueber-Verlag (Ausgabe 2022). Bitte kaufen Sie das Kursbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde!

Altes Feuerhaus, Raum 2.01

10 x Fr, ab 10.10.2025, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 100,-

457

Italienisch A2, vorauss. ab Lektion 8 **ALDO DI MATTEO**

Wir vertiefen unseren Wortschatz und zusätzlich die italienische Satzbildung mit Redewendungen, Schwerpunkt Grammatik mit vielen Sprechübungen. **Lehrbuch "Nuovo Espresso" A2, vorauss. ab Lektion 8**, Hueber Verlag; Auflage 2021, ISBN 978-3192054396. Bitte kaufen Sie das Kursbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 005
10 x Di, ab 07.10.2025, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 100,-

458

Italienisch A2, vorauss. ab Lektion 9 **FELICITA RATTI, BA MA**

Lernen Sie Italienisch bei einer muttersprachlichen Dozentin. Die Themen der Stufe A2 zu Grammatik, Wortschatz und Kommunikation werden fortgesetzt! **Lehrbuch: Con piacere nuovo A2, voraussichtlich ab Kapitel 9**. Hybride Ausgabe allango / Italienisch für Anfänger Kurs- und Übungsbuch mit Audios inklusive Lizenzschlüssel allango (24 Monate), ISBN 978-3-12-525209-7. Bitte kaufen Sie das Kursbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 104 - 1. Stock
12 x Mo, ab 29.09.2025, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 120,-

WENN DU FÜR DEINE RAGAZZA
RICHTIG FLEXEN WILLST.
ALLORA, **EINFACH ANMELDEN.**
VHS-REICHENHALL.DE

460

Italienisch A2/B1 - Einstieg in die Konversation für Alltag und Beruf**ALDO DI MATTEO**

Einstieg in die Konversation für fortgeschrittene Teilnehmer mit Vorkenntnissen auf dem Niveau A2/B1. Es wird kein Lehrbuch verwendet, der Schwerpunkt liegt auf der Konversation im Kurs. Unterrichtsmaterial wird im Kurs besprochen (Buch oder Zeitung).

Altes Feuerhaus, Raum 2.02
10 x Fr, ab 10.10.2025, 16.15 - 17.45 Uhr
EUR 100,-

466

Italienisch B1**FRANCESCA KANA**

Konversationskurs für Teilnehmer mit fortgeschrittenen Italienisch-Kenntnissen, aktuelle Zeitschriften- und Zeitungsartikel sowie von Kursteilnehmern gewünschte Themen werden berücksichtigt. Der Unterricht wird in italienischer Sprache durchgeführt.

Altes Feuerhaus, Raum 2.03
12 x Mi, ab 24.09.2025, 18.00 - 19.30 Uhr
EUR 120,-

SPANISCH

471

Spanisch A2 – ¡Vamos!**MAG. ANNA LACKNER**

In unserem Kurs Spanisch A2 frischen wir Ihre Grundkenntnisse auf und erweitern sie systematisch – mit viel Praxis, Spaß und interaktiven Übungen. Voraussetzung: Grundkenntnisse auf A1-Niveau. **Lehrbuch:** Wird beim ersten Kurstermin bekannt gegeben.

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 012
12 x Mi, ab 01.10.2025, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 120,-

472

Spanisch A2, vorauss. ab Kapitel 8**SUSANNE SEEFRIED, Oberstudienrätin**

Dieser Kurs vermittelt Ihnen fortgeschrittene Grundkenntnisse in Spanisch – praxisnah, unterhaltsam und ohne Druck – für Alltag, Beruf und Reise. **Lehrbuch:** *Perspectivas ¡Ya! A2* (Kurs- und Übungsbuch Spanisch), vorauss. ab Kapitel 8, Cornelsen-Verlag. Bitte kaufen Sie das Kursbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde. Terminänderungen aus organisatorischen Gründen vorbehalten!

Mittelschule Zenostr., Lehrsaal 012
12 x Di, ab 23.09.2025, 18.15 - 19.45 Uhr
EUR 120,-

474

Spanisch B1 / Lektüre und Konversation**ADRIANA REBORA DE SCHULZE, Lehrerin**

Ausgehend von der Lektüre von Zeitungsartikeln, kurzen literarischen Texten, Erzählungen und didaktischen Spielen werden grammatikalische Themen und der Wortschatz wiederholt. **Bücher:** *"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. Bitte kaufen Sie die Bücher erst nach Kursbeginn.

Altes Feuerhaus, Raum 2.02
10 x Do, ab 25.09.2025, 18.30 - 20.00 Uhr
EUR 100,-


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 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!
Die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs.cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

online-Kurs

10 x Do, ab 09.10.2025, 19.30 - 21.00 Uhr
EUR 100,-

496 vhs.online

Russisch - Kurs A1, vorauss. ab Kap. 6/7 (vhs.cloud)

YANA BUDARINA, Philologin, Lehrerin für russische Sprache und Literatur

Der Kurs startet voraussichtlich ab Kap. 6/7. Dieser Online-Kurs bietet eine sanfte Progression in der russischen Sprache für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. 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!
Die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs.cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

online-Kurs

10 x Sa, ab 11.10.2025, 11.30 - 13.00 Uhr
EUR 100,-

497 vhs.online

Chinesisch (A1.1) für Anfänger ohne Vorkenntnisse (Zoom)

HONGLI YANG

In diesem Online-Kurs lernen Sie bequem von zu Hause aus Grundlagen der chinesischen Sprache und Schrift sowie Wissenswertes über Kultur und Alltag im modernen China – interaktiv und im Austausch mit anderen. Lernmaterial stellt Ihnen die Dozentin zur Verfügung. Die Zugangsdaten zum online-Portal Zoom erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

online-Kurs

15./22.10./12./19./26.11./03./10./17.12.2025
07./14.01.2026

10 x Mi, ab 15.10.2025, 17.00 - 18.30 Uhr
EUR 90,-

498 vhs.online

Ungarisch A1 für Anfänger – Keine Vorkenntnisse erforderlich (vhs.cloud)

JUDIT MESZINGER, Fachübersetzerin

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Starten Sie mit uns in die Welt der ungarischen Sprache – jó tanulást! (Viel Spaß beim Lernen!). Lehrbuch: **Szóbeszéd A1 – Hybride Ausgabe allango**, Ungarisch für Anfänger, KLETT-Verlag, Kursbuch mit Audios inklusive Lizenzschlüssel allango (24 Monate), ISBN 978-3-12-528563-7. Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst nach der ersten Unterrichtsstunde!

Die Anleitung zur Anmeldung auf dem online-Portal der vhs.cloud erhalten die Teilnehmer vor Kursbeginn.

online-Kurs

12 x Sa, ab 11.10.2025, 09.00 - 10.30 Uhr
EUR 120,-

WUSSTEST DU, DASS ES
WELTWEIT ÜBER 7000
SPRACHEN GIBT?
SIE SIND DER SCHLÜSSEL
ZUR WELT – UND MANCHMAL
ZUR LIEBE.

ER - DIE ZUKUNFT DES INTERNETS UND KÜNSTLICHE INTELLIGENZ LOHN UND GEHALT MS VISIO - PROFESSIONELLE



E DATENVISUALISIERUNG KÜNSTLICHE INTELLIGENZ IM BÜROMANAG



WENN DIR RETRO ZU VINTAGE IST.

Check unsere Kurse für
Arbeit und Beruf

ARBEIT & BERUF



BERUFLICHE BILDUNG

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

Fr, 17.10.2025, 08.30 - 15.30 Uhr

Altes Feuerhaus: Theorieteil in Raum 2.03 vormittags, nachmittags im Freien bzw. im Foyer (witterungsabhängig).

Sa, 18.10.2025, 08.30 - 15.30 Uhr

Freigelände, Örtlichkeit wird am Freitag mitgeteilt.

EUR 190,-

XPERT BUSINESS

521

Lohn und Gehalt (1)

ONLINE-DOZENT UND MODERATOR

Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung.

Live-Webinar

24 x Di, ab 04.11.2025, 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 Di, ab 04.11.2025, 18.30 - 20.30 Uhr

EUR 370,-

523

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

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden.

Live-Webinar

16 x Di, ab 04.11.2025, 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.

Live-Webinar

20 x Di, ab 04.11.2025, 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.

Live-Webinar

24 x Di, ab 04.11.2025, 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, dazu werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet.

Live-Webinar

22 x Di, ab 04.11.2025, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 370,-



**Handwerkskammer
für München und Oberbayern**

**VORSCHAU Herbst 2025
Kurse der Handwerkskammer
für München und Oberbayern:**

Ort: Bildungszentrum Traunstein,
 Mühlwiesen 4, 83278 Traunstein,
 Tel. 0861/98977-0
www.hwk-muenchen-bildung.de

Bachelor Professional in Betriebsinformatik – früher: Betriebsinformatiker (HWK)
Der Bachelor Professional Betriebsinformatik besteht aus 3 Säulen:

Professioneller EDV-Anwender (HWK):

13.10.25 – Mai 26; Mo/Mi 18:15 - 21:30 Uhr;
 200 UE; wenig Präsenz, überwiegend online; Gebühr: 1.880 €

Netzwerk-Service-Techniker (HWK):

06.10.25 – Juli 26; Mo/Mi 18:15 - 21:30 Uhr;
 300 UE zuzüglich Projektarbeit; wenig Präsenz, überwiegend online; Gebühr: 3.070 €

Anwendungsentwickler (HWK):

07.10.25 bis Juli 26; Di/Do 18:15 - 21:30 Uhr;
 300 UE zuzüglich Projektarbeit; wenig Präsenz, überwiegend online; Gebühr: 3.070 €

Fundierte IT-Basiswissen
 wird vermittelt im **IT-Fachmann
für Office-Anwendungen (HWK):**

14.10.25 – Februar 26; Di/Do 18:15 - 21:30 Uhr;
 100 UE; reiner Präsenzkurs im BZ;
 Gebühr: 980 €

Alle Kursinfos sind unter
[www.hwk-muenchen-bildung.de/
betriebsinformatiker](http://www.hwk-muenchen-bildung.de/betriebsinformatiker) zu finden.



527

Finanzbuchführung DATEV**ONLINE-DOZENT UND MODERATOR**

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden.

Live-Webinar

16 x Di, ab 04.11.2025, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 330,-

528

Finanzwirtschaft**ONLINE-DOZENT UND MODERATOR**

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse des Zahlungsverkehrs sowie der Finanzierung eines Unternehmens und stellt verschiedene Anlageformen vor.

Live-Webinar

20 x Di, ab 04.11.2025, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 320,-

529

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

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens.

Live-Webinar

20 x Di, ab 04.11.2025, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 350,-

530

Betriebliche Steuerpraxis**ONLINE-DOZENT UND MODERATOR**

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts und der wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer.

Live-Webinar

22 x Di, ab 04.11.2025, 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.

Live-Webinar

20 x Di, ab 04.11.2025, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 350,-

532

Controlling**ONLINE-DOZENT UND MODERATOR**

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens.

Live-Webinar

20 x Di, ab 04.11.2025, 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.

Live-Webinar

11 x Di, ab 04.11.2025, 18.30 - 20.30 Uhr
EUR 230,-

WENN SIE INTERESSE AN EINER
 XPERT BUSINESS-PRÜFUNG AM
 ENDE IHRES XPERT BUSINESS-
 KURSES HABEN, ERKUNDIGEN
 SIE SICH BITTE IN DER
 GESCHÄFTSSTELLE DER VHS
 BAD REICHENHALL
 FLATSCHER@VHS-REICHENHALL.DE

EDV UND MEDIEN- KOMPETENZ

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.

Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.

Altes Feuerhaus, Raum 2.04

**3 x, Di 14.10.2025, Do 16.10.2025, Di 21.10.2025,
18.30 - 20.45 Uhr**

EUR 25,-

551

Smart Surfer - Fit im digitalen Alltag

CHRISTINE GRUNDNER, Betriebsinformatikerin

Die Kursreihe "Smart Surfer - Fit im digitalen Alltag" richtet sich an Menschen der Altersgruppe 50+, die ihre Medienkompetenz verbessern möchten und dabei auch an den technischen Hintergründen interessiert sind.

Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.

Altes Feuerhaus, Raum 2.04

3x, 13.45 – 16.00 Uhr

EUR 10,- pro Modul

**Anmeldung sowohl für den gesamten Kurs als
auch nur für einzelne Module möglich!**

551 A | **25.11.2025 Datenschutz im Internet und wie
man Risiken im Netz vermeidet**

551 B | **02.12.2025 Die Zukunft des Internets und
künstliche Intelligenz**

551 C | **09.12.2025 Digitale Gesundheit: Wie die
Digitalisierung das Gesundheitswesen
verändert**

552

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 2.04

**3 x, Di 11.11.2025, Do 13.11.2025, Di 18.11.2025,
13.45 - 16.45 Uhr**

EUR 30,-

553

Sicher im Umgang mit dem iPhone

IGOR KUZMIC

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 2.01

**5 x Di, 30.09.2025, 14.10.2025, 28.10.2025,
18.11.2025, 02.12.2025, 19.30 - 21.45 Uhr**

EUR 30,-

554

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 2.04

2 x Do, 20.11.2025 & 08.01.2026, 17.30 - 20.30 Uhr

EUR 20,-

555

Einsteiger CAD-Kurs mit FreeCAD**THOMAS BAUMGARTNER**, Meister im Modellbau und MBA Automotive Management

Sie lernen grundlegende Funktionen und Vorgehensweisen beim Konstruieren anhand des CAD-Programm FreeCAD.

Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.

Altes Feuerhaus, Raum 2.01**6 x Mo und Mi, 29.09.2025 bis 15.10.2025, 18.00 - 21.15 Uhr****EUR 35,-**

556

**Deine erste Homepage
WordPress leicht gemacht!****DOMINIK SEITZ**, 3D Artist

Für alle, die etwas Eigenes starten wollen – vom Herzprojekt zum ersten Webauftritt! (Inklusive einfachen Baukasten-System & vielen Plugins)

Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus.

Altes Feuerhaus, Raum 2.04**3 x Sa, 04.10.2025, 18.11.2025, 22.11.2025, 14.00 - 17.15 Uhr****EUR 30,-**

560 vhs.online

Word – Vom Geschäftsbrief nach DIN 5008 zum Serienbrief**SIGRID MÜLLER**, EDV- und Internetschulungen

Diese Schulung richtet sich an alle, die sich - ob beruflich oder privat - mit dem Geschäftsbrief nach DIN 5008 in Word vertraut machen und einen Einblick in die Seriendruck-Funktionen erhalten wollen.

Live-Webinar**1 x Mo, 19.01.2026, 18.00 - 19.30 Uhr**
EUR 20,-

561 vhs.online

Word – Fortgeschrittene Formatierungen**SIGRID MÜLLER**, EDV- und Internetschulungen

Diese Schulung richtet sich an alle, die sich für fortgeschrittene Formatierungen in Word interessieren.

Live-Webinar**1 x Di, 20.01.2026, 18.00 - 19.30 Uhr**
EUR 20,-

562 vhs.online

Word – Dokument mit Grafik und Textgestaltung**SIGRID MÜLLER**, EDV- und Internetschulungen

Diese Schulung richtet sich an alle, die ihre Dokumente in Word mit Grafiken versehen wollen und optisch die Textgestaltung sowie das Gesamt-Layout verbessern möchten.

Live-Webinar**1 x Mi, 21.01.2026, 18.00 - 19.30 Uhr**
EUR 20,-

563 vhs.online

Erste Schritte in Excel**SIGRID MÜLLER**, EDV- und Internetschulungen

Diese Schulung richtet sich an alle, die grundlegende Kenntnisse in Excel erwerben möchten.

Live-Webinar**1 x Mo, 12.01.2026, 18.00 - 19.30 Uhr**
EUR 20,-

564 vhs.online

Rechnen mit Excel**SIGRID MÜLLER**, EDV- und Internetschulungen

Diese Schulung richtet sich an alle, die vor allen Dingen die Rechenfunktionen in Excel interessieren.

Live-Webinar**1 x Di, 13.01.2026, 18.00 - 19.30 Uhr**
EUR 20,-

FÜR ALLE, DIE SICH ÖFTER
MAL VEREXCELN.

TABELLENFREIE ANMELDUNG
VHS-REICHENHALL.DE

565 vhs.online

Funktionen in Excel*SIGRID MÜLLER, EDV- und Internetschulungen*

Diese Schulung richtet sich an alle, die tiefer in die Funktionen von Excel eintauchen möchten.

Live-Webinar**1 x Mi, 14.01.2026, 18.00 - 19.30 Uhr****EUR 20,-**

566 vhs.online

MS Excel zur effektiven Datenanalyse – Power Query in der professionellen Anwendungspraxis*THORSTEN H. BRADT*

Dieser vhs-Digitalkurs bietet einen umfassenden Einblick in eine professionelle Datenanalyse mit MS Excel – Business Analytics (BA).

Anmeldeschluss: 7. Dezember 2025

Live-Webinar**1 x Mo, 15.12.2025, 18.30 - 21.30 Uhr****EUR 38,-**

567 vhs.online

MS Excel zur effektiven Datenvisualisierung - PivotTables und -Charts sowie dynamische Dashboards*THORSTEN H. BRADT*

Dieser vhs-Digitalkurs bietet einen umfassenden Einblick in eine professionelle Datenvisualisierung mit MS Excel – Business Intelligence (BI).

Anmeldeschluss: 9. Dezember 2025

Live-Webinar**1 x Mi, 17.12.2025, 18.30 - 21.30 Uhr****EUR 38,-**

568 vhs.online

MS Excel im kaufmännischen Büromanagement (Bildungswoche) - Professionelle Workflows für mehr Arbeitsproduktivität*THORSTEN H. BRADT*

Dieser vhs-Digitalkurs beinhaltet eine zielgerichtete Einführung in die professionelle Anwendung von MS Excel im kaufmännischen Büromanagement.

Anmeldeschluss: 15. September 2025

Live-Webinar**3 x Mo bis Mi, ab 22.09.2025, 9.00 - 16.00 Uhr****EUR 228,-**

569 vhs.online

MS Outlook zur Organisation und Kommunikation - Modul I: Outlook-Apps im Fokus – E-Mails und Gruppen*THORSTEN H. BRADT*

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

Anmeldeschluss: 27. Oktober 2025

Live-Webinar**1 x Di, 04.11.2025, 10.30 - 12.00 Uhr****EUR 19,-**

570 vhs.online

MS Outlook zum Zeit- und Aufgabenmanagement - Modul II: Kalender- sowie To Do-App*THORSTEN H. BRADT*

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

Anmeldeschluss: 28. Oktober 2025

Live-Webinar**1 x Mi, 05.11.2025, 10.30 - 12.00 Uhr****EUR 19,-**

571 vhs.online

MS Outlook im Kundenbeziehungsmanagement - Modul III: Kontaktlisten mit der Personen-App*THORSTEN H. BRADT*

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

Anmeldeschluss: 29. Oktober 2025

Live-Webinar**1 x Do, 06.11.2025, 10.30 - 12.00 Uhr****EUR 19,-**

572 vhs.online

MS Outlook NEW – innovatives Look-and-feel - Interne und externe Unternehmenskommunikation

THORSTEN H. BRADT

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

Anmeldeschluss: 11. September 2025

Live-Webinar**2 x Fr, 19.09.2025 & 26.09.2025, 10.30 - 12.00 Uhr****EUR 38,-**

573 vhs.online

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

THORSTEN H. BRADT

Dieser vhs-Digitalkurs beinhaltet Arbeitstechniken zum professionellen Selbst- und Teammanagement unter Microsoft Outlook und OneNote in ihrer parallelen Anwendung.

Anmeldeschluss: 01. Oktober 2025

Live-Webinar**1 x Do, 09.10.2025, 10.30 - 12.00 Uhr****EUR 19,-**

574 vhs.online

MS Outlook – „Full Power“-Workflows - Strategien zur Steigerung der Arbeitsproduktivität

THORSTEN H. BRADT

Dieser vhs-Digitalkurs bietet einen umfassenden Einblick in eine professionelle Unternehmenskommunikation mit MS Outlook.

Anmeldeschluss: 8. Dezember 2025

Live-Webinar**1 x Di, 16.12.2025, 18.30 - 21.30 Uhr****EUR 38,-**

575 vhs.online

Einstieg in PowerPoint

SIGRID MÜLLER, EDV- und Internetschulungen

Dieser Kurs beschäftigt sich mit den grundlegenden Funktionen von MS PowerPoint.

Live-Webinar**1 x Do, 15.01.2026, 18.00 - 19.30 Uhr****EUR 20,-**

576 vhs.online

MS PowerPoint – Business-Präsentationen - Erfolgsgeschichten durch visuelles Storytelling

THORSTEN H. BRADT

Dieser vhs-Digitalkurs beinhaltet eine zielgerichtete Einführung in die professionelle Anwendung von Microsoft PowerPoint zum Erstellen anspruchsvoller Business-Präsentationen innerhalb der Unternehmenskommunikation.

Anmeldeschluss: 23. November 2025

Live-Webinar**1 x Mo, 01.12.2025, 18.30 - 21.30 Uhr****EUR 38,-**

577 vhs.online

Adobe InDesign – der umfassende Profi-Kurs Design, Layout und Satz der Master Class

THORSTEN H. BRADT

Dieser vhs-Digitalkurs beinhaltet Arbeitstechniken zur professionellen Anwendung von Adobe InDesign in der visuellen Kommunikation.

Anmeldeschluss: 9. Oktober 2025

Live-Webinar**2 x, Fr 17.10.2025 18.30 - 21.30 &****Sa 18.10.2025, 09.30 - 17.00 Uhr****EUR 114,-**

578 vhs.online

Adobe InDesign und Photoshop – Social-Media-Posts – Visueller Content für Instagram, Pinterest & Co.

THORSTEN H. BRADT

Dieser vhs-Digitalkurs beinhaltet Arbeitstechniken zur professionellen Anwendung von Adobe InDesign in der visuellen Kommunikation.

Anmeldeschluss: 5. Dezember 2025

Live-Webinar**1 x Sa, 13.12.2025, 9.30 - 17.00 Uhr****EUR 85,-**

581 vhs.online

Eltern im digitalen Zeitalter

ROBIN WENIGER

Dieser interaktive Online-Kurs vermittelt praxisnahe Informationen zu relevanten Themen der digitalen Mediennutzung und zeigt Wege auf, Risiken zu minimieren und Chancen gezielt zu nutzen.

Live-Webinar**1 x Do, 09.10.2025, 18.30 - 20.45 Uhr****EUR 20,-**

582 vhs.online

**Strategisches Content-Marketing im Web
Landingpages, SEO & künstliche Intelligenz**

THORSTEN H. BRADT

Dieser vhs-Digitalkurs beinhaltet eine zielgerichtete Einführung in die Prinzipien eines professionellen digitalen Content-Marketings am Beispiel einer Landingpage.

Anmeldeschluss: 7. Oktober 2025

Live-Webinar**1 x Mi, 15.10.2025, 18.30 - 21.30 Uhr****EUR 38,-**

583 vhs.online

**Social Media Marketing – Erfolgs-
strategien (Bildungsurlaub) - Erfolg-
reiche Kampagnen mit Instagram & Co.**

THORSTEN H. BRADT

Dieser vhs-Digitalkurs beinhaltet eine zielgerichtete Einführung in professionelle Strategien und Taktiken im Social Media Marketing mit Instagram & Co.

Anmeldeschluss: 30. November 2025

Live-Webinar**5 x Mo bis Fr, ab 08.12.2025, 9.00 - 16.00 Uhr****EUR 360,-**

584 vhs.online

Zoom: Professionell präsentieren & begeistern

ROBIN WENIGER

Dieser Kurs zeigt, wie digitale Präsentationen strukturiert, ansprechend und interaktiv gestaltet werden können.

Live-Webinar**1 x Mo, 01.12.2025, 16.00 - 18.15 Uhr****EUR 20,-**

590 vhs.online

ChatGPT - Eine EinführungKERSTIN MELISSA VOGEL, Programm Manager
für AI Faculty Enablement

Diese Schulung soll Sie zur grundlegenden Anwendung des KI-Programms ChatGPT befähigen.

online-Kurs**2 x, Di 25.11.2025 & Mi 26.11.2025, 17.00 - 20.00
Uhr****EUR 20,-**

591 vhs.online

**Künstliche Intelligenz im Büromanagement –
Produktivere Prozesse und Arbeitsabläufe**

THORSTEN H. BRADT

Dieser vhs-Digitalkurs beinhaltet eine zielgerichtete Einführung in die professionelle Nutzung künstlicher Intelligenz (KI) im Büromanagement.

Anmeldeschluss: 12. November 2025

Live-Webinar**1 x Do, 20.11.2025, 10.30 - 12.00 Uhr****EUR 19,-**

592 vhs.online

**Künstliche Intelligenz und Big Data –
Auswahl und Bearbeitung „wertvoller“ Daten**

THORSTEN H. BRADT

Dieser vhs-Digitalkurs bietet eine gezielte Einführung in die professionelle Nutzung künstlicher Intelligenz zum Filtern und Zusammenfassen von Informationen. Anmeldeschluss: 17. November 2025

Live-Webinar**1 x Di, 25.11.2025, 10.30 - 12.00 Uhr****EUR 19,-**

WILLST DU MIT CHAT IN
DESIGN DAS PHOTO SHOPPEN,
DANN **SIGN UP EASY.**
VHS-REICHENHALL.DE

DANCE FOR TEENS SURVIVAL SKILLS FÜR DIE GANZE FAMILIE WALDERLEBNIS-NACHMITTAG KINDER-MALKURS MIT ACRYL



YLFARBEN IN DER WEIHNACHTSTÖPFEREI HALLOWEENT

**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 22.09.2025, 17.00 - 18.00 Uhr
EUR 65,-

603

Walderlebnis-Nachmittag ab 8 Jahren

ANNA HEINISCH, Wildnispädagogin
und PilzCoach

Lass dich überraschen und erlebe eine spannende Reise in den Wald und einen unvergesslichen Nachmittag voller Abenteuer! Die Veranstaltung findet (auch bei Regen) komplett draußen statt. Absage nur bei Unwetter. **Bitte mitbringen: Wettergerechte Kleidung und Schuhe, Getränk und Brotzeit, Sitzunterlage.**

Treffpunkt: Feuerwehr Marzoll, Römerstr. 21, Bad Reichenhall

1 x Fr, 24.10.2025, 14.00 - 17.00 Uhr
EUR 15,-

WENN IHR WISSEN WOLLT,
WAS IM WALD SO ALLES
PFEIFT UND KNATTERT,
DANN SCHICKT UNS NE
ANMELDE-EULE
VHS-REICHENHALL.DE

604

Survival Skills für die ganze Familie (Kinder ab 8 Jahren)

ANNA HEINISCH, Wildnispädagogin
und PilzCoach

Hier werdet ihr nicht nur nützliche Überlebenstechniken erlernen, sondern auch ein besseres Verständnis dafür entwickeln, wie man mit der Natur in Einklang lebt und überlebt. Die Veranstaltung findet (auch bei Regen) komplett draußen statt. Absage nur bei Unwetter. **Die angegebene Kursgebühr gilt für ein "Zweier-Team", die Gebühr für jedes weitere Kind beträgt EUR 15,-.**

Was ist mitzubringen? Wettergerechte Kleidung und Schuhe, Getränk und Brotzeit, Sitzunterlage, falls vorhanden: Taschenmesser mit feststellbarer Klinge (bitte nicht extra kaufen).

Treffpunkt: Hochseilgarten (beim Stadion), Nonner Au 1, Bad Reichenhall

1 x Sa, 01.11.2025, 14.00 - 17.00 Uhr
EUR 35,-

620

Halloweentöpfen Für Kinder ab 5 Jahren

SUSI HECKEL

Alles was gruselig ist, macht Spaß - Geistertassen, Teelichtkürbis, Hexenhut oder Geisterlaterne, die Kids können frei nach Fantasie töpfen.

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

1 x Mo, 06.10.2025, 15.00 - 17.00 Uhr
EUR 46,-



621

**Adventstöpfern
Für Kinder ab 5 Jahren
SUSI HECKEL**

Wir töpfen Geschenkideen oder Mitbringsel, die Kinder können sich frei entfalten und mit Liebe Dinge erschaffen.

**Keramik*Kreativ*Zauber, Bad Rhall,
Innsbrucker Str. 5 (Hinterhof)
1 x Mo, 17.11.2025, 15.00 - 17.00 Uhr
EUR 46,-**

622

**In der Weihnachtstöpferei
Für Kinder ab 5 Jahren
SUSI HECKEL**

Von Sternenanhängern, Christbaumanhängseln oder Engeln - es wird frei nach Laune getöpft.

**Keramik*Kreativ*Zauber, Bad Rhall, Innsbrucker Str. 5 (Hinterhof)
1 x Mo, 24.11.2025, 15.00 - 17.00 Uhr
EUR 46,-**

625

Kinder-Malkurs mit Acrylfarben - der Kreativität Raum geben! (ab 6 Jahren)

EVA MARSCHALL, Akademische Malerin und Maltherapeutin

Das Ziel der Künstlerin ist es, die Kreativität und Konzentration jedes einzelnen Kindes zu fördern. Gebühr inkl. Materialien ohne Leinwände, diese können bei der Dozentin erworben werden (ca. 4,- bis 8,- EUR).

**Privat-Atelier, Eva Marschall,
Ludwig-Thoma-Str. 10
4 x Di, ab 25.11.2025, 16.30 - 18.00 Uhr
EUR 70,-**



Angebote der Städt. Musikschule

Städt. Musikschule Bad Reichenhall

Leitung: **DR. CORNELIA FISCHER-HÜTTL**

Altes Feuerhaus, Aegidiplatz 3,
83435 Bad Reichenhall

Tele.: +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 heranzuführen. Ziel ist es, dass Musik einen festen Bestandteil im Familienleben einnimmt, ohne dass der Leistungsgedanke im Vordergrund steht.

Alter: 1 ½ - 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: ½ Jahr

Kammerorchester Corona

Alter: ab 15 Jahre

Beginn: Einstieg jederzeit möglich

Jahresgebühr: 180,00 EUR

Probentermine: 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

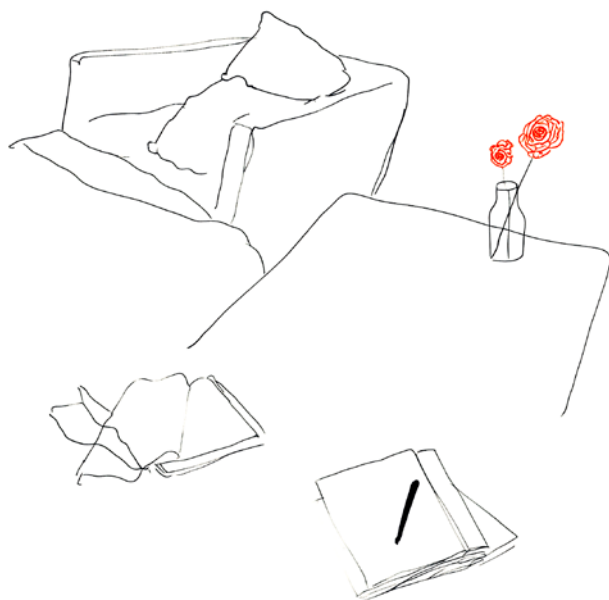
ÖFFNUNGSZEITEN (VORMITTAGS)
MONTAG BIS FREITAG, 09.00 BIS 12.00 UHR

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, 08.09.2025
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

Verwaltung, Anmeldung
boehme@vhs-reichenhall.de
Tel. +49 8651 951 51-0

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

Barbara Inneberger

Fachbereiche Fremdsprachen / Politik /
Gesellschaft
inneberger@vhs-reichenhall.de
Tel.: +49 8651 951 51-11

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:**

Herbstferien: **03.11. – 07.11.2025**

Weihnachtsferien: **22.12.2025 – 06.01.2026**

Eine Einrichtung von



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. 8.000 Stück;
Druck :
Erscheinungszeitraum:
2 x jährlich, Januar und Juli
Design, Layout: 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.



BTIBS

276

Töpferkurs:

24 Kilo Ton, 2 „einzigartige“ Vasen

3 neue Freunde. Toll war´s!