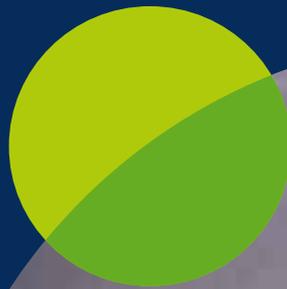
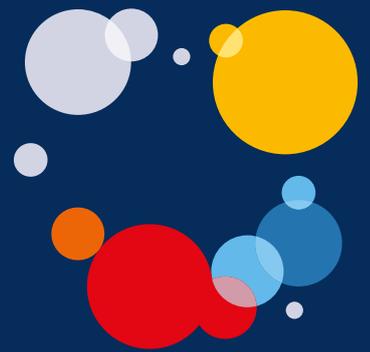


Programmheft 2-2025

September bis Dezember 2025



Kursbeginn: 15. September 2025

**Anmeldungen ab sofort über unsere
Homepage, per Post oder per E-Mail:
anmeldung@vhs-ladenburg.de**



Volkshochschulverband
Baden-Württemberg

Liebe Leserinnen und Leser,
liebe Freundinnen und Freunde der Volkshochschule,

Lernen hört nie auf – und genau darin liegt unsere Stärke.
Mit Freude präsentieren wir Ihnen das neue Programmheft der Volkshochschule: ein vielfältiges, inspirierendes Angebot für Menschen jeden Alters, mit unterschiedlichsten Interessen und Hintergründen.

Ob Sie Ihre Sprachkenntnisse erweitern, beruflich neue Wege gehen, kreative Talente entfalten oder einfach etwas für Körper und Seele tun möchten – bei uns finden Sie Raum für Neugier, persönliche Entwicklung und Begegnung.

Unsere Kurse stehen für Offenheit, Vielfalt und Bildung für alle. Die Volkshochschule ist ein Ort des lebenslangen Lernens, des respektvollen Miteinanders und des gesellschaftlichen Austauschs. Gerade in Zeiten des Wandels ist sie ein verlässlicher Partner – vor Ort, digital und immer nah an den Menschen.

Wir danken Ihnen für Ihr Vertrauen und freuen uns darauf, Sie bald in einem unserer Kurse begrüßen zu dürfen. Lassen Sie sich inspirieren – und machen Sie den nächsten Schritt auf Ihrem ganz persönlichen Bildungsweg!

Mit herzlichen Grüßen
Ihr Team der Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V.

Melanie Dommel



	Allgemeines	2
	Ferienkalender	3
	Gesellschaft	4
	Führungen	4
	Vorträge	6
	Kultur	8
	Theater	8
	Literatur	8
	Fotografie	9
	Kultur und Gesellschaft	10
	Kunst	11
	Kunsth Handwerk	12
	Nähen	13
	Gesundheit	14
	Yoga	14
	Pilates	17
	Entspannung	18
	Fitness und Bewegung	19
	Aqua-Kurse	19
	Körper und Seele	20
	Kochen und Backen	22
	Ernährung	23
	Sprachen	24
	Deutsch	25
	Englisch	25
	Französisch	25
	Italienisch	26
	Spanisch	26
	Neugriechisch	28
	Niederländisch	29
	Beruf	30
	EDV	30
	Recht	31
	Xpert Business	32
	Junge VHS	34
	Kreativität	34
	Gesundheit und Bewegung	35
	Sprachen	36
	Schule	36
	Kindergeburtstag	36
	Volkshochschulen der Region Unterer Neckar	37
	Allgemeine Geschäftsbedingungen / Widerrufsrecht	38
	Standorte / Kursstätten	40
	Datenschutzbestimmungen	42
	Anmeldekarte	43

Die Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. ist ein gemeinnütziger Verein. Sie ist nach dem Gesetz zur Förderung der Weiterbildung und des Bibliothekswesens des Landes Baden-Württemberg als staatlich förderungswürdig anerkannt.

Die Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. ist Mitglied im Volkshochschulverband Baden-Württemberg e.V.

Geschäftsstelle Ladenburg

Altes Rathaus, Hauptstraße 39, 68526 Ladenburg

☎ 06203 923200

E-Mail: anmeldung@vhs-ladenburg.de

Leitung: Melanie Dommel

Verwaltung: Jürgen Schwarz

Silke Beckmann

Uta Czech

Öffnungszeiten:

Ladenburg:

Montag, Dienstag, Donnerstag: 09.00 Uhr – 12.00 Uhr

Vorstand der vhs Ladenburg-Ilvesheim e.V.

Vorsitzender: Holger Ueberrein

Weitere Vorstandsmitglieder:

I. Delegierte der Stadt Ladenburg:

Bürgermeister Stefan Schmutz

Armin Gattung

Oliver Steigerwald

II. Delegierte der Gemeinde Ilvesheim:

Bürgermeister Thorsten Walther

Sandra Bühler

Bernhard Ries

III. Gewählt von der Mitgliederversammlung:

Ruth Hilger, Axel Schulz, Helga Thome, Thomas Roß

Rechnungsprüfer:

Eva-Maria Rother (Stadt Ladenburg)

Vanessa Brinzer (Gemeinde Ilvesheim)

Norbert Treuholz (Mitgliederversammlung)

Stellvertreterin: Dagmar Klopsch-Güntner

Stellvertreter: Günter Bläß

Stellvertreter: Karl-Martin Hoffmann

Stellvertreter: Dr. Isabel Sohn-Frank

Stellvertreter: Günter Tschitschke

Stellvertreter: Dominik Dieter

Stellvertreter: Christian Kliebisch

Bankverbindungen:

Sparkasse Rhein Neckar Nord

DE81 6705 0505 0066 0019 03

Volksbank Kurpfalz

DE26 6709 2300 0033 3990 65

Semesterbeginn:

Wintersemester: 2-2025

Montag, 15. September 2025

Frühjahr-/Sommersemester: 1-2026

Dienstag, 07. Januar 2026

September 2025							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
35	1	2	3	4	5	6	7
36	8	9	10	11	12	13	14
37	15	16	17	18	19	20	21
38	22	23	24	25	26	27	28
39	29	30					

Oktober 2025							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
40			1	2	3	4	5
41	6	7	8	9	10	11	12
42	13	14	15	16	17	18	19
43	20	21	22	23	24	25	26
44	27	28	29	30	31		

November 2025							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
44						1	2
45	3	4	5	6	7	8	9
46	10	11	12	13	14	15	16
47	17	18	19	20	21	22	23
48	24	25	26	27	28	29	30

Dezember 2025							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
48	1	2	3	4	5	6	7
49	8	9	10	11	12	13	14
50	15	16	17	18	19	20	21
51	22	23	24	25	26	27	28
52	29	30	31				

Januar 2026							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
1				1	2	3	4
2	5	6	7	8	9	10	11
3	12	13	14	15	16	17	18
4	19	20	21	22	23	24	25
5	26	27	28	29	30	31	

Februar 2026							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
5							1
6	2	3	4	5	6	7	8
7	9	10	11	12	13	14	15
8	16	17	18	19	20	21	22
9	23	24	25	26	27	28	

März 2026							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
9							1
10	2	3	4	5	6	7	8
11	9	10	11	12	13	14	15
12	16	17	18	19	20	21	22
13	23	24	25	26	27	28	29
14	30	31					

April 2026							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
1			1	2	3	4	5
2	6	7	8	9	10	11	12
3	13	14	15	16	17	18	19
4	20	21	22	23	24	25	26
5	27	28	29	30			

Mai 2026							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
31					1	2	3
32	4	5	6	7	8	9	10
33	11	12	13	14	15	16	17
34	18	19	20	21	22	23	24
35	25	26	27	28	29	30	31

Juni 2026							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
48	1	2	3	4	5	6	7
49	8	9	10	11	12	13	14
50	15	16	17	18	19	20	21
51	22	23	24	25	26	27	28
52	29	30					

Juli 2026							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
1			1	2	3	4	5
2	6	7	8	9	10	11	12
3	13	14	15	16	17	18	19
4	20	21	22	23	24	25	26
5	27	28	29	30	31		

August 2026							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
9						1	2
10	3	4	5	6	7	8	9
11	10	11	12	13	14	15	16
12	17	18	19	20	21	22	23
13	24	25	26	27	28	29	30
14	31						

Gesetzliche Feiertage Schuljahr 2025/2026 in Baden-Württemberg		
03. Oktober '25	Tag der Dt. Einheit	
01. November '25	Allerheiligen	
25. Dezember '25	1. Weihnachtstag	
26. Dezember '25	2. Weihnachtstag	
01. Januar '26	Neujahr	
06. Januar '26	Heilige Drei Könige	
03. April '26	Karfreitag	
06. April '26	Ostermontag	
01. Mai '26	Tag der Arbeit	
14. Mai '26	Christi Himmelfahrt	
25. Mai '26	Pfingstmontag	
04. Juni '26	Fronleichnam	

Ferienplan für das Schuljahr 2025/2026		
Sommerferien	Donnerstag, 31.07.2025	letzter Ferientag: Sonntag, 14.09.2025
Herbstferien	Montag, 27.10.2025	Sonntag, 02.11.2025
Weihnachtsferien	Montag, 22.12.2025	Dienstag, 06.01.2026
Winterferien	Montag, 16.02.2026	Sonntag, 22.02.2026
Osterferien	Montag, 30.03.2026	Sonntag, 12.04.2026
verlängertes Wochenende	Donnerstag, 14.05.2026	Sonntag, 17.05.2026
Pfingstferien	Montag, 25.05.2026	Sonntag, 07.06.2026
Sommerferien	Donnerstag, 30.07.2026	Sonntag, 13.09.2026



Gesellschaft

Führungen
Vorträge

4
4
6

Führungen



• Jedermann-Stadtführung

252-10010

Heimatbund Ladenburg e.V.

Im ehemaligen Bischofspalais präsentiert Ladenburg seine Vergangenheit: die römischen Kastelle, die römische Stadt Lopodunum mit Stadtmauer, Forum, Basilika, Mansio, Theater, Tempeln, Bädern, villae rusticae sowie die römische Götterwelt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ort Eingang Lobdengau-Museum,
Amtshof 1

Termin So. 09.11.2025, 14:30 – 15:30 Uhr

Gebühr 7,00 € inklusive Eintrittspreis werden
vor Ort bezahlt.

• Jedermann-Stadtführung

252-10010

Heimatbund Ladenburg e.V.

Ladenburg ist eine attraktive mittelalterlich geprägte Kleinstadt mit einer langen und wechselvollen Geschichte. Tauchen Sie ein in die römische Vergangenheit, in die Zeit der Wormser Bischöfe im Mittelalter und der frühen Neuzeit. Religiöse Auseinandersetzungen prägten das Leben der Stadt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ort Treffpunkt: Wasserturm

Termin So. 21.09.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
So. 28.09.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
So. 05.10.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
So. 12.10.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
So. 19.10.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
So. 26.10.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
So. 02.11.2025, 14:00 – 15:30 Uhr

Gebühr 5,00 € werden vor Ort bezahlt.

● **Mit der Römerin durch Ladenburg**

252-10040

Heimatbund Ladenburg e.V.

Nachdem die Römer ganz Gallien erobert hatten, kamen sie über den Rhein. Sie bauten zunächst ein Holz- und ein Steinkastell, ehe sie an der strategisch günstigen Stelle am Unterlauf des Neckars den Ort Lopodunum als Hauptort der Civitas Ulpia Sueborum Nicrensium gründeten, dessen Bauten von enormer Größe und Pracht waren. Die Geschichte dieser Zeit wird anhand der noch sichtbaren Bauten dargelegt und nahegebracht. Zwischendurch gibt es eine römische Erfrischung mit Mulsum und Mustacei.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ort **Treffpunkt: Wasserturm**
Termin **Sa., 20.09.2025, 16:00 – 17:30 Uhr**
Gebühr **9,00 € inklusive Mulsum und Mustacei werden vor Ort bezahlt.**

● **Führung im Wasserturm**

252-10041

Heimatbund Ladenburg e.V.

Der Ladenburger Wasserturm, eines der Wahrzeichen der Stadt, wurde 1903 erbaut und 2020/2021 umfassend renoviert. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ort **Treffpunkt: Wasserturm**
Termin **So. 05.10.2025, 14:00 – 14:30 Uhr**
 So. 02.11.2025, 14:00 – 14:30 Uhr
Gebühr **3,00 € werden vor Ort bezahlt.**

● **Friedhofsführung**

252-10050

Heimatbund Ladenburg e.V.

Die Führung beginnt mit einem kurzen Abriss zur Geschichte des Ladenburger Friedhofs, der Wandel der Bestattungsformen im Laufe der Zeit wird angesprochen. Danach werden bekannte und weniger bekannte Grabstätten aufgesucht und die Bedeutung der Verstorbenen für unsere Stadt aufgezeigt. Beim jüdischen Friedhof findet der Rundgang seinen Abschluss. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ort **Treffpunkt: Friedhof Haupteingang bei der Trauerhalle**
Termin **So., 02.11.2025, 14:00 – 15:30 Uhr**
Gebühr **5,00 € werden vor Ort bezahlt.**

● **Mit dem Torwächter durch das nächtliche Ladenburg**

252-10052

Heimatbund Ladenburg e.V.

Viele Anekdoten und Histörchen wird der Torwächter erzählen, aber Historisches kommt auch nicht zu kurz. Der nächtliche Rundgang dauert eine gute Stunde; unterbrochen durch einen zünftigen Torwächtertrunk. Sofern der Torwächter an diesem Abend gut bei Stimme ist, wird sogar gesungen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ort **Treffpunkt: Marktplatzbrunnen**
Termin **Fr. 26.09.2025, 20:00 – 21:00 Uhr**
 Fr. 10.10.2025, 20:00 – 21:00 Uhr
Gebühr **9,00 € inklusive Trunk werden vor Ort bezahlt.**

● **Mit dem Rad in die Römerzeit**

252-10090

Dr. Andreas Hensen

Die römische Metropole in LOPODUNUM/Ladenburg und der Kastellort in Heidelberg standen über eine schnurgerade gepflasterte Straße in Verbindung – die tatsächlich heute noch sichtbar ist! Auf und neben dieser antiken Verkehrsverbindung bewegen wir uns mit dem Fahrrad. An zehn Punkten machen wir Halt, um ungewöhnliche archäologische Relikte von Bauten aus der Zeit der römischen Herrschaft in Augenschein zu nehmen. Die Länge der Strecke zwischen Ladenburg und Heidelberg beträgt etwa 9,5 km.

Ort **Lobdengau-Museum/Gelände vor dem Bischofshof**
Termin **Sa., 11.10.2025, 14:00 – 16:30 Uhr**
Gebühr **14,00 €**

Vorträge

• Vortrag Kreisarchiv

252-11002

Kreisarchiv Rhein-Neckar-Kreis

Die Themen für die kommenden Vorträge sind zur Drucklegung leider noch nicht bekannt. Diese werden auf unserer Homepage bekannt gegeben.

Ort Domhof Ladenburg

Termin Do., 16.10.2025, 19:00 – 20:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

• Vortrag Kreisarchiv

252-11003

Kreisarchiv Rhein-Neckar-Kreis

Die Themen für die kommenden Vorträge sind zur Drucklegung leider noch nicht bekannt. Diese werden auf unserer Homepage bekannt gegeben.

Ort Domhof Ladenburg

Termin Do., 13.11.2025, 19:00 – 20:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

• Vortrag Kreisarchiv

252-11004

Kreisarchiv Rhein-Neckar-Kreis

Die Themen für die kommenden Vorträge sind zur Drucklegung leider noch nicht bekannt. Diese werden auf unserer Homepage bekannt gegeben.

Ort Domhof Ladenburg

Termin Do., 11.12.2025, 19:00 – 20:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

• Carsharing

In Zusammenarbeit mit Stadtmobil Rhein-Neckar

252-11005

Dieter Netter

Das Umweltbundesamt bezeichnet Carsharing als die vierte Säule des Umweltverbundes – neben öffentlichen Verkehrsmitteln, Zufußgehen und Radfahren. Es entlastet die Umwelt, schont den Geldbeutel, spart Ressourcen und leistet einen Beitrag zur Energieeinsparung im Verkehr. Im Vortrag wird erklärt, was Carsharing ist und wie es funktioniert, auch im Vergleich zum Fahrzeug vom klassischen Autovermieter. Vorgestellt werden die verschiedenen Organisationsformen von Carsharing, also als Firma, Genossenschaft, Verein oder auch privat. Wir klären die folgenden ganz praktischen Fragen: Wie werde ich Vereinsmit-

glied oder Kunde? Wie reserviere ich ein Auto? Was ist bei der Nutzung zu beachten? Was sind die Kosten und wo in Deutschland kann ich Autos nutzen? Wie funktioniert privates Carsharing? Erläutert werden außerdem die Vorteile von Carsharing für Nutzende und die Mitbürger im Wohnort. Stichworte dabei sind Einsparen von Ressourcen, Flächenverbrauch, Klimaschutz, Einsparen von Zeit und Kosten.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Termin Mi., 26.11.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

• Bestattung – Organisation und Vorsorge

252-11010

Bestattungen Gregor

Der Tod, vor allem der eigene, ist nichts, über das man gerne nachdenkt. Trotzdem ist es sinnvoll, sich schon zu Lebzeiten mit der eigenen Bestattung auseinanderzusetzen. Denn so ist sichergestellt, dass die eigenen Wünsche berücksichtigt werden und die Hinterbliebenen nicht noch zusätzlich belastet werden. In diesem Vortrag wird es deshalb um folgende Fragen gehen: Was muss man in einem Sterbefall überhaupt beachten? Welche Dokumente werden benötigt? Welche Bestattungsarten gibt es? Was ist bei der Friedhofs- und Grabauswahl zu beachten? Wie kann man finanziell vorsorgen, um die Belastung der Angehörigen zu minimieren? Was kann man schon zu Lebzeiten regeln? Was ist eine Bestattungsvorsorge und wie kann man sie gestalten?

Rolf Gregor ist Funeralmaster (Bestattermeister) und wird Ihre Fragen rund um das Thema Bestattung beantworten.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Termin Do., 13.11.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr gebührenfrei

• Herzwochen 2025

Gesunde Gefäße – gesundes Herz: Den Herzinfarkt vermeiden

252-11030

Prof. Dr. med. Markus Haass

Herz-Kreislauf-Erkrankungen haben nach wie vor einen dominierenden Einfluss auf die Sterblichkeit in Deutschland. Durchblutungsstörungen durch Herzkranzgefäßverengungen sind nach den Zahlen des aktuellen Deutschen Herzberichts noch immer die häufigste Todesursache. Daher stehen unter dem Motto „Gesunde Gefäße – gesundes Herz: Den Herzinfarkt vermeiden“ die Koronare Herzkrankheit (KHK) und der Herzinfarkt im Mittelpunkt der diesjährigen Herzwochen im November. Leider wird das hohe Schadenspotenzial der KHK häufig nicht oder zu spät ernst genommen – oft erst, wenn es zu einem Herzinfarkt gekommen ist. Viele Betroffene denken zudem nach einer erfolgreichen Behandlung, sie seien wieder gesund, weil sie keine Beschwerden mehr haben. Denn häufig fehlt es an dem Bewusstsein, dass eine KHK eine chronische Herzerkrankung ist und Betroffene deshalb ihren Lebensstil ändern

sowie dauerhaft ihre Medikamente einnehmen müssen. Ziel der Deutschen Herzstiftung ist daher, möglichst viele Menschen für die Ursachen und Gefahren der KHK sowie für die Bedeutung der Vorbeugung, Erkennung und Behandlung dieser Volkskrankheit zu sensibilisieren.

Prof. Dr. med. Markus Haass ist Chefarzt im Theresienkrankenhaus Mannheim für Kardiologie, Angiologie und internistische Intensivmedizin. Er ist Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie, Angiologie und Internistische Intensivmedizin; DGK-Zusatzqualifikation „Interventionelle Kardiologie“ und „Herzinsuffizienz“.

Ort Domhof Ladenburg
Termin Mi., 12.11.2025, 18:00 – 20:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

● **Fressen Eisbären eigentlich Pinguine?**

252-11040

Katharina Kreissig

Alles, was Sie schon immer über Pinguine wissen wollten, und noch viel mehr! Kommen Sie mit auf einen Spaziergang zu einer Pinguinkolonie in der Antarktis, wo Sie Pinguinelnern bei der Aufzucht ihrer Küken beobachten und ihre tierischen Nachbarn kennenlernen, wie zum Beispiel Robben und Wale.

Katharina Kreissig ist Biologin und hat von ihren Reisen zur Antarktischen Halbinsel beeindruckende Tierfotos mitgebracht. Sie wird nicht nur die augenzwinkernd gestellte Frage beantworten, ob Eisbären Pinguine fressen. Auch die Konsequenzen der Klimaerwärmung für die beiden Charaktertiere der Polgebiete werden Thema sein. Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Bildervortrag über die sympathischen Frackträger!

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4
Termin Do., 25.09.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 6,00 €

● **Menschenrechte im Islam - Vortrag und Diskussion**

252-11045

Dr. Gabriele Berrer-Wallbrecht

Das Grundgesetz bekennt sich ausdrücklich zur Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte als Grundlage der Verfassung. Radikale Islamisten attackieren unsere freiheitlich demokratische Grundordnung. Wie steht es um die Menschenrechte im Islam? Was steht im Koran dazu? Wie werden die Menschenrechte in den unterschiedlichen Strömungen des Islam gesehen? Antworten auf diese Fragen sucht Dr. Gabriele Berrer-Wallbrecht in ihrem Vortrag. Die Referentin hat Islamwissenschaften, Politologie und Völkerkunde in Berlin, Beirut und Saarbrücken studiert.

Ort Stadtbibliothek DG, Ladenburg
Termin Do., 09.10.2025, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr Der Eintritt ist frei, eine Spende willkommen.

● **Die NATO-Osterweiterung - Putins Legende vom gebrochenen Versprechen**

252-V10101

vhs Heddeshheim

Unter dem Titel „Die NATO-Osterweiterung – Putins Legende vom gebrochenen Versprechen“ bietet der renommierte Osteuropa-Historiker und Gorbatschow-Biograf Dr. Ignaz Lozo aufschlussreiche Einblicke in die komplexen historischen und politischen Zusammenhänge von 1990 bis in die heutige Zeit, die oft vereinfacht dargestellt werden.

In seinem Vortrag beleuchtet er die Hintergründe des Vorwurfs, der Westen habe Russland durch die Nato-Osterweiterung getäuscht. Er analysiert die Rolle dieses Mythos in der aktuellen russischen Politik. Die Veranstaltung soll aufschlussreiche Perspektiven auf ein Thema eröffnen, das die geopolitische Lage Europas maßgeblich beeinflusst hat und das von Putin als Vorwand zur Legitimierung eines völkerrechtswidrigen Angriffskriegs genutzt wurde. Auch für weitere aktuelle Aspekte in diesem Themenfeld steht er zur Verfügung.

Interessierte sind herzlich eingeladen, sich mit einem der erfahrensten Experten auf diesem Gebiet auseinanderzusetzen.

Ignaz Lozo ist promovierter Historiker, Buch- und Filmautor und war TV-Korrespondent in Moskau. 2021 wurde er von der Johannes Gutenberg-Universität Mainz ausgezeichnet als einer von 75 Absolventen und Absolventinnen der Nachkriegsgeschichte, die Herausragendes geleistet haben.

Dr. Ignaz Lozo hat mit „Gorbatschow. Der Weltveränderer“ die weltweit erste Biografie eines Historikers über den früheren Kreml-Chef vorgelegt. Sie erschien 2024 aktualisiert und erweitert mit einem hintergründigen Blick auf den Untergang der Sowjetunion, die NATO-Osterweiterung und den russischen Krieg gegen die Ukraine, dessen Beginn Gorbatschow noch erlebte.

Anmeldung: Direkt über die vhs Heddeshheim!

Ort Bürgerhaus Heddeshheim, Pflug
Termin Di., 04.11.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr Die Veranstaltung ist kostenfrei. Wir bitten um Anmeldung, denn die Plätze sind begrenzt.



Kultur	8
Theater	8
Literatur	8
Fotografie	9
Kultur und Gesellschaft	10
Kunst	11
Kunsthandwerk	12
Nähen	13

Theater

• Entdecke deine Spielfreude! Mit „TiL“, der Theaterinitiative Ladenburg

252-20000

Tobias Schindler

Auf die Bühne, fertig, los!
Du bist mindestens 16 Jahre alt, hast Lust, Theater zu spielen, und/oder Spaß an Theaterarbeit hinter der Bühne? Dann komm zu uns!! Wir sind ein bunt gemischter Haufen von Amateurschauspielenden und erarbeiten jedes Jahr ein Theaterstück unserer Wahl. Wir treffen uns immer mittwochs von 19:30 bis 22:00 Uhr in der Wallstadter Straße 36-38. Zusätzlich zu den Proben beschäftigen wir uns auch mit Schauspiel-, Improvisations-, Stimm- und Körpertraining.



Ort	TiL-Proberaum, Wallstadter Straße 36-38
Termin	Mi., 17.09.2025 - 17.12.2025, 19:00 – 21:15 Uhr, 13 Abende
Gebühr	13,00 €

Literatur

• Lesen Sie auch so gerne?

252-20100

Angelika Arns

Lesen Sie auch so gerne und finden nie jemanden, mit dem Sie über Ihre Eindrücke reden können?
Genau hier wollen wir mit unserem Gesprächskreis über aktuelle Literatur Abhilfe schaffen.
Im Abstand von drei Wochen liest jeder das gleiche Buch und gemeinsam werden wir dann darüber sprechen – kein akademisches „Interpretieren und Analysieren“, sondern vielmehr eine persönliche Aussprache darüber, wie die Lektüre auf die unterschiedlichen Leser gewirkt hat. Dabei freuen wir uns auf möglichst lebhaft und kontroverse Gespräche.

- 15.09.25: Daniel Kehlmann, Lichtspiele (geb., 480 S.)
- 13.10.25: Elisabeth Strout, Am Meer (geb., 288 S.)
- 10.11.25: Nora Bossong, Schutzzone (TB, 332 S.)
- 08.12.25: Ulrike Draesner, Kanalschwimmer (TB, 176 S.)

Ort	Stadtbibliothek EG, Ladenburg
Termin	Mo., 15.09.2025 - 08.12.2025, 19:00 – 20:30 Uhr, 4 Abende
Gebühr	32,00 € zuzüglich Preis für die zu besorgenden Bücher.

• Workshop: Wie ein Roman entsteht

252-20112

Kristin Wolz

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie aus einer Idee ein Roman wird? In diesem inspirierenden Workshop gewährt Ihnen Autorin Kristin Wolz persönliche Einblicke in ihren Schreibprozess: von der ersten Idee über das Plotten und Recherchieren bis hin zu Schreibblockaden und der finalen Überarbeitung. Anhand ihres Romans „Lisas Labyrinth“ nimmt sie Sie mit auf die spannende Reise von der Idee zum Buch. Neben Lesepassagen gibt es Raum für Fragen und Austausch – und wer möchte, kann auch erste eigene Ideen entwickeln. Egal ob Sie selbst schreiben, davon träumen oder einfach mal hinter die Kulissen schauen wollen: Herzlich willkommen!
Bitte Block und Schreibutensilien mitbringen.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4
Termin Mi., 19.11.2025, 19:00 – 22:00 Uhr
Gebühr 15,00 €

Fotografie

• Fototreff

252-20300

Dr. Heinz Müller



Der Fototreff Ladenburg ist eine engagierte Gruppe von ambitionierten Fotoamateuren aus der Region. Wir unterstützen uns gegenseitig, um neue Techniken, inspirierende Bildgestaltungen und spannende Herausforderungen beim Fotografieren kennenzulernen. Wir laden alle Interessenten ein, bei unseren Treffen in der VHS Ladenburg und online an Bildbesprechungen, Diskussionen, Planung von Exkursionen und gemeinsamen Aktionen teilzunehmen. Schnuppert gerne einmal in unsere Treffen hinein. In der Regel treffen wir uns am ersten Dienstag im Monat in der VHS und am dritten Dienstag online, jeweils um 16.30 Uhr.

Die aktuellen Termine findet ihr auf der Homepage der VHS. Weitere Einblicke in unsere Aktivitäten zeigt unsere Webseite <http://www.fototreff-ladenburg.de/>

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4
Termin Di., 09.09.2025 - 16.12.2025,
16:30 – 18:00 Uhr, 8 Tage
Gebühr 12,00 €

Seitenweise

BÜCHER AM MARKT

Spannende Lektüre für Schule & Privat. ✓

Lernmaterialien & Trainingshefte für alle Fächer. ✓

Geschenkkörbe & Geburtstagskörbe. ✓

Klassensätze und Direktlieferung an die Schule. ✓

800 000 Bücher von heute auf morgen. ✓

SEITENWEISE
BÜCHER AM MARKT
Marktplatz 2
68526 Ladenburg

Tel.: 0 62 03 -58 48
WhatsApp: 0176 - 4422 3654
www.seitenweise-bam.de
info@seitenweise-bam.de

MO. -FR. 9.00 - 13.00
15.00 - 18.00
SAMSTAG 9.00 - 13.00
MI-Nachmittag geschlossen

Kultur und Gesellschaft

• Superhirn – Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner

252-21010

Helmut Lange

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

Ort **Online-Kurs**

Termin **Do., 09.10.2025, 19:00 – 21:30 Uhr**

Gebühr **28,00 €**

• Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt

252-21011

Helmut Lange

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

Ort **Online-Kurs**

Termin **Di., 21.10.2025, 19:00 – 21:30 Uhr**

Gebühr **28,00 €**

• 5 Wege zu einem perfekten Gedächtnis

252-21012

Helmut Lange

Das Denken und Lernen sind zu einem großen Teil durch die Schulzeit geprägt. Wenn Sie als Lernender an Fort- und Weiterbildungen teilnehmen, greifen Sie meist auf althergebrachtes Lernverhalten zurück und wundern sich, dass kaum etwas hängen bleibt. Dabei kann Lernen so einfach sein, wenn Sie nur ein paar Merktechniken anwenden. Wenn Sie also in Zukunft Zahlen, Daten, Fakten, Vokabeln, Namen und Gesichter schnell und sicher behalten möchten, dann lassen Sie sich von einem kreativen und einflussreichen Gedächtnistrainer inspirieren. Denn Ihr Gehirn kann viel mehr, als Sie denken. Sie bekommen faszinierende Gedächtnistechniken von dem professionellen Andragogen Helmut Lange vermittelt.

Schon während des Seminars kann Ihre Merkfähigkeit um 300 % gesteigert werden. Danach werden Sie nicht mehr lernen, weil Sie müssen, sondern weil Sie wollen! Just for fun! Der Online-Kurs spricht jeden an, ob Schüler, Studenten, Berufstätige oder Senioren – probieren Sie es gerne aus!

Ort **Online-Kurs**

Termin **Sa., 25.10.2025, 09:00 – 16:30 Uhr**

Gebühr **60,00 €**

• Superhirn – Namen und Gesichter merken!

252-21013

Helmut Lange

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

Ort **Online-Kurs**

Termin **Do., 02.10.2025, 19:00 – 21:30 Uhr**

Gebühr **28,00 €**

• KI im Alltag – Ihr digitaler Assistent für mehr Lebensqualität

252-21014

Helmut Lange

Als Experte für KI und digitales Marketing biete ich einen praxisnahen Kurs an, der Ihnen zeigt, wie Sie KI gewinnbringend in ihrem täglichen Leben einsetzen können. Der Kurs richtet sich an alle jeden Alters, die ihren Alltag effizienter und angenehmer gestalten möchten – ohne Vorkenntnisse. Kursinhalte werden anhand einer unterhaltsamen Geschichte vermittelt, die zeigt, wie KI in verschiedenen Lebenssituationen helfen kann. Von der kreativen Nutzung von Essensresten über intelligentes Dating bis hin zur Reiseplanung – die Teilnehmer erlernen praktische Anwendungen, die ihnen Zeit und Energie sparen. Ihr Dozent Arno S. Schimmelpfennig ist ein Experte mit über 13 Jahren Erfahrung in digitaler Transformation und KI-Strategieberatung.

Ort **Online-Kurs**

Termin **Mi., 15.10.2025, 18:30 – 21:00 Uhr**

Gebühr **28,00 €**

Kunst

• Entspannendes Malen am Vormittag

252-22000

Klaus Grögerchen

Wir malen – je nach Interesse – auf Papier, Karton oder Leinwand mit Aquarell-, Acryl-, Guoache- oder Dispersionsfarben nach eigenen Ideen und nach gemeinsamen Aufgabenstellungen.

Ziel ist der Austausch untereinander und eine individuelle Interpretation der Themen im Einklang mit den Fähigkeiten der einzelnen Kursteilnehmer.

Anfänger und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen.

Am ersten Vormittag werden die Materialien gestellt bzw. für die Folgetermine besprochen.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Termin Mi., 24.09.2025 - 05.11.2025,
09:30 – 11:30 Uhr, 6 Vormittage

Gebühr 64,00 €

• Entspannendes Malen am Vormittag

252-22001

Klaus Grögerchen

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 252-22000

Am ersten Vormittag werden die Materialien gestellt bzw. für die Folgetermine besprochen.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Termin Mi., 12.11.2025 - 17.12.2025,
09:30 – 11:30 Uhr, 6 Vormittage

Gebühr 64,00 €

• Zentangle® – in die Entspannung zeichnen

252-22005

Andrea Kumpf-Blänsdorf

Zentangle® ist eine von Maria Thomas und Rick Roberts in den USA entwickelte meditative Zeichenmethode. Durch das Zeichnen strukturierter Muster kommt das Denken zur Ruhe und Körper und Geist werden in einen konzentrierten und achtsamen Zustand versetzt. Während der Fokus neu ausgerichtet wird und sich die Aufmerksamkeit in einen Zustand verlagert, der neue Gedanken und Perspektiven ermöglicht, entstehen ganz nebenbei kleine Kunstwerke. Die Methode baut auf elementaren Formen (z.B. Strich, Punkt, S-Kurve) auf, sodass sie jeder ohne Vorkenntnisse erlernen kann.

Inhalt dieses Einsteigerkurses sind der Ursprung der Zentangle®-Methode, ihre einzelnen Schritte sowie das Lernen und Kombinieren verschiedener einfacher Muster. Das Material für alle Kurstermine wird von der Dozentin mitgebracht!

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Termin Mi., 08.10.2025 - 22.10.2025,
18:00 – 20:00 Uhr, 3 Abende

Gebühr 32,00 €

Materialkosten in Höhe von 10,00 € werden vor Ort bezahlt.

• Zentangle® – die (Entspannungs-) Reise geht weiter

252-22006

Andrea Kumpf-Blänsdorf

Wir bauen auf dem Erlernten aus dem Zentangle®-Grundlagenkurs auf und vertiefen die Einsicht in die Zentangle-Methode. Neben der Erweiterung der eigenen Mustersammlung beschäftigen wir uns mit der Balance zwischen den einzelnen Mustern und verfeinern unseren Schattier-Stil. Wir lernen florale, geometrische und Bandmuster kennen und beschäftigen uns mit den vielfältigen Möglichkeiten von Musterkombinationen und Variationen.

Voraussetzung für diesen Kurs ist die Teilnahme an dem Zentangle®-Grundlagenkurs.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Termin Mi., 05.11.2025 - 19.11.2025,
18:00 – 20:00 Uhr, 3 Abende

Gebühr 32,00 €

Materialkosten in Höhe von 10,00 € werden vor Ort bezahlt.

• Malen mit neuen Mitteln

252-22012

Peter Schmidt-Grüne

Zum Anfertigen von Bildern gehört der Pinsel – oder?

Nichts spricht dagegen; doch ist es nicht interessanter, Neues auszuprobieren?

Schon mit einem einfachen Maurerspachtel lassen sich richtig schöne Gemälde anfertigen – aber auch mit einem Schaschlikspieß, einem Schmutzradierer, einem Kamm und sogar einer Nudelrolle! Sie glauben es nicht? Trauen Sie sich, Neues auszuprobieren!

Am Anfang steht meist eine fotografische Vorlage aus der Natur.

Wir können sie natürlich 1:1 mit dem Pinsel abmalen. Abgesehen davon, dass wir dazu viel mehr Zeit brauchen als für die alternative Methode, macht die neue Malweise richtig Spaß.

Lachen ist erlaubt, ja sogar erwünscht in dieser Gruppe von Freunden, die sich auf Zuwachs freut. Ob Anfänger oder fortgeschritten, jede*r ist willkommen.

Bitte mitbringen: Acryl- oder Gouache- bzw. Temperafarben (was Sie ohnehin zu Hause haben). Malpapier kann gestellt werden.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Termin Mi., 17.09.2025 - 03.12.2025,
09:30 – 12:00 Uhr, 9 Vormittage

Gebühr 120,00 €

• Aquarellmalerei

252-22020

Christian Schura

Der Kurs bietet eine solide Basis, Techniken der Aquarellmalerei (Trockentechnik, Nass-in-Nass-Technik) zu erlernen und wirkungsvoll einzusetzen.

Ausdrucksvolles Stillleben, Naturmotive von Bildvorlagen oder mitgebrachten Objekten, führen Schritt für Schritt zu faszinierenden Ergebnissen. Jedes Motiv wird individuell besprochen und demonstriert.

Der Kurs ist für Anfänger ebenso wie für Fortgeschrittene, aber auch für angehende Studenten der Fachrichtung Grafik-Design geeignet.

Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Bitte mitbringen:

Aquarellpapier 250 oder 300 g, A4 oder A3, Aquarellfarben (z.B. kleiner Aquarellkasten von Schminke oder andere), Pinsel. Skizzenblock, Bleistift, Buntstifte, Radiergummi, Spitzer.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Termin Bitte beachten Sie, dass dieser Kurs Semester-übergreifend ist und ab Januar 2026 fortgesetzt wird! Auf unserer Homepage können Sie sich alle Kurstage anzeigen lassen.

Gebühr 86,00 €

Kunsth Handwerk

• Filzkurs Blütengirlande

252-23300

Jannine Weimer

Möchten Sie Ihrer Kreativität freien Lauf lassen und die Welt des Filzens entdecken? Dann ist unser Filzkurs genau das Richtige für Sie! Lernen Sie in einem entspannten Umfeld, wie Sie wunderschöne Blütengirlanden aus Filz herstellen können. Was Sie mitbringen sollten: Kreativität und Freude am Gestalten. Erleben Sie die meditative Kunst des Filzens und nehmen Sie Ihr eigenes handgefertigtes Kunstwerk mit nach Hause. Egal, ob Sie Anfänger sind oder schon Erfahrung im Filzen haben, dieser Kurs bietet für jeden Teilnehmer spannende Herausforderungen und neue Techniken.

Ort FilzBar, Hauptstraße 7, Ladenburg

Termin Di., 23.09.2025, 18:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 16,00 €
Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden vor Ort bezahlt.

• Ikebana

252-23320

Keiko Terai-Bierbrauer

Die Kunst des Ikebana, auf Deutsch „lebendige Blume“, ist seit dem 8. Jahrhundert tief in der japanischen Kultur verwurzelt.

Eine Meisterin der Ohara-Schule vermittelt Ihnen die alte und modernisierte Kunst des Blumen-Arrangements.

Bitte mitbringen:

Ikebana- oder kleine Gartenschere, eine flache Schale (ca. 20-25 cm Durchmesser), Schreibutensilien und einen Kenzan-Blumenigel (mindestens 300 g).

Der Blumenigel und die Ikebana-Schale sind auch über die Dozentin erhältlich.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Termin Do. 25.09.2025, 19:15 – 21:00 Uhr

Do. 02.10.2025, 19:15 – 21:00 Uhr

Do. 16.10.2025, 19:15 – 21:00 Uhr

Do. 06.11.2025, 19:15 – 21:00 Uhr

Do. 20.11.2025, 19:15 – 21:00 Uhr

Do. 04.12.2025, 19:15 – 21:00 Uhr

Gebühr 66,00 €
Materialkosten werden je Kurstag vor Ort bezahlt.
Anfänger ca. 5,00 €,
Mittelstufe ca. 6,00 € - 7,00 €,
Fortgeschrittene ca. 6,00 € - 8,00 €

• Gold- und Silberschmieden

252-23330

Jonas Herrmann

In diesem Workshop werden die Grundkenntnisse des Goldschmiedens nähergebracht. Werkzeuge und Maschinen sowie das Material (Silber 925) werden von dem Dozenten zur Verfügung gestellt und am Ende des Kurses berechnet. Jeder Kursteilnehmer kann sein eigenes Schmuckstück anfertigen (Ring, Ohrring, Anhänger; Kosten ca. 70,00 € bis 120,00 €). Es wird darauf geachtet, dass das Schmuckstück bis Ende des Workshops fertiggestellt ist. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Termin Sa., 11.10.2025, 10:00 – 18:00 Uhr

Gebühr 65,00 €
Mietgebühr für Werkzeug und Maschinen (ca. 18,00 €) sowie die Kosten für das Schmuckstück werden vor Ort bezahlt.

• Perlen + Ketten (verarbeiten und reparieren)

252-23350

Julia Strähle

In diesem Kurs können Sie Ihre eigenen Perlen und Ketten verarbeiten und reparieren:

1. neu aufziehen (evtl. knüpfen)
2. neu gestalten, kürzen, verlängern
3. neue Verschlüsse anbringen

Folgende Materialien können im Kurs bei der Kursleiterin erworben werden:

- Perlen aus Edelsteinen, Glas, Zuchtperlen
- Zwischenteile aus echtem Silber (auch vergoldet) + Metall
- Verschlüsse (Karabiner, S-Haken, Magnet)

Werkzeug steht zur freien Verfügung.

Ort	VHS, Altes Rathaus, Raum 7
Termin	Do., 20.11.2025 - 27.11.2025, 18:00 – 20:15 Uhr, 2 Abende
Gebühr	25,00 € Materialkosten werden je nach Verbrauch vor Ort bezahlt.

• Tücher, Schals und Loops stilsicher binden

252-23360

Nadine Münch

Wir lernen, Tücher, Schals und Loops richtig und stilsicher, ohne viele Hilfsmittel kreativ, schick und alltagstauglich zu binden – einfallloses Herumschlingen ist damit passé. Es werden viele verschiedene Kombinationen und Trageweisen gezeigt und geübt. Der Mitmach-Workshop lebt davon, Dinge im Kurs aktiv auszuprobieren und mit den beliebten Accessoires letztlich jedes Outfit aufwerten zu können.

Bitte mitbringen: Tücher, Schals, Loops sowie einen kleinen Standspiegel

Ort	VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Termin	Mi., 15.10.2025, 18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr	13,00 € Kopierkosten in Höhe von 2,00 € werden direkt bei der Dozentin bezahlt.

• Adventskränze aus Naturmaterialien

252-V10100

vhs Heddeshheim

Der Duft von frischem Tannengrün liegt in der Luft, die Tage werden kürzer – es ist Adventszeit! In unserem stimmungsvollen Workshop laden wir dich ein, einen ganz besonderen Adventskranz zu gestalten – ganz im Zeichen der Natur. Unter dem Motto „Natur pur“ arbeiten wir mit natürlichen Materialien wie Zapfen, Fruchtständen, Moos, Tannenzweigen und vielem mehr. Gemeinsam gestalten wir einzigartige Adventskränze, die nicht nur schön aussehen, sondern auch die Ruhe und Wärme der Winterzeit in dein Zuhause bringen. Was dich erwartet:

- Einführung in verschiedene Naturmaterialien und deren Verarbeitung
- Kreative Anleitung zum Binden und Dekorieren deines individuellen Adventskranzes
- Entspannte Atmosphäre mit winterlicher Musik, Tee und kleinen Leckereien
- Alle Materialien werden gestellt – du brauchst nur gute Laune und Lust auf Kreativität!

Für wen ist der Workshop geeignet?

Für alle, die Lust auf eine kreative Auszeit haben – egal ob Anfänger*in oder Bastelprofi.

Lass dich inspirieren von der Vielfalt der Natur und gestalte deinen ganz persönlichen Adventskranz – ein natürliches Highlight für die Vorweihnachtszeit!

Bitte bringe deine eigenen Kerzen und Kerzenhalterungen mit. Dozentin: Jana Krob, Gestalterin für Blumenkunst

Anmeldung: Direkt über die vhs Heddeshheim!

Ort	Baumschule Jäger, Neuzeilsheim 7
Termin	Sa., 22.11.2025, 10:00 – 12:00 Uhr
Gebühr	74,00 € inkl. 59,00 € für das weitere Material, Tee und Leckereien

Nähen

• Zuschneiden, Nähen und Ändern

252-25000

Gaby Nowack

Lust auf selbst genäht? Entschließen Sie sich fürs Mitmachen und nähen Sie für sich oder andere individuelle Kleidungsstücke, Heimtextilien oder Wohnaccessoires. Auch Nähanfängerinnen sind in diesem Kurs willkommen. Richtiges Maßnehmen sowie Schnittveränderungen werden während des Kurses durchgeführt. Dabei stehen perfekte Passformen und rationelle Nähetechniken im Vordergrund.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Stoff, Schnitt, Zuschneideschere, Stecknadeln, Maßband und Schneiderkreide.

Ort	Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2, Raum 2.111
Termin	Mo., 15.09.2025 - 24.11.2025, 18:00 – 21:00 Uhr, 10 Abende
Gebühr	160,00 €



Gesundheit	14
Yoga	14
Pilates	17
Entspannung	18
Fitness und Bewegung	19
Aqua-Kurse	19
Körper und Seele	20
Kochen und Backen	22
Ernährung	23

Förderung durch die Krankenkassen

Im Bereich Gesundheit bietet Ihnen unser Programm ein hochwertiges Angebot an Kursen zur Gesundheitsförderung und primären Prävention. Als Einrichtung in öffentlicher Verantwortung sichern und entwickeln wir systematisch die Qualität unseres Gesundheitsangebotes weiter. Wir sind den hohen Qualitätsstandards unseres vhs-Verbandes verpflichtet. Eine vhs-Teilnahmebescheinigung stellen wir Ihnen gerne nach Ende Ihres Gesundheitskurses mit umfangreichen Angaben zum Kurs (ohne Bestätigung einer Prüfung nach § 20, SGB V) aus, wenn Sie an mindestens 80 % der Kursstunden teilgenommen haben. Die Teilnahme an Gesundheitskursen kann von den Krankenkassen gefördert werden. Die Krankenkassen und die Zentrale Prüfstelle Prävention der Krankenkassen (ZPP) legen dabei jeweils eigene Erstattungskriterien im Sinne des § 20, SGB V zugrunde, die sich untereinander und von den hohen Standards der Volkshochschulen unterscheiden. Ob und wie Ihre Kursteilnahme gefördert wird, bitten wir Sie deshalb direkt mit Ihrer Krankenkasse zu klären.

Bonusprogramme:

Für einen Eintrag in Ihrem KK-Bonusheft gehen Sie bitte mit Ihrer vhs-Anmeldebestätigung zu Ihrer Krankenkasse.

Yoga

• Yoga

252-30000

Jürgen Fesser

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

Ort Stadtbibliothek DG, Ladenburg

Termin Mo., 15.09.2025 - 08.12.2025,
17:30 – 19:00 Uhr, 12 Abende

Gebühr 120,00 €

• Yoga

252-30001

Jürgen Fesser

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

Ort Stadtbibliothek DG, Ladenburg

Termin Mo., 15.09.2025 - 08.12.2025,
19:00 – 20:30 Uhr, 12 Abende

Gebühr 120,00 €

● **Yogilates**

252-30002

Jürgen Fesser

Yogilates ist eine Mischung aus Yoga und Pilates.
Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

Ort Stadtbibliothek DG, Ladenburg
Termin Mi., 17.09.2025 - 10.12.2025,
18:00 – 19:30 Uhr, 12 Abende
Gebühr 120,00 €

● **Yogilates**

252-30003

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 252-30002
Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

Ort Stadtbibliothek DG, Ladenburg
Termin Mi., 17.09.2025 - 10.12.2025,
19:30 – 21:00 Uhr, 12 Abende
Gebühr 120,00 €

● **Hatha-Yoga für Körper, Geist und Seele
– für jedes Alter und Fitnessniveau**

252-30010

Katja Markmann-Schmitz

Mit Hatha-Yoga stärken wir unsere Körper-Systeme, insbesondere das Muskel-Skelett-System mit dem Schwerpunkt Wirbelsäule/Rücken/Nacken. Präventiv gehen wir insbesondere gegen Alltagsprobleme wie Rückenschmerzen und Nackenverspannungen vor, indem wir unsere Wirbelsäule mobilisieren und dabei unseren Körper bewusst spüren. Wir erfahren, wie sich eine aufrechte Haltung anfühlt und wie wir sie in unserem Alltag umsetzen können.

Durch kleine Meditationen und Atemübungen beruhigen wir unseren Geist, lassen los und entspannen. Unsere Aufmerksamkeit lenken wir dabei auf positive Empfindungen. Dies wirkt sich harmonisierend auf unseren seelischen Zustand aus.

Die Dozentin erläutert die Wirkungen der jeweiligen Übungen, geht individuell auf die Teilnehmer und ihre Fragen ein und bietet ggf. Ersatzübungen an.

Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke für die Entspannungsphasen.

Ort Lobdengauhalle, Gymnastikraum
Termin Mo., 15.09.2025 - 01.12.2025,
19:00 – 20:30 Uhr, 10 Abende
Gebühr 100,00 €

● **Hatha-Yoga für Körper, Geist und Seele
– für jedes Alter und Fitnessniveau**

252-30015

Katja Markmann-Schmitz

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 252-30010
Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke für die Entspannungsphasen.

Ort Bürgerhaus "Hirsch", Raum 1+2 im 1. OG (über die Sandsteintreppe)
Termin Mi., 17.09.2025 - 03.12.2025,
19:30 – 21:00 Uhr, 10 Abende
Gebühr 100,00 €

● **Kundalini Yoga
Teilnahme auch online möglich**

252-30020

Nina Siebert

Dynamische und kraftvolle Körperübungen, gefolgt von Tiefenentspannung und einer Meditation, sorgen für ein neues körperliches und mentales Gleichgewicht.

Durch gezielte Übungen wird das Nervensystem gestärkt, die allgemeine Beweglichkeit verbessert und ein wertvoller Beitrag zur Gesunderhaltung des Körpers bewirkt.

Die Meditationen fördern den bewussten Umgang mit den eigenen Emotionen und den daraus resultierenden Folgehandlungen.

Bei Online-Teilnahme: Die Zugangsdaten (Zoom-Link) werden vor Kursbeginn mitgeteilt.

Ort Mukande, Bahnhofstr. 32, Ladenburg
Termin Mo., 22.09.2025 - 08.12.2025,
19:30 – 21:00 Uhr, 11 Abende
Gebühr 110,00 €

● **Kundalini Yoga
Teilnahme auch online möglich**

252-30021

Nina Siebert

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 252-30020
Bei Online-Teilnahme: Die Zugangsdaten (Zoom-Link) werden vor Kursbeginn mitgeteilt.

Ort Mukande, Bahnhofstr. 32, Ladenburg
Termin Mi., 24.09.2025 - 10.12.2025,
19:30 – 21:00 Uhr, 11 Abende
Gebühr 110,00 €

● Kundalini Yoga zum Kennenlernen Teilnahme auch online möglich

252-30024

Nina Siebert

Ein sanfter Weg, das Kundalini Yoga zu erfahren und für sich zu nutzen. Ohne Druck und Stress probieren wir sanfte Übungsreihen, die gut auch für Anfänger*innen und Menschen ohne große körperliche Fitness ausführbar sind. Gefolgt von Tiefenentspannung und einer Meditation, wird ein neues körperliches und mentales Gleichgewicht gefunden. Die Meditationen fördern den bewussten Umgang mit den eigenen Emotionen und deren daraus resultierenden Folgehandlungen.

Bei Online-Teilnahme: Die Zugangsdaten (Zoom-Link) werden vor Kursbeginn mitgeteilt.

Ort Mukande, Bahnhofstr. 32, Ladenburg

Termin Mi., 24.09.2025 - 10.12.2025,
17:30 – 19:00 Uhr, 11 Abende

Gebühr 110,00 €

● Entspannungs- & Meditation für Schwangere Teilnahme auch online möglich

252-30028

Nina Siebert

Es werden sehr sanfte und speziell für die Zeit der Schwangerschaft konzipierte Übungsreihen aus dem Kundalini Yoga praktiziert. Ergänzt wird das Kursprogramm mit einer Tiefenentspannung und anschließender kurzer meditativer Praxis. Die Wirkung von Yoga kann auch vom noch ungeborenen Kind gut erfahren und integriert werden. Man braucht keine Vorkenntnisse im Yoga. Yoga-Anfängerinnen sind sehr willkommen.

Die Yogastunden möchten Ruhe und Kraft spenden und somit auch mögliche Sorgen und Ängste in Bezug auf die Geburt minimieren. Der Einstieg in den Kurs ist in jeder Schwangerschaftswoche möglich und nach Rücksprache mit dem Arzt, der Ärztin, der Hebamme kann eine Teilnahme bis kurz vor der Entbindung möglich sein.

Bei Online-Teilnahme: Die Zugangsdaten (Zoom-Link) werden vor Kursbeginn mitgeteilt.

Ort Mukande, Bahnhofstr. 32, Ladenburg

Termin Do., 25.09.2025 - 11.12.2025,
17:30 – 19:00 Uhr, 11 Abende

Gebühr 110,00 €

● Yin Yoga

252-30038

Nadine Gonnenschorek

Yin Yoga stellt den idealen Ausgleich zu unserem oft hektischen Alltag dar. Die Yin-Energie steht gemäß der chinesischen Philosophie für Weiblichkeit, Annahme und das Loslassen. Daher begeben wir uns in diesem Kurs in sowohl sanfte als auch intensive Dehnungen, die in der Regel zwischen zwei

und fünf Minuten gehalten werden. Auf diese Weise kannst du vollkommen entspannen und dehnt zudem dein Fasziengewebe, stärkst das Bindegewebe und mobilisierst deine Gelenke. Meditative Elemente und der Fokus auf den Atem geben dir die Möglichkeit, noch tiefer in die Entspannung einzutauchen. So ist dieser Kurs eine Wohltat für Körper, Geist und Seele.

Bitte mitbringen: Yogamatte und bequeme, warme Kleidung. Hilfreich sind zudem eine Decke für Entspannungsphasen sowie ein Yogabolster oder großes festes Kissen als Hilfsmittel in den Dehnübungen.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Termin Mo., 15.09.2025 - 24.11.2025,
19:00 – 20:00 Uhr, 10 Abende

Gebühr 68,00 €

● Hatha Flow Yoga

252-30039

Nadine Gonnenschorek

Finde in diesem Hatha Flow Yogakurs die perfekte Balance zwischen Körper, Geist und Seele. Die dynamische und dennoch mit sanften Elementen versehene Praxis vereint die traditionellen Prinzipien des Hatha Yoga mit fließenden Bewegungen und einer bewussten Atemführung. Der Kurs zielt darauf ab, deine Flexibilität zu verbessern, deine Muskeln zu kräftigen und deine Konzentrationsfähigkeit zu fördern. Zusätzlich führen dich meditative Elemente am Anfang und Ende der Praxis sowie der Fokus auf den Atem in einen Zustand tiefer Entspannung und verbessern so dein allgemeines Wohlbefinden.

Bitte mitbringen: Yogamatte und bequeme Kleidung. Hilfreich sind zudem eine Decke für Entspannungsphasen sowie ein Yogablock als Hilfsmittel.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Termin Mo., 15.09.2025 - 24.11.2025,
17:00 – 18:30 Uhr, 10 Nachmittage

Gebühr 100,00 €

● Vinyasa Power Yoga

252-30040

Petra Wassmer

Vinyasa Yoga ist eine körperbetonte Form des Yoga, bei der die Asanas fließend ineinander übergehen. Ziel ist es, Atem und Bewegung zu synchronisieren, Körper und Geist zu stabilisieren und zu zentrieren.

Bitte sportliche Kleidung und eine rutschfeste Unterlage/Matte mitbringen sowie etwas zum Drüberziehen für die Endentspannung.

Ort Bürgerhaus "Hirsch", Saal

Termin Mo., 15.09.2025 - 01.12.2025,
19:30 – 21:00 Uhr, 11 Abende

Gebühr 110,00 €

Pilates

• Körpertraining nach der Pilates-Methode

252-30100

Jürgen Fesser

Pilates ist eine Body-Mind-Methode, die den ganzen Körper formt und streckt, d. h. sie ist eine ganzheitliche Methode, die Körper und Geist einbezieht. Der Schwerpunkt liegt in der effektiven Verbesserung der Haltung, der Körper wird geformt, gestrafft und ins Gleichgewicht gebracht.
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Ort Stadtbibliothek DG, Ladenburg

Termin Di., 16.09.2025 - 09.12.2025,
18:00 – 19:00 Uhr, 12 Abende

Gebühr 80,00 €

• Körpertraining nach der Pilates-Methode

252-30101

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 252-30100
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Ort Stadtbibliothek DG, Ladenburg

Termin Di., 16.09.2025 - 09.12.2025,
19:00 – 20:00 Uhr, 12 Abende

Gebühr 80,00 €

**Ihre Druckerei für
Unternehmen & Vereine
zuverlässig • schnell • preiswert**

Plakate Flyer Broschüren Visitenkarten Briefbogen uvm.



weik druck & design

Wallstadter Straße 17 · 68526 Ladenburg · Telefon 0 62 03 / 24 69

info@weikdruck.de · www.weikdruck.de

Entspannung

• Qigong

252-30300

Hubert Fröhlich

Qigong-Übungen sind sehr alte heilgymnastische Übungen. Sie sind eine harmonische Verbindung von Aufmerksamkeit, Atmung und Bewegung. Der Körper erfährt Geschmeidigkeit ohne Anstrengung und einen sicheren Stand. Die Übungen folgen dem daoistischen Prinzip, sich Energie zuzuführen, ohne sich zu verausgaben.

Qigong ist bestens geeignet, Beweglichkeit, Koordination und Aufmerksamkeit zu üben, Freude an Bewegung zu erleben und die eigene Gesundheit in die Hand zu nehmen. Sie schaffen sich neue Freiräume für Wohlbefinden und Lebensfreude.

Inhalt des Kurses sind die 18 Übungen des Taiji Qigong sowie die 8 edlen Brokatübungen. In entspannter Atmosphäre werden die einzelnen Figuren gemeinsam erlernt und geübt. Sie sind einfach und für jedes Alter geeignet. In diesem Kurs üben Neueinsteiger und Fortgeschrittene zusammen.

Bitte lockere Kleidung sowie flache Schuhe mitbringen.

Ort Musikschule, Lustgartenstraße 10, Raum 4

Termin Di., 23.09.2025 - 09.12.2025, 09:30 – 10:30 Uhr, 10 Vormittage

Gebühr 67,00 €

• Wirbelsäulen-Qigong

252-30303

Marion Meisenzahl

Die sanften Übungen des Wirbelsäulen-Qigong basieren auf den gleichen Grundlagen wie die Traditionelle Chinesische Medizin. Sie helfen Verspannungen und Blockaden entlang der Wirbelsäule zu lösen und den freien Fluss der Lebensenergie wiederherzustellen. Durch die Verbindung der Wirbelsäule zu allen Organen werden auch diese langfristig gestärkt. Geübt wird im Stehen, Sitzen und Liegen.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und Schuhe.

Ort Bürgerhaus "Hirsch", Saal

Termin Mo., 22.09.2025 - 01.12.2025, 17:00 – 18:00 Uhr, 10 Abende

Gebühr 67,00 €

• Tai-Chi-Chuan für Anfänger

252-30307

Hubert Fröhlich

Tai-Chi-Chuan ist eine alte asiatische Bewegungskunst mit wohl-tuenden Einflüssen auf Gesundheit und Befinden. Weiche, langsame und entspannende Bewegungsabläufe bauen Stress ab und fördern die innere Ausgeglichenheit. Auf den drei Ebenen Körper, Geist und Seele entfalten sich diese alten Weisheiten im Menschen von heute.

Wir üben die Kurzform des Yang-Stil. Dieser stellt vor allem die gesundheitlichen und meditativen Aspekte des Tai-Chi in den

Vordergrund und ist somit für jeden geeignet.

Zum Kursinhalt gehören neben der Tai-Chi-Form auch stilles Sitzen (Meditation) sowie ausgewählte Qigong-Übungen. Regelmäßiges Üben entfaltet die positive Wirkungsweise des Tai-Chi auf Körperhaltung, Atmung, Stoffwechsel und das vegetative Nervensystem. Die Kurse sind offen für Jung und Alt. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, flache Schuhe und eine Decke mit.

Ort Bürgerhaus "Hirsch", Saal

Termin Mi., 24.09.2025 - 10.12.2025, 18:00 – 19:15 Uhr, 10 Abende

Gebühr 84,00 €

• Tai-Chi-Chuan für Fortgeschrittene

252-30308

Hubert Fröhlich

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 252-30307

Die Kurse sind offen für Jung und Alt.

Neueinsteiger willkommen: Teil 1 der Form, Erdkreis, sollte bekannt sein.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, flache Schuhe und eine Decke mit.

Ort Bürgerhaus "Hirsch", Saal

Termin Mi., 24.09.2025 - 10.12.2025, 19:30 – 21:00 Uhr, 10 Abende

Gebühr 100,00 €

• MobilityFlow & Strength – Faszientraining, Core-Training & Stretching

252-31011

Annia Lara-Ohr

Dieser Kurs verbessert gezielt die Beweglichkeit, löst Verspannungen und fördert die Körperstabilität.

Durch spezielle Übungen wird das Bindegewebe elastischer, die Tiefenmuskulatur gestärkt und die Körpermitte gefestigt – für eine aufrechtere und gesunde Haltung. In abwechslungsreichen Einheiten kombinieren wir mobilisierende Bewegungen mit faszialem Training und Core-Übungen. Dynamische und statische Dehnungen, sanfte Federbewegungen und gezielte Kräftigungsübungen sorgen für eine ganzheitliche Aktivierung des Körpers. Dank individueller Anpassungen ist eine Teilnahme unabhängig vom Fitnesslevel möglich.

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ihre Beweglichkeit verbessern, Verspannungen lösen und ihre Körpermitte kräftigen möchten – unabhängig von Erfahrung oder Fitnessniveau. Die Übungen sind flexibel anpassbar und führen spürbar zu mehr Wohlbefinden und Mobilität.

Bitte mitbringen: Handtuch und Sportschuhe.

Ort Lobdengauhalle, Gymnastikraum

Termin Do., 18.09.2025 - 13.11.2025, 18:30 – 20:00 Uhr, 8 Abende

Gebühr 81,00 €

Fitness und Bewegung

• Kickbike-/Tretroller-Workshop

Für Teilnehmende ab 13 Jahren.

252-31012

Armin Schlager

Wir lernen ein altes Fortbewegungsmittel – den Tretroller – neu kennen. Moderne Tretroller mit großen Rädern, die mit Muskelkraft bewegt werden, sind gute Alternativen zum Fahrradfahren, Joggen, Skaten oder Skifahren. Tretrollerfahren fördert Fitness und Beweglichkeit.

Tretroller können vor Ort für 10,00 € ausgeliehen werden.

Ort Treffpunkt: vor dem Ladengeschäft, Raiffeisenstr. 4, 69493 Hirschberg

Termin Sa., 27.09.2025, 14:00 – 16:00 Uhr

Gebühr 14,00 €

• Gymnastik für Senioren

252-31017

Irmgard Trinkmann

In Zusammenarbeit mit dem Deutschen Roten Kreuz. Weitere Auskunft und Anmeldungen telefonisch unter der Nummer: 06203-5788.

Der Kurs ist ganzjährig, außer in den Schulferien.

Ort Feuerwehrgerätehaus, Wallstadter Str. 53

Termin Mi., 17.09.2025 - 17.12.2025, 10:15 – 11:15 Uhr, 13 Vormittage

Gebühr 23,00 € vierteljährlich.

Aquakurse

• Aqua-Fitness – Flachwasser für Einsteiger und Fortgeschrittene

252-31200

Carina Hütt

Aquafitness im Flachwasser ist viel mehr als nur Seniorensport. Egal, ob du deine Ausdauer verbessern, Muskeln stärken oder einfach nur etwas für dich und deine Gesundheit tun möchtest: Aquafitness bietet dir ein Rundum-Training, das dich von Kopf bis Fuß fordert. Mitreißende Musik und verschiedene Geräte, wie Pool-Nudeln oder Aqua-Hanteln, sorgen dafür, dass es nicht langweilig wird! Du wirst überrascht sein, wie schnell die Zeit im Wasser vergeht. Das Training im Flachwasser ist perfekt für alle, die gerne mal etwas Neues ausprobieren wollen – egal ob du eher noch am Anfang stehst oder schon Erfahrung hast. Es geht darum, sich wohlfühlen, Spaß zu haben und gemeinsam in der Gruppe aktiv zu sein. Dabei kannst du in deinem eigenen Tempo trainieren, ohne Druck! Also: Rein ins Wasser und los geht's!

Dieser Kurs ist für Fortgeschrittene und sichere Anfänger*innen. Risikogruppen, die nicht am Aquafitness-Kurs teilnehmen dürfen, sind Personen mit:

- Epilepsie
- Herzerkrankungen
- starkem Bluthochdruck
- ständiger Herz-Kreislauf-Störung

Achtung: Es handelt sich um einen Fitnesskurs und keinen Rehakurs! In diesem Format kann auf gesundheitliche und orthopädische Besonderheiten nicht eingegangen werden.

Nicht für Nichtschwimmer*innen geeignet!

Wichtig: Ausreichend Trinken – in bruchsicheren Flaschen! – mitbringen.

Der Kurs ist fortlaufend, die Kursabende finden also auch WÄHREND der Ferien statt.

Ort Hallenbad Ilvesheim

Termin Do., 02.10.2025 - 18.12.2025, 19:00 – 19:45 Uhr, 12 Abende

Gebühr 168,00 €
Eintritt ins Hallenbad inklusive.

• Aqua-Fitness – Flachwasser für Einsteiger und Fortgeschrittene

252-31201

Carina Hütt

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 252-31200

Ort Hallenbad Ilvesheim

Termin Do., 02.10.2025 - 18.12.2025, 20:00 – 20:45 Uhr, 12 Abende

Gebühr 168,00 €
Eintritt ins Hallenbad inklusive.

• Aqua-Fitness – Flachwasser für Einsteiger und Fortgeschrittene

252-31202

Silvia Hütt

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 252-31200

Ort Hallenbad Ilvesheim

Termin Di., 07.10.2025 - 16.12.2025, 19:00 – 19:45 Uhr, 11 Abende

Gebühr 154,00 €
Eintritt ins Hallenbad inklusive.

Körper und Seele

• **Waldbaden** **Achtsame Entschleunigung für Körper, Geist und Seele**

252-32000

Nina Pfister

Beim Waldbaden nehmen wir uns Zeit, werden langsam und legen daher auch keine großen Strecken zurück. Es geht um Achtsamkeit und Entschleunigung, Atmen und einfach Sein. Mit Übungen für die Sinne und die Achtsamkeit, mit Meditationen, Atemübungen und sanfter Bewegung erden wir uns und spüren uns selbst wieder, werden gelassener und ausgeglichener. Wir haben uns selbst im Fokus und können uns sogar aus unserem sich schnell drehenden Gedankenkarussell befreien. Gedanken an Sorgen, Schmerzen oder Herausforderungen haben keinen Platz, wenn wir in die achtsame Sinneswahrnehmung gehen. Unser Gehirn kann nämlich nur eine Sache: entweder denken oder wahrnehmen. Erleben Sie beim klassischen Waldbad, wie langsam „Schlendern“ sein kann und darf und wie Sie wieder mit offenen Augen die Natur in ihrer ganzen Schönheit wahrnehmen können.

Beachten Sie, dass wir drei Stunden zu Fuß im Wald unterwegs sein werden.

Der vereinbarte Termin findet bei jedem Wetter statt. Nur ab Windstärke 6, bei Unwetter, Sturm oder Gewitter muss er kurzfristig verschoben oder abgesagt werden.

Bitte mitbringen: Outdoor-taugliches festes Schuhwerk, bequeme Outdoor-Bekleidung, Sonnen- bzw. Regenschutz, Insekten- und Zeckenschutz, etwas zu trinken und ggf. ein kleiner Snack für die Pause.

Die Teilnahme erfolgt grundsätzlich auf eigene Gefahr.

Ort **Treffpunkt: Mannheim, Endhaltestelle der Linie 4a „Käfertaler Wald“ (Stiller Weg 52)**

Termin **Sa., 18.10.2025, 10:00 – 13:00 Uhr**

Gebühr **34,00 €**

• **„Hinfallen, aufstehen, Krone richten, weitergehen!“ Resilienz – das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft**

252-32010

Simone Herdrich

Das wünschen wir uns wohl alle: dass wir uns wie ein Stehaufmännchen von den alltäglichen Problemen, aber auch von schweren Schicksalsschlägen nicht unterkriegen lassen. In diesem Wochenend-Seminar erfahren Sie, welche Fähigkeiten und Handlungsmöglichkeiten Sie haben und wie Sie diese gewinnbringend einsetzen können, um Krisen erfolgreich zu bewältigen und gestärkt daraus hervorzugehen. Es erwartet Sie eine abwechslungsreiche Mischung aus einem kurzen theoretischen Input zu den sieben Säulen der Resilienz, vielen praktischen Übungen sowie einem gemeinsamen Austausch.

Die Kurszeit beinhaltet eine Pause von 13:00 Uhr bis 14:00 Uhr. Die Dozentin selbst ist u.a. Resilienz-Trainerin, Gesundheitsbeauftragte, Stressmanagement-Trainerin, Trainerin für Burnout-Prophylaxe, Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, Buntstifte, Isomatte/Wolldecke, Gegenstand, mit dem Sie sich vorstellen möchten.

Ort **VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

Termin **Sa., 11.10.2025, 10:00 – 17:00 Uhr**

Gebühr **40,00 €**

• **Einführung in die Welt der ätherischen Öle**

252-32013

Monika Gelle

Meistern Sie die täglichen Herausforderungen auf natürliche Weise. Entdecken Sie, wie Sie ätherische Öle gezielt einsetzen können, um Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht zu bringen. Ob Stressabbau, mehr Entspannung oder eine natürliche Stärkung für Ihr Immunsystem – ätherische Öle bieten vielfältige Einsatzmöglichkeiten.

Was erwartet Sie?

- Einführung in die wichtigsten ätherischen Öle und ihre Anwendungsmöglichkeiten
- Praktische Tipps für den Einsatz im Alltag
- Hintergrundwissen über die Herkunft und Wirkung der ätherischen Öle

Der Kurs richtet sich an alle, die sich für natürliche Alternativen zur Unterstützung ihres Alltags interessieren. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Ort **VHS, Altes Rathaus, Raum 2**

Termin **Di., 23.09.2025, 10:00 – 11:00 Uhr**

Gebühr **10,00 €**

● **Einführung in die Welt der ätherischen Öle**

252-32015

Monika Gelle

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 252-32013

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 2
Termin Fr., 24.10.2025, 18:00 – 19:00 Uhr
Gebühr 10,00 €

● **Lachyoga – Lachtherapie**

252-32018

Florentina Ionescu

In diesem Kurs wird gezeigt, welche unschätzbare Heilkraft im Lachen liegt und wie einfach es im Grunde ist, diese Heilkraft zu nutzen. Erklärt werden die Physiologie des Lachens, der positive Einfluss auf Kreislauf, Herz, Atmung, Stoffwechsel und das Immunsystem. „Lachen kann körperliche und seelische Krankheiten heilen“, behaupten die Yogis, die die Lachmeditation üben. Wir werden in diesem Kurs jedoch nicht nur „graue Theorie“ betreiben, sondern auch lernen, die Praxis des Lachens mit in den Alltag hineinzunehmen. Haha!

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 6
Termin Fr., 14.11.2025, 18:30 – 21:30 Uhr
Gebühr 20,00 €



TANZSPORT CLUB
BLAU-SILBER
LADENBURG e.V.

We Tanzen Spaß macht!

Haben Sie Lust zu tanzen?
 Dann ist bestimmt auch etwas für Sie in unserem vielfältigen Angebot dabei:
 Anfänger und Fortgeschrittene finden bei uns

- ★ Standard/Latein ★ Trendclub ★ Line Dance ★
- ★ Bollywood ★ Kindertanz ★

mit qualifizierten Fachtrainern.

Ebenso veranstalten wir regelmäßig öffentliche Tanzveranstaltungen.
 Kommen Sie doch einfach zu kostenlosen Schnupperstunden bei uns vorbei.
 Wir freuen uns auf Sie!

info@blau-silber-ladenburg.de oder telefonisch bei Renate Bürk-Dornblüth 06203 961716

Kochen und Backen

• Hobbyköche – Kochkurs für Männer

252-33000

Barbara Kempf-Dudler

Für alle Männer, die Lust am Kochen haben und sich nach der Arbeit zum gemeinsamen Kochen treffen möchten. Einsteiger sind hier ebenso willkommen wie gestandene Hobbyköche, die ihre Kenntnisse erweitern möchten.

Schnippeln, rühren, brutzeln in kleinen Gruppen und anschließend in großer Runde genießen – dazu bringt die Dozentin abwechslungsreiche Rezepte und alle Zutaten mit für saisonale und regionale, aber auch internationale Vorspeisen, Suppen- und Soßenvariationen, Fleisch- und Fischgerichte, Fingerfood und Desserts. Vermittelt werden Tipps und Tricks rund um die Lust des Kochens. Sie sind danach vielleicht kein Meisterkoch, aber Sie werden merken, wie viel Spaß Kochen macht – vor allem mit Gleichgesinnten.

Zum Abschlusskochen (31.01.2026) kann ein Gast eingeladen werden.

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

Ort Merian-Realschule, Schulküche MRS

Termin Do. 18.09.2025, 18:45 – 22:30 Uhr

Do. 23.10.2025, 18:45 – 22:30 Uhr

Do. 20.11.2025, 18:45 – 22:30 Uhr

Sa. 31.01.2026, 18:45 – 22:30 Uhr

Gebühr 80,00 €

Lebensmittelkosten werden vor Ort bezahlt

• Kochkurs für Männer

252-33001

Barbara Kempf-Dudler

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

Ort Merian-Realschule, Schulküche MRS

Termin Do. 25.09.2025, 18:45 – 22:30 Uhr

Do. 30.10.2025, 18:45 – 22:30 Uhr

Do. 27.11.2025, 18:45 – 22:30 Uhr

Gebühr 60,00 €

Lebensmittelkosten werden vor Ort bezahlt.

• Ayurvedischer Kochkurs Herbst

252-33020

Nadine Gonnschorek

Ayurveda wird auch als die „Wissenschaft des Lebens“ übersetzt und gilt heute mit seinen vielen Aspekten als modernes Medizinsystem. In diesem Kochkurs lernst du die Grundlagen der ayurvedischen Ernährungslehre kennen und findest heraus, warum Ernährung und Gesundheit eng zusammenhängen. Wir sprechen über verschiedene Lebensmittel und Gewürze und deren Wirkung und kochen mit saisonalen Zutaten gemeinsam ein mehrgängiges Menü, welches du später einfach in deinem Alltag umsetzen kannst.

Bitte mitbringen: Behälter für übriggebliebenes.

Ort Merian-Realschule, Schulküche MRS

Termin Fr., 24.10.2025, 17:00 – 21:30 Uhr

Gebühr 32,00 €

Lebensmittelkosten werden vor Ort bezahlt.

• Ayurvedischer Kochkurs Winter

252-33021

Nadine Gonnschorek

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 252-33020

Bitte mitbringen: Behälter für übriggebliebenes.

Ort Merian-Realschule, Schulküche MRS

Termin Fr., 19.12.2025, 17:00 – 21:30 Uhr

Gebühr 32,00 €

Lebensmittelkosten werden vor Ort bezahlt.

Bei Kochkursen ist ein Rücktritt nur bis fünf Werktage vor Kursbeginn kostenfrei möglich, da von den Dozentinnen die Einkäufe rechtzeitig geplant und getätigt werden müssen.

Melden Sie sich nach dieser Frist ab, so ist sowohl die Kursgebühr als auch die Lebensmittelumlage zu zahlen.

Eine Teilnahme ohne vorherige Anmeldung ist nicht möglich.



Ernährung

● Whisky-Seminar: Klassische Scotch Whiskys

252-33201

Stephan Mechler

Im Zentrum des Seminars stehen klassische Scotch Whiskys, die die verschiedenen Geschmacksrichtungen aller schottischen Regionen widerspiegeln. Hierbei werden mindestens 6 hochwertige Whiskys aus den verschiedenen typischen Whisky-Regionen verkostet und analysiert, darunter auch Einzelabfüllungen und Flaschen von unabhängigen Abfüllern. Zusätzlich erhalten Sie viele interessante Hintergrundinformationen über die jeweilige Brennerei, Herstellung, Lagerung und Reifung und vieles mehr. Außerdem gibt es einen kleinen Snack als Grundlage. Dieses Angebot richtet sich sowohl an Whisky-Einsteiger als auch an erfahrene Whisky-Trinker. (Für wiederholende Teilnehmer: Es gibt jedes Semester andere Whiskys!)

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4
Termin Fr., 07.11.2025, 20:00 – 23:00 Uhr
Gebühr 57,00 € inkl. Verzehrkosten

● Ayurveda-Workshop: Eine Einführung in die „Wissenschaft des Lebens“

252-33205

Nadine Gonnschorek

Begib dich auf eine faszinierende Reise in die Welt des Ayurveda und entdecke die grundlegenden Prinzipien dieses uralten Medizinsystems, das Körper, Geist und Seele in Einklang bringt. In diesem interaktiven Workshop lernst du die drei Doshas (Vata, Pitta, Kapha) und ihre individuellen Eigenschaften kennen. Ich gebe dir praktische Tipps, wie du dein persönliches Dosha bestimmen und dieses Wissen nutzen kannst, um deine Gesundheit und dein Wohlbefinden zu fördern. Zusätzlich erfährst du, wie Krankheiten aus ayurvedischer Perspektive entstehen und welchen Einfluss Ernährung, Lebensstil und tägliche Routinen auf deine innere Balance haben. Finde zudem heraus, wie einfach du Ayurveda in deinen Alltag integrieren kannst.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4
Termin Do., 23.10.2025, 17:00 – 20:00 Uhr
Gebühr 22,00 €

● Pilz-Seminar mit Waldbegehung

252-33250

Georg Adler

Pilze kennenlernen, Freude beim Anblick und Sammeln erleben. Dies wird u.a. Inhalt des Seminars mit Theorie und Praxis sein. Sie erhalten Informationen u.a. zum Wachstum von Pilzen, dem Umgang mit Pilzbüchern, zu Naturschutz, Sammelregeln, Maßnahmen bei Verdacht auf Pilzvergiftung. Wir erarbeiten wichtige Erkennungsmerkmale, nutzen einen Bestimmungsschlüssel. Nach einer kleinen Mittagspause fahren die Teilnehmer mit eigenem PKW (Fahrgemeinschaften), Korb, Messer und Notizblock in einen der umliegenden Wälder. Die Funde werden nach der Waldbegehung in essbare, nicht essbare und giftige Pilze (diese werden schon vorher getrennt) sortiert, bestimmt und besprochen. Der Dozent ist geprüfter Pilzsachverständiger der Deutschen Gesellschaft für Mykologie. Korb, Messer, Notizblock und, falls vorhanden, eigene aktuelle Pilzbücher mitbringen. Begehung und Autofahrt sind nicht über die vhs versichert.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4
Termin Sa., 18.10.2025, 09:00 – 17:00 Uhr
Gebühr 54,00 €



Sprachen	24
Deutsch	25
Englisch	25
Französisch	25
Italienisch	26
Spanisch	26
Neugriechisch	28
Niederländisch	29

Gebühren für Sprachkurse

Sind weniger als 8 Teilnehmer/innen angemeldet, erhöht sich die Kursgebühr.

Die Kursgebühr wird nach dem 2. Kursabend entsprechend der bis zu diesem Zeitpunkt angemeldeten Teilnehmer festgesetzt.

UE	2 UE	8 UE	16 UE	18 UE	20 UE	22 UE	24 UE	26 UE	28 UE	30 UE	32 UE	34 UE	36 UE
Grundgebühr bei 8 Teilnehmern und mehr	8,-€	32,-€	64,-€	72,-€	80,-€	88,-€	96,-€	104,-€	112,-€	120,-€	128,-€	136,-€	144,-€
Grundgebühr bei 7 Teilnehmern	10,-€	40,-€	80,-€	90,-€	100,-€	110,-€	120,-€	130,-€	140,-€	150,-€	160,-€	170,-€	180,-€
Grundgebühr bei 6 Teilnehmern	12,-€	48,-€	96,-€	108,-€	120,-€	132,-€	144,-€	156,-€	168,-€	180,-€	192,-€	204,-€	216,-€
Grundgebühr bei 5 Teilnehmern	14,-€	56,-€	112,-€	126,-€	140,-€	154,-€	168,-€	182,-€	196,-€	210,-€	224,-€	238,-€	252,-€
Grundgebühr bei 4 Teilnehmern	16,-€	64,-€	128,-€	144,-€	160,-€	176,-€	192,-€	208,-€	224,-€	240,-€	256,-€	272,-€	288,-€

1 UE (Unterrichtseinheit) = 45 Minuten, z.B. 24 UE sind 12 Kurstage

Deutsch

- **Deutsch als Fremdsprache für Anfänger*innen & Au-pairs – A1 mit Vorkenntnissen**



252-40006

Erika Kunzmann

In angenehmer Lernatmosphäre üben Anfänger*innen mit Vorkenntnissen Wortschatz und kommunikative Fähigkeiten für ausgewählte Alltagssituationen.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 4
Termin Di., 23.09.2025 - 02.12.2025, 10:00 – 11:30 Uhr, 10 Vormittage
Gebühr 80,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

Englisch

- **Englisch für Fortgeschrittene**



252-41000

Ruth Hilger

Unterrichtsmaterial (Spotlight) wird gemeinsam bestellt!

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Termin Do., 18.09.2025 - 27.11.2025, 09:00 – 10:30 Uhr, 10 Vormittage
Gebühr 80,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

- **Reading, Talking and Ruminating Grammar**

252-41001

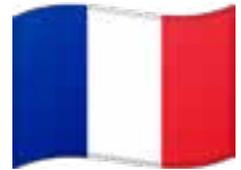
Ruth Hilger

Unterrichtsmaterial (World and Press) wird gemeinsam bestellt!

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Termin Do., 18.09.2025 - 27.11.2025, 10:30 – 12:00 Uhr, 10 Vormittage
Gebühr 80,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

Französisch

- **Conversation, Lecture et Grammaire**



252-42000

Ruth Hilger

Unterrichtsmaterial wird gemeinsam bestellt!

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Termin Di., 16.09.2025 - 25.11.2025, 09:00 – 10:30 Uhr, 10 Vormittage
Gebühr 80,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

- **Le français de tous les jours**

252-42001

Ruth Hilger

Unterrichtsmaterial (Ecoute) wird gemeinsam bestellt.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Termin Di., 16.09.2025 - 25.11.2025, 10:30 – 12:00 Uhr, 10 Vormittage
Gebühr 80,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

- **Grammaire, lecture et conversation – B1.5**

252-42010

Muriel Calvi

In diesem Kurs für Fortgeschrittene lernen die Teilnehmer in entspannter Lernatmosphäre. Die Teilnehmer sollten Présent, Passé Composé und Imparfait bereits kennen und eine einfache Konversation führen können.

Achtung: kein Anfängerkurs!

Quereinsteiger sind herzlich willkommen.

Bücher werden im Kurs bekannt gegeben.

Ort Online-Kurs
Termin Mi., 08.10.2025 - 17.12.2025, 18:00 – 19:30 Uhr, 10 Abende
Gebühr 80,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

Italienisch

• Italienisch für Fortgeschrittene

252-43000

Giuseppina Lesle



Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 7
Termin Mi., 17.09.2025 - 17.12.2025, 19:30 – 21:00 Uhr, 13 Abende
Gebühr 104,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

• Italienisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen – A1.3

252-43001

Dominga Rosato

Der Kurs richtet sich an Anfänger*innen mit Vorkenntnissen und beginnt mit Lektion 6 im Kursbuch. In entspannter Atmosphäre werden Grundkenntnisse vermittelt. Inhaltlich befasst sich der Kurs mit Alltagssituationen und gibt erste Einblicke in die verschiedenen grammatikalischen Grundstrukturen. Spielen und dabei effektiv lernen: Der Unterricht ist abwechslungsreich gestaltet und lebt vom Mitmachen, wobei auch Fotos und Hörtexte ins Spiel kommen und sich lebendige Dialoge entwickeln. Bitte mitbringen: Kursbuch: CHIARO! A1, Verlag Hueber, ISBN 978-3-19-275427-2

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 6
Termin Di., 30.09.2025 - 09.12.2025, 18:00 – 19:30 Uhr, 10 Abende
Gebühr 80,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

• Italienisch für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse A1

252-43002

Dominga Rosato

Der Kurs richtet sich an Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse. In entspannter Atmosphäre werden Grundkenntnisse vermittelt. Thematisch befasst sich der Kurs mit Alltagssituationen und ersten Einblicken in die grammatikalischen Grundstrukturen. Methodisch setzt die Dozentin auf Mitmachen: Spielen und dabei gleichzeitig effektiv lernen durch Fotos, Hörtexte und lebendige Dialoge. Bitte Kursbuch mitbringen: CHIARO! A1, Verlag Hueber, ISBN 978-3-19-275427-2

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 6
Termin Do., 02.10.2025 - 11.12.2025, 18:00 – 19:30 Uhr, 10 Abende
Gebühr 80,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

• Italienisch A2 für Fortgeschrittene 252-43004

Dominga Rosato

Sie möchten Ihre Basiskenntnisse ausbauen und vertiefen? Dieser Kurs trainiert Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit, vertieft grammatikalische Kenntnisse und erweitert Ihren Wortschatz. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer, die das Niveau A1 bereits erreicht haben und ihre Kenntnisse anwenden und weiter festigen möchten.

Voraussetzung: abgeschlossenes Niveau A1.
Bitte mitbringen:
Kursbuch: CHIARO! A2, Verlag Hueber , ISBN 978-3-19-275449-4

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 6
Termin Di., 30.09.2025 - 09.12.2025, 16:30 – 18:00 Uhr, 10 Nachmittage
Gebühr 80,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

Spanisch

• Spanisch für Anfänger*innen – A1

Spanisch - A1

252-44030

Mireia Bufurull Cortes

Fortführung des Kurses A1.1 aus dem Semester 1/25. Quereinsteiger sind sehr willkommen!
Buch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 8
Termin Mi., 17.09.2025 - 03.12.2025, 19:00 – 20:30 Uhr, 11 Abende
Gebühr 88,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)



• Spanisch — A2

252-44031

Mireia Bufurull Cortes

Fortführung des Kurses A2 aus dem Semester 1/25. Quereinsteiger sind sehr willkommen!

Buch: Con gusto nuevo A2, Klett Verlag

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Termin Mo., 15.09.2025 - 01.12.2025, 19:00 – 20:30 Uhr, 11 Abende

Gebühr 88,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

• Spanisch – A1.1

252-44032

Mireia Bufurull Cortes

Fortführung des Kurses A1.1 aus dem Semester 1/25. Quereinsteiger sind sehr willkommen!

Buch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Termin Mi., 17.09.2025 - 03.12.2025, 17:15 – 18:45 Uhr, 11 Abende

Gebühr 88,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

• Conversación en español

252-44033

Mireia Bufurull Cortes

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Termin Di., 16.09.2025 - 02.12.2025, 09:00 – 10:30 Uhr, 11 Vormittage

Gebühr 88,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

• Spanisch – A1.2

252-44034

Mireia Bufurull Cortes

Fortführung des Kurses A1.2 aus dem Semester 1/25. Quereinsteiger sind sehr willkommen!

Buch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Termin Di., 16.09.2025 - 02.12.2025, 19:00 – 20:30 Uhr, 11 Abende

Gebühr 88,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

BÜROFLÄCHEN

in Ladenburg

ab 7,50 €/m²

- Mietfläche ab ca. 20 m² bis 2500 m²
- Mietbeginn: sofort
- Flexible Vertragslaufzeiten




STADTENTWICKLUNGS-
GESELLSCHAFT
LADENBURG MBH



Info & Beratung:
01590 1295640 • info@steg-ladenburg.de



Neugriechisch

• Neugriechisch mit guten Vorkenntnissen – A2 – Online-Kurs



252-45000

Chrissi Argiriadou-Hermann

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende, die bereits Vorkenntnisse haben, die sie in Griechenland oder in etwa zehn Semestern VHS-Kursen erworben haben. Sie können die griechische Schrift lesen und schreiben und kleine Gespräche in Alltagssituationen führen. Dieser Kurs bietet Ihnen die Gelegenheit, Ihren Wortschatz und Ihre kommunikativen Kompetenzen weiter in einer sehr angenehmen Atmosphäre auszubauen. Es werden auch Kultur- sowie landestypische Aspekte mit einfließen. Neben dem Hauptlehrbuch, das zu Beginn des Kurses ausgewählt wird, werden wir die Lektüre „Die magischen Meteora“ (ISBN 9789607914477) lesen.

Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen!

Lehrbuch:

Das Hauptlehrbuch wird zu Beginn des Kurses ausgewählt.

Zusätzlich: „Ein August auf Spetses“

Hueber Verlag Niveau: A2

ISBN 978-3-19-005316-2

Der Kurs wird über Skype abgehalten, den entsprechenden Link erhalten Sie kurz vor Kursstart!

Ort	Online-Kurs
Termin	Do., 18.09.2025 - 11.12.2025, 18:30 – 20:00 Uhr, 12 Abende
Gebühr	96,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

• Neugriechisch ohne Vorkenntnisse – A1 – Online-Kurs

252-45001

Chrissi Argiriadou-Hermann

Schon beim Erlernen des griechischen Alphabets und der ersten Vokabeln werden Sie merken, dass Ihnen eigentlich mehr bekannt ist als gedacht! Die griechische Sprache lässt sich über ungefähr 4.000 Jahre bis in die Epochen der antiken Athener, Trojanischen Kriege und griechischen Mythen zurückverfolgen. Schwerpunktmäßig ist unser Kurs der Kommunikation in verschiedenen Alltagssituationen gewidmet, auch Kultur- und landestypische Aspekte werden mit einfließen. Der Kurs-Aufbau sieht viele praktische Übungen vor, Wiederholung, spielerische und kreative Auseinandersetzung mit dem Lernstoff und Interaktion. Pame! (Los geht's!)

Pame! A1 Kursbuch - Hueber Verlag

ISBN 978-3-19-005404-6

Pame! A1 Arbeitsbuch - Hueber Verlag

ISBN 978-3-19-025404-0

Der Kurs wird über Skype abgehalten, den entsprechenden Link erhalten Sie kurz vor Kursstart!

Ort	Online-Kurs
Termin	Fr., 10.10.2025 - 19.12.2025, 17:00 – 18:30 Uhr, 10 Abende
Gebühr	80,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

• Neugriechisch V (A2)

252-45010

Emmanouel Emmanouilidis

Für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen.

Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Ort	VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Termin	Di., 23.09.2025 - 16.12.2025, 18:00 – 19:30 Uhr, 13 Abende
Gebühr	104,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

Niederländisch

• Niederländisch A1.3



252-46000

Iris Lipowsky-Overduin

Fortführung des Kurses A1.2 aus dem Semester 1/25.

Achtung: Kein reiner Anfängerkurs!!

Quereinsteiger sind willkommen.

Bitte zur ersten Stunde mitbringen:

„Welkom! Neu“, Klett Verlag, ab Lektion 7

Lehrbuch 978-3-12-528990-1

Übungsbuch 978-3-12-528991-8

Lösungsheft 978-3-12-528992-5

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Termin Do., 25.09.2025 - 04.12.2025,
19:00 – 20:30 Uhr, 10 Abende

Gebühr 80,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei ge-
ringerer Teilnehmerzahl höhere Ge-
bühr)

WIR SIND IHR STARKER PARTNER FÜR BAD, HEIZUNG & SANITÄR!



Einzigartige Traumbäder, innovative
Wärmetechnik und seidenweiches
Perlwasser – wir machen Ihr Zuhause
zu einer Wohlfühloase!

SCHMITT
BAD & HEIZUNG

Hohe Straße 10 | 68526 Ladenburg
Tel.: 06203 135-69 | info@schmitt-sanitaer.de
www.schmitt-sanitaer.de



Beruf	30
EDV	30
Recht	31
Xpert Business	32

EDV

• Bildbearbeitung mit GIMP – Basiskurs

252-51000

Jörg Jacobsen

GIMP ist ein professionelles und kostenloses Bildbearbeitungsprogramm mit vielen leistungsfähigen Werkzeugen. In diesem kompakten Seminar lernen Sie, Ihre digitalen Bilder auf einfache, aber effektive Art zu optimieren und zu bearbeiten.

Inhalte: Arbeitsoberfläche anpassen – Bilder öffnen, speichern und exportieren – theoretische Grundlagen: Dateiformate, Farb Räume, Histogramme – Malwerkzeuge – Bilder anpassen (skalieren, drehen, zuschneiden etc.) – Bildkorrekturen (Farben, Helligkeit, Kontrast, etc.) – Entfernen störender Bildelemente, Retuschieren – Erstellen von Auswahlen – Grundzüge der Arbeit mit Ebenen – sonstige Bildverbesserungen (entrauschen, schärfen).

Das ausführliche Skript des Dozenten mit vielen nützlichen Tipps lässt Sie das Gelernte jederzeit nachvollziehen.

Teilnahmevoraussetzungen: EDV- und Windows-Kenntnisse

Bitte mitbringen: USB-Stick 4 GB

Ein eigener Laptop MUSS mitgebracht werden.

Ort	VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Termin	Mo., 13.10.2025 - 03.11.2025, 18:00 – 21:00 Uhr, 3 Abende
Gebühr	78,00 €

• iPad/iPhone intensiv – (nur Apple-Geräte)

252-52001

Jürgen Schwarz

Dieser Kurs wendet sich an alle, die tiefer in das Thema iPhone/iPad einsteigen wollen. Wir beginnen mit den ersten Schritten, gehen dann aber mehr in die Tiefe. Der Dozent gibt Ihnen einen Überblick über die grundsätzliche Bedienung und zeigt Ihnen ein paar nützliche Apps und praktisches Zubehör. Danach werden Tipps & Tricks im Umgang mit den Geräten besprochen. Die Fragen der Teilnehmenden und das Üben stehen im Mittelpunkt.

Das Gerät muss bereits eingerichtet sein. Bringen Sie bitte das Passwort für Ihre Apple-ID mit.

Ort	VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Termin	Mi., 15.10.2025 - 22.10.2025, 15:00 – 17:00 Uhr, 2 Nachmittage
Gebühr	40,00 €

• Android Smartphone/Tablet intensiv

252-52002

Jürgen Schwarz

Dieser Kurs wendet sich an alle, die tiefer in das Thema Smartphone/Android einsteigen wollen. Wir beginnen mit den ersten Schritten, gehen dann aber mehr in die Tiefe. Der Dozent gibt

Ihnen einen Überblick über die grundsätzliche Bedienung und zeigt Ihnen ein paar nützliche Apps und praktisches Zubehör. Danach werden Tipps & Tricks im Umgang mit den Geräten besprochen. Die Fragen der Teilnehmenden und das Üben stehen im Mittelpunkt.

Das Gerät muss bereits eingerichtet sein. Bringen Sie bitte das Passwort für Ihr Google-Konto (PlayStore) mit.

Ort	VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Termin	Di., 14.10.2025 - 21.10.2025, 15:00 – 17:00 Uhr, 2 Nachmittage
Gebühr	40,00 €

● **Zehnfingerschreiben am Computer – für Erwachsene, Jugendliche und Kinder ab der 4. Klasse**

252-V10102

vhs Heddeshheim

Wer professionell Computerschreiben kann, profitiert in vielen Bereichen. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden das Computerschreiben blind mit 10 Fingern – und das mit nur drei Online-Terminen plus häuslichen Übungen. Bei dieser Lernmethode werden Erkenntnisse aus der Gehirnforschung und dem Gedächtnistraining genutzt und miteinander verbunden.

Schnell blind tippen zu können, spart Zeit und ist gut für die Gesundheit – es schont die Augen und entlastet die Halswirbelsäule. Die Teilnehmer*innen lernen ganzheitlich und spielerisch mit Geschichten, Bildern und Musik. Kein stures Erlernen der Tasten – im Gegenteil: Mit dieser Methode macht es richtig Spaß, tippen zu lernen!

Begleitend zum Unterricht erhalten die Teilnehmenden ein Kursbuch mit Tastatur-Lernkarte und Zugang zu einem passend programmierten Online-Tipptrainer.

Die Dozentin ist staatlich geprüfte Lehrerin für Textverarbeitung und versteht es, die Teilnehmenden für das Thema zu begeistern. Sie bringt jahrelange Erfahrung und großes Fachwissen in diesem Bereich mit.

Sicherheits- und Schnellschreibtraining gehören ebenfalls zum Programm.

Voraussetzung zur Teilnahme ist ein Laptop oder PC mit Kamera und Mikrofon (auch Headset möglich) sowie eine gute Internetverbindung. Die Kurseinheiten werden über WEBEX gehalten.

Sie erhalten die Zugangsdaten rechtzeitig vor Kursbeginn. Bitte bereithalten: Schreibzeug, 4 Filzstifte: gelb, rot, blau, grün.

Dozentin: Fudickar, Dorothea

Anmeldung: Direkt über die vhs Heddeshheim!

Ort	Online-Kurs
Termin	Mo., 01.12.2025 - 15.12.2025, 18:00 – 21:00 Uhr, 3 Abende
Gebühr	113,00 € inkl. 25,00 € für Kursmaterialien. Bei Anmeldung bis zum 17. November kann das Material auf dem Postweg geschickt werden. Danach muss es in der Geschäftsstelle der vhs Heddeshheim abgeholt werden.

Recht

● **Immobilienverkauf privat – was muss ich aktuell beachten?**

252-53000

Markus Popp

Welche Auswirkungen hat die gegenwärtige Situation auf den Wert meiner Immobilie? Welche Unterlagen benötige ich zum erfolgreichen Verkauf und wie vermeide ich teure Fehler? Welche Kniffe gibt es, um den Wert meiner Immobilie zu steigern? Was muss ich beim Besichtigen beachten und wie kann ich sicher präsentieren?

Diese und weitere Fragen möchte der Dozent mit Ihnen in diesem Vortrag beleuchten.

Herr Popp ist Projektentwickler und Geschäftsführer einer Immobilienagentur.

Ort	VHS, Altes Rathaus, Raum 7
Termin	Di., 23.09.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr	15,00 €

● **Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuung**

252-53012

Frank Richter

Meist unerwartet geraten Menschen in eine Situation, in der sie nicht mehr wirksam am Rechtsverkehr teilnehmen können. Ohne entsprechende Vollmachten können jedoch selbst Ehepartner oder sonstige Angehörige nichts unternehmen. Sowohl hinsichtlich der Führung des Familienbetriebes als auch hinsichtlich der medizinischen Behandlung ist man nun Fremden ausgeliefert. Denn in diesem Fall gelten Regelungen im Testament nicht, da der Testierende noch lebt, sodass das Betreuungsgericht einen Betreuer bestellt. Damit werden die Entscheidungen über die eigene Lebensgestaltung in fremde Hände gelegt. In einer Pressemitteilung anlässlich des 6. Vormundschaftsgerichtstags hieß es: „Jeder, der nicht privat mit einer Vorsorgevollmacht, einer Betreuungs- und/oder Patientenverfügung vorsorgt, riskiert, dass über Nacht Behörden, unterbesetzte Gerichte und unausgebildete Berufsbetreuer über sein Schicksal, sein Leben und sein Sterben gegen oder ohne seinen Willen entscheiden“. Nicht jeder will jedoch „an die Schläuche“. Für diesen Fall kommt es entscheidend darauf an, dass geregelt ist, welche medizinische Versorgung dem Willen des Betroffenen entspricht und wer diesen Willen für ihn durchsetzen soll. Nur durch eine individuell erstellte Patientenverfügung erfahren die behandelnden Ärzte und Dritte diesen Willen und können danach handeln. Mehrfach hat der Bundesgerichtshof festgestellt, dass dem in einer Patientenverfügung geäußerten Willen zu folgen ist. Der Vortrag gibt einen Überblick über die Möglichkeiten solcher Vorsorge.

Dauer: etwa eineinhalb Stunden + eine halbe Stunde für Fragen

Ort	VHS, Altes Rathaus, Raum 7
Termin	Mo., 20.10.2025, 19:00 – 21:00 Uhr
Gebühr	20,00 €

• Vereinsrecht

252-53013

Frank Richter

„Verein, Vorstand, Mitglied und Paragraf“

Der Verein ist eine der beliebtesten Organisationsformen für Menschen mit gleichen Interessen. Über 550.000 Vereine gibt es in Deutschland. Zwei Drittel aller Bundesbürger sind Mitglied in einem Verein. Allein in Baden-Württemberg gibt es um die 50.000 Vereine. Allein die 22.000 Sportvereine haben rund vier Millionen Mitglieder. Das Vereinsrecht hat damit für die meisten Menschen direkt oder indirekt eine eminent hohe Bedeutung. Daher ist die Kenntnis dieses Rechtsgebietes für alle Beteiligten wichtig.

Zum Inhalt gehören insbesondere:

- Anforderungen an die Vereinssatzung
- Möglichkeiten der Satzungsgestaltung
- Rechte und Pflichten von Vorständen und Vereinsmitgliedern
- Die Haftung des Vereins für seine Organe und Mitglieder
- Die Haftung des Vorstands und der Mitglieder

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 2

Termin Do., 06.11.2025, 19:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 20,00 €

• „Was tun gegen Spam, Drückerkolonnen und Werbeanrufe?“

252-53014

Frank Richter

Ob Werbefax, Anruf, SMS, Spam-E-Mails oder Flyer im Briefkasten – ungewollte Werbung kommt auf vielen Wegen. Doch wie dagegen vorgehen? Viele wissen nicht, dass sie hier nicht wehrlos sind und wie sie sich verteidigen können. Oftmals glauben sie, dass nur Verbraucherzentralen oder Konkurrenzunternehmen hier etwas tun könnten. Dies ist allerdings falsch, wie in dem Vortrag dargelegt wird.

Der Vortrag erläutert Verbrauchern und betroffenen Unternehmern die Möglichkeiten, Chancen und Risiken, sich hiergegen zu wehren, und gibt Tipps zu verschiedenen Vorgehensweisen. So wird auf tatsächliche, datenschutzrechtliche und zivilrechtliche, sowie – bei Interesse – auch wettbewerbsrechtliche Wege hingewiesen. Auch auf die Abwehr aufgeschwätzter Verträge wird eingegangen. Hierbei wird insbesondere die lokale und höchstgerichtliche Rechtsprechung vorgestellt.

Dauer: etwa eineinhalb Stunden + eine halbe Stunde für Fragen

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 2

Termin Mo., 17.11.2025, 19:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 20,00 €

• Reiserecht: Was tun, wenn der Urlaub ins Wasser fällt?

252-53015

Frank Richter

Der Albtraum eines jeden Urlaubers: überbuchte Hotels, der Fernseher liefert nur Schneeestöber, Schimmel in der Dusche und undefinierbare Flecken auf Teppich, Matratze oder Bettlaken. Der Meerblick ist nur von der Spitze des Blitzableiters aus

vorhanden, die Abgase der Straße belegen die verkehrsgünstige Lage. Das Ausweichquartier liegt nicht direkt am Strand, auch verfügt es weder über den gebuchten Squashplatz oder den Wellnessbereich noch die Kinderbetreuung. Der Vortrag will auf dieses Worst-Case-Szenario vorbereiten, damit wenigstens finanzielle Erholung möglich ist.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 2

Termin Do., 04.12.2025, 19:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 20,00 €

• Erbrecht, Testamentsgestaltung

252-53016

Frank Richter

Der letzte Wille ist oftmals ein Geheimnis, doch es lohnt sich, rechtzeitig darüber nachzudenken, wem man was hinterlassen will, und dies dann auch schriftlich niederzulegen. Sicherheit, Steuern, Bewahrung des Erschaffenen stehen oftmals im Widerspruch zueinander – und sind dem gesetzlichen Erbrecht egal. Aber auch Erben sollten überlegen, ob erben immer gut ist ...

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 2

Termin Do., 11.12.2025, 19:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 20,00 €

Xpert Business

• Finanzbuchführung 1

252-56000

Xpert Business

Ort Online-Kurs

Termin Di., 04.11.2025 - 05.02.2026,
18:30 – 20:30 Uhr, 24 Abende

Gebühr 445,00 €

• Finanzbuchführung 2

252-56001

Xpert Business

Ort Online-Kurs

Termin Di., 04.11.2025 - 29.01.2026,
18:30 – 20:30 Uhr, 22 Abende

Gebühr 410,00 €

• Bilanzierung

252-56002

Xpert Business

Ort Online-Kurs

Termin Di., 04.11.2025 - 22.01.2026,
18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende

Gebühr 370,00 €

- **Finanzwirtschaft**

252-56003

Xpert Business

Ort	Online-Kurs
Termin	Di., 04.11.2025 - 22.01.2026, 18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende
Gebühr	370,00 €

- **Kosten- und Leistungsrechnung**

252-56004

Xpert Business

Ort	Online-Kurs
Termin	Di., 04.11.2025 - 22.01.2026, 18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende
Gebühr	370,00 €

- **Controlling**

252-56005

Xpert Business

Ort	Online-Kurs
Termin	Di., 04.11.2025 - 22.01.2026, 18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende
Gebühr	370,00 €

- **Betriebliche Steuerpraxis**

252-56006

Xpert Business

Ort	Online-Kurs
Termin	Di., 04.11.2025 - 29.01.2026, 18:30 – 20:30 Uhr, 22 Abende
Gebühr	410,00 €

- **Lohn und Gehalt 1**

252-56007

Xpert Business

Ort	Online-Kurs
Termin	Di., 04.11.2025 - 05.02.2026, 18:30 – 20:30 Uhr, 24 Abende
Gebühr	445,00 €

- **Lohn und Gehalt 2**

252-56008

Xpert Business

Ort	Online-Kurs
Termin	Di., 04.11.2025 - 29.01.2026, 18:30 – 20:30 Uhr, 22 Abende
Gebühr	410,00 €

- **Personalwirtschaft**

252-56009

Xpert Business

Ort	Online-Kurs
Termin	Di., 04.11.2025 - 22.01.2026, 18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende
Gebühr	370,00 €

- **Einnahmen-Überschuss-Rechnung**

252-56010

Xpert Business

Ort	Online-Kurs
Termin	Di., 04.11.2025 - 09.12.2025, 18:30 – 20:30 Uhr, 11 Abende
Gebühr	205,00 €

- **Finanzbuchführung mit DATEV**

252-56011

Xpert Business

Ort	Online-Kurs
Termin	Di., 04.11.2025 - 03.02.2026, 18:30 – 20:30 Uhr, 16 Abende
Gebühr	370,00 €

- **Lohn und Gehalt DATEV**

252-56012

Xpert Business

Ort	Online-Kurs
Termin	Di., 04.11.2025 - 08.01.2026, 18:30 – 20:30 Uhr, 16 Abende
Gebühr	370,00 €



Junge VHS	34
Kreativität	34
Gesundheit und Bewegung	35
Sprachen	36
Schule	36
Kindergeburtstag	36

Kreativität

• Halloween-Deko für Kinder von 7 bis 11 Jahren

252-62320

Nadine Münch

Passend zu Halloween wird eine Halloween-Hexe gestaltet, außerdem weitere kleine Dekorationen fürs Gruselfest. Dafür steht eine große Auswahl an Materialien, Farben etc. bereit. Getränk und Snack bei Bedarf bitte mitbringen.

Ort	VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Termin	Mi., 29.10.2025, 10:00 – 13:00 Uhr
Gebühr	16,00 € Zusätzliche Materialkosten in Höhe von 7,00 € werden vor Ort bezahlt.

• Nikolaus-Geschenkewerkstatt für Kids von 7 bis 11 Jahren

252-62321

Nadine Münch

In der Kreativwerkstatt werden liebevolle kleine Geschenke zu Nikolaus oder Weihnachten gefertigt. So entstehen Badeschaum, Lippenpflege und ... ein oder zwei Überraschungen, die noch nicht verraten werden.

Bitte mitbringen: 2 leere Marmeladengläser mit Deckel (sehr gut ausgespült) und, bei Bedarf, Selbstverpflegung.

Ort	VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Termin	Fr., 28.11.2025, 15:00 – 18:00 Uhr
Gebühr	16,00 € Zusätzliche Materialkosten in Höhe von 7,00 € werden vor Ort bezahlt.

• **Kinderkurs Monster nassfilzen für Kinder ab 8 Jahren**

252-62330

Jannine Weimer

In diesem kurzweiligen Filzkurs gestalten die Kinder ihre eigenen, originellen Monster. Der besondere Clou: Die Monster werden nassgefilit und sind hohl, sodass sie tolle Aufbewahrungsmöglichkeiten bieten. Dieser Kurs bietet den perfekten Einstieg in die kreative Kunst des Nassfilzens mit Wasser und Seife. Die Kinder können sich für eine individuelle Gestaltung und Dekoration der Monster entscheiden und erleben, wie aus Wolle und Seifenlauge einzigartige Kunstwerke entstehen!

Ort FilzBar, Hauptstraße 7, Ladenburg
Termin Mi., 24.09.2025, 15:00 – 18:00 Uhr
Gebühr 16,00 €
Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden vor Ort bezahlt.

• **Kinderkurs Meeresfische nassfilzen für Kinder ab 8 Jahren**

252-62331

Jannine Weimer

In diesem Kurs werden wir gemeinsam in die schillernde Welt der Meeresfische eintauchen! Kindern ab 8 Jahren bietet er den perfekten Einstieg in die kreative Kunst des Nassfilzens. Wir filzen nach der Nassfilzmethode mit Wasser, Seife und Schablonen. So werden wir zauberhafte und bunte Filzkunstwerke erschaffen. Der Kurs ist ideal für kreative Köpfe und kleine Künstler, die ihre handwerklichen Fähigkeiten erweitern möchten. Erlebt, wie aus Wolle und Seifenlauge einzigartige Kunstwerke entstehen!

Ort FilzBar, Hauptstraße 7, Ladenburg
Termin Do., 25.09.2025, 15:00 – 18:00 Uhr
Gebühr 16,00 €
Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden vor Ort bezahlt.

• **Ganz bunter Rotkohl – naturwissenschaftliche Experimente für Kinder von 6-10 Jahren**

252-63010

Karina Prus-Petzuch

Mit alltäglichen Materialien und wohlbekanntem Rotkohl entdecken wir die Welt der Säuren und Basen. Dabei spielen wir mit bunten Lösungen und stellen ganz viele Luftblasen her. Die Kinder dürfen selbst pipettieren, Lösungen herstellen und die Antworten durch Experimente finden. Bitte Trinkwasser, alte Kleider und leere Gläser mitbringen.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Termin Do., 04.12.2025, 15:30 – 17:00 Uhr
Gebühr 8,00 € **Materialkosten in Höhe von 1,00 € werden vor Ort bezahlt.**

• **Süß, süßer, Zucker – naturwissenschaftliche Experimente für Kinder von 6-10 Jahren**

252-63011

Karina Prus-Petzuch

Wozu braucht man Zucker oder Stärke? Wie viel Zucker kann sich in einem Glas befinden? Kann etwas süßer als Zucker sein? Auf süßeste Weise bringen wir die Welt der Chemie und Biologie ein Stück näher. Wir untersuchen den Zucker auf mehrere Ebenen, auch als Süßstoff und Treibstoff. Die Zunge wird als Untersuchungsapparat benutzt. Dabei sprechen wir auch die gesunde Ernährung an.

Bitte Trinkwasser, alte Kleider und leere Gläser mitbringen.

Ort VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Termin Do., 02.10.2025 - 23.10.2025, 15:30 – 17:00 Uhr, 4 Nachmittage
Gebühr 32,00 €
Materialkosten in Höhe von 1,00 € werden vor Ort bezahlt.

Gesundheit und Bewegung

• **Kundalini Yoga für Jungen und Mädchen ab 8 Jahren**

252-63000

Nina Siebert

Ein spielerischer Weg, Yoga und Meditation auf sanfte und kindgerechte Art kennenzulernen. Mit viel Fantasie, Musik und einfachen Mantren/Klängen sollen die Kinder lernen, sich besser zu fokussieren, zu konzentrieren und eine eigene innere Ruhe zu entdecken. Das Selbstwertgefühl und das Selbstvertrauen sollen ebenfalls gestärkt werden.

Ort Mukande, Bahnhofstr. 32, Ladenburg
Termin Do., 25.09.2025 - 23.10.2025, 16:00 – 17:00 Uhr, 5 Nachmittage
Gebühr 34,00 €

• Kinderzirkus Kompaktwoche Herbstferien für Kinder von 6–12 Jahren

252-63201

Antje Kiel

Langeweile in den Ferien? Wir bringen Bauch, Birne und Beine in Schwung! Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren werden begeistert, gefördert & zukunftsstark!

Sie üben spielerisch Zirkuskünste, wie z. B.:

Akrobatik (lustige & fetzige Boden-/ Leiterakrobatik, Sprungübungen, Luftakrobatik ...)

Balancieren (Zirkuskugeln, Rollen, Schwebebalken)

Clownerie (kurze, spritzig-witzige Clown-Theaterstücke, Clownschule)

Jonglage (Diabolo, Sticks, Tücher, Bälle, Eier ...).

In Kleingruppen werden Einsteiger genauso wie Fortgeschrittene betreut und angeleitet.

Auf die Kinder wartet viel Spaß und ein tolles Gemeinschaftserlebnis.

Ort	Lobdengauhalle, große Halle
Termin	Mo. 27.10.2025, 09:00 – 13:00 Uhr Di. 28.10.2025, 09:00 – 13:00 Uhr Mi. 29.10.2025, 09:00 – 13:00 Uhr Do. 30.10.2025, 09:00 – 13:00 Uhr Fr. 31.10.2025, 09:00 – 13:00 Uhr
Gebühr	187,00 €

Sprachen

• Englisch für Viertklässler zur Vorbereitung auf die weiterführende Schule

252-64010

Kirsten Thiery

Unterstützend und aufbauend auf dem Unterrichtsplan der 4./5. Klasse werden die Kinder bereits – parallel zum Unterricht – auf die weiterführende Schule vorbereitet. Neben der Einführung in die englische Grammatik werden Texte gelesen, Übungsaufgaben gemeinsam gelöst und durch Spiele das Erlernete gefestigt.

Ort	Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 1, Raum 1.114
Termin	Di., 23.09.2025 - 09.12.2025, 14:00 – 15:30 Uhr, 8 Nachmittage
Gebühr	64,00 € Zusätzliche Material-/Kopierkosten in Höhe von 1,00 € werden vor Ort bezahlt.

Schule

• Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt (für Schüler*innen)

252-66020

Helmut Lange

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

Ort	Online-Kurs
Termin	Di., 14.10.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
Gebühr	27,00 €

• Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt für Schüler*innen

252-66021

Helmut Lange

Ausschreibung: siehe Kurs-Nr. 252-66020

Ort	Online-Kurs
Termin	Do., 13.11.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
Gebühr	27,00 €

Kindergeburtstag

• Kindergeburtstag – Beauty/Kreativität

252-67001

Nadine Münch

Die Volkshochschule unterstützt Sie bei der Planung und Gestaltung des nächsten Kindergeburtstages mit folgenden Angeboten:

Ab 6 Jahren z.B.: Seife herstellen, Badeöle herstellen, Mosaik, Bilderrahmen, Halloween-, Nikolaus- und Weihnachtsdeko und vieles mehr.

Ab ca. 10/11 Jahren (nur Mädchen): z.B. all about Beauty, Trendy Nailstyling, Kosmetik selbst herstellen, Wohlfühltag für Mädchen.

Ort	VHS, Altes Rathaus, Raum 1 oder bei Ihnen zu Hause
Termin	individuelle Absprache
Gebühr	Gruppengebühr 120,00 €, inkl. 20,00 € Materialgebühren

Badische Bergstraße

Luisenstraße 1, 69469 Weinheim
☎ 06201 9963-0
www.vhs-bb.de

Buchen

Kellereistraße 48, 74722 Buchen
☎ 06281 557930
www.vhs-buchen.de

Dossenheim

Gerhart-Hauptmann-Straße 7, 69221 Dossenheim
☎ 06221 864555
www.vhs-dossenheim.de

Eberbach-Neckargemünd

Bussemerstraße 2a, 69412 Eberbach
☎ 06271 946210
www.vhs-eb-ng.de

Edingen-Neckarhausen

Rathaus/Bürgermeisteramt
Hauptstraße 60, 68535 Edingen-Neckarhausen
☎ 06203 808250
www.edingen-neckarhausen.de

Heddesheim

Unterdorfstraße 2, 68542 Heddesheim
☎ 06203 101267
www.vhs-heddesheim.de

Heidelberg

Bergheimer Str. 76-78, 69115 Heidelberg
☎ 06221 911911
www.vhs-hd.de

Hockenheim

Heidelberger Str. 16a, 68766 Hockenheim
☎ 06205 922652
www.vhs-hockenheim.de

Ladenburg-Ilvesheim e.V.

Altes Rathaus, Hauptstraße 39, 68526 Ladenburg
☎ 06203 923200
www.vhs-ladenburg.de

Leimen

VHS Leimen Rathausstr. 8, 69181 Leimen
☎ 06224 70 42 91
E-Mail: vhs@leimen.de

Mannheimer Abendakademie und Volkshochschule GmbH

U 1, 16-19, 68161 Mannheim
☎ 0621 1076-0
www.abendakademie-mannheim.de

Mosbach

Hauptstraße 22, 74821 Mosbach
☎ 06261 12077
www.vhs-mosbach.de

Schriesheim-Wilhelmsfeld

Obere Schulgasse 9, 69198 Schriesheim
☎ 06203 692699
www.vhs-schriesheim.de

Bezirk Schwetzingen e. V.

Mannheimer Straße 29, 68723 Schwetzingen
☎ 06202 2095-0
www.vhs-schwetzingen.de

Sinsheim

Muthstraße 16a, 74889 Sinsheim
☎ 07261 6577-0
www.vhs-sinsheim.de

Südliche Bergstraße

Ringstraße 1, 69168 Wiesloch
☎ 06222 9296-0
www.vhs-sb.de

Unterstützen Sie die Arbeit der Volkshochschule.

Können Sie sich selbst vorstellen, Ihr Wissen weiterzugeben?



Wir sind ständig auf der Suche nach lehrenden Personen, um unser Angebot noch attraktiver zu gestalten.

Wenn Sie bereits darüber nachgedacht haben oder nun hellhörig geworden sind, melden Sie sich einfach bei uns und wir besprechen die Voraussetzungen für eine mögliche Zusammenarbeit.

(Kontakt Daten Hefrückseite auf dem Umschlag)



Werden Sie Mitglied im Verein.
(Mitgliedsbeitrag 6,00 € pro Jahr)

Beitrittserklärungen erhalten Sie in der Geschäftsstelle



Volkshochschule
Ladenburg-Ilvesheim e.V.

Volkshochschule
Ladenburg-Ilvesheim e.V.
Hauptstr. 39
68526 Ladenburg

Tel.: 06203 923200
Fax: 06203 180561
anmeldung@vhs-ladenburg.de
www.vhs-ladenburg.de

Mitgliedschaft VHS Ladenburg-Ilvesheim e.V.

Hiermit beantrage ich meine Aufnahme als Mitglied in den eingetragenen Verein

VOLKSHOCHSCHULE LADENBURG-ILVESHEIM e.V.

Name, Vorname: _____

Straße, Hausnummer: _____

PLZ, Wohnort: _____

Lastschriftmandat:

Ich ermächtige den Verein, den von mir zu entrichtenden Mitgliedsbeitrag in Höhe von 6,00 € jährlich zu Lasten meines Girokontos mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. auf mein Konto gezogene Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name des Kreditinstitutes _____

IBAN: _____

BIC: _____

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____

1. Anmeldung

Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung kommt der Vertrag zwischen dem/der Teilnehmer*in und der Volkshochschule zustande. Sie erhalten eine schriftliche Bestätigung.

Die Anmeldung zu einer Veranstaltung ist möglich:

- schriftlich mit dem Anmeldeformular, per Telefax, E-Mail oder Internet
- persönlich
- telefonisch in der Geschäftsstelle Ladenburg oder in unserer Außenstelle in Ilvesheim oder
- durch eine Weitermeldeliste.

Mit der Anmeldung erkennen Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. an. Die Plätze werden in der Reihenfolge der Anmeldung vergeben.

Die Teilnehmer, die sich durch unsere Weitermeldelisten anmelden, haben im vorangegangenen Kurs die Möglichkeit, sich vor dem offiziellen Anmeldebeginn neu einzuschreiben. Die Restplätze werden im Anschluss daran der Reihenfolge der Anmeldung nach vergeben.

2. Gebühren und Bezahlung

Die Kursgebühr wird mit dem Zustandekommen des Vertrages fällig.

Kosten für Lehrbücher und Unterrichtsmaterialien sind, wenn nicht gesondert aufgeführt, nicht in den Gebühren enthalten. Die Bezahlung ist möglich durch:

- Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandates

Der Einzug der Gebühr erfolgt nach Kursbeginn.

Bei Sprachkursen mit individueller Gebührenvereinbarung wird die Grundgebühr ebenfalls nach Kursbeginn abgebucht. Der Zuschlag für Kleingruppen wird am zweiten Kurstermin nach Kursbeginn festgelegt und eingezogen.

- Barzahlung bei Anmeldung in der Geschäfts- oder Außenstelle

- Überweisung auf eines unserer Geschäftskonten

Rücklastschriftgebühren wegen fehlerhafter Kontoangaben, ungerechtfertigtem Widerruf oder Nichtdeckung des Kontos trägt der Kontoinhaber.

3. Teilnehmerzahl

Für die Veranstaltungen der Volkshochschule sind Mindest- und Höchstteilnehmerzahlen vorgegeben, deshalb ist eine rechtzeitige Anmeldung empfehlenswert. Bei Kursen, die auf Wunsch der Teilnehmenden auch mit geringerer Beteiligung durchgeführt werden sollen, wird ein kostendeckender Gebührenaufschlag erhoben, der am ersten Kurstermin (bei Sprachkursen am zweiten Kurstermin) endgültig festgelegt wird. Maßgebend ist die Zahl der tatsächlich anwesenden Teilnehmenden an den genannten Kursterminen. Spätere Änderungen wegen Teilnehmerneuzugängen sind nach dieser Vereinbarung nicht mehr möglich. Die Volkshochschule behält sich vor, Kurse wegen zu geringer Teilnehmerzahl abzusagen. Die bereits geleistete Kursgebühr wird dann in voller Höhe zurückerstattet.

4. Teilnahmebescheinigungen

Auf Wunsch werden Teilnahmebescheinigungen ausgehändigt oder können in der Geschäfts- oder Außenstelle abgeholt werden, soweit die Teilnehmenden regelmäßig (mindestens 80 %) am Kurs teilgenommen haben. In besonderen Fällen wird eine Verwaltungsgebühr erhoben.

5. Abmeldung/Rücktritt

a) Die Volkshochschule kann von dem Vertrag zurücktreten,

- wenn die erforderliche Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht ist
- wenn die von der Volkshochschule verpflichtete Kursleitung aus Gründen, die nicht von der Volkshochschule zu vertreten sind (z.B. Krankheit), ausfällt
- wenn Kursräume von Dritten nicht mehr zur Verfügung stehen. In diesen Fällen werden bereits geleistete Zahlungen ganz oder unter Anrechnung der bis dahin erteilten Unterrichtsstunden zurückerstattet.

b) Teilnehmende können ohne Angabe von Gründen zurücktreten:

- bei allen Kursen und Seminaren spätestens fünf Arbeitstage vor Kursbeginn (gebührenfrei),
- bei Kursen mit sechs und mehr Veranstaltungstagen innerhalb von zwei Arbeitstagen nach dem ersten Kurstermin, sofern im Hinblick auf die Teilnehmerzahl keine abweichende Individualvereinbarung (siehe Ziffer 3) getroffen wurde.

Die Abmeldung muss persönlich oder schriftlich bei der vhs erfolgen.

Rücktritt nach Ablauf der genannten Fristen ist nicht mehr möglich.

Auch bei Nichtteilnahme und Verhinderung wegen Krankheit müssen die Gebühren bezahlt werden.

6. Unterrichtsfreie Tage

An gesetzlichen Feiertagen sowie während der offiziellen Ferienzeiten findet (wenn nicht gesondert angekündigt) kein Unterricht statt. Bitte beachten Sie diesbezüglich den Ferienkalender.

7. Organisatorische Änderungen

- Die vhs kann aus sachlichem Grund und in einem der Vertragspartnerin zumutbaren Umfang Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.
- Muss eine Veranstaltungseinheit aus von der vhs nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (beispielsweise wegen Erkrankung einer Dozentin), kann sie nachgeholt werden. Sollte eine Teilnahme am Nachholtermin nicht möglich sein, besteht kein Anspruch auf anteilige Rückerstattung. Wird die Veranstaltung nicht nachgeholt, wird eine anteilige Gebühr zurückerstattet.

8. Haftung

Die Teilnahme an Veranstaltungen der Volkshochschule erfolgt auf eigenes Risiko. Die Haftung der Volkshochschule beschränkt sich auf grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz. Für Unfälle während der Veranstaltungen und auf dem Weg von und zu den Unterrichtsräumen sowie für den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen einschließlich der Garderobe übernimmt die Volkshochschule auch bei Veranstaltungen mit Kindern und Jugendlichen keine Haftung.

9. Hausordnung

Denken Sie bitte daran, dass die Volkshochschule in den verschiedenen Unterrichtsräumen nur Gast ist. Die Hausordnungen der einzelnen Veranstaltungsorte sind Vertragsbestandteil. In Schulen und Unterrichtsräumen darf grundsätzlich nicht geraucht werden. Bitte gehen Sie mit Gegenständen und Räumen pfleglich um. Turnhallen dürfen nur mit hallengeeigneten und sauberen Schuhen (keine Straßenschuhe, keine schwarze Sohle) betreten werden.

10. Datenschutz

Um ihre Aufgaben zu erfüllen, erhebt die Volkshochschule personenbezogene Daten. Diese dienen lediglich vhs-internen Zwecken, sie werden unter Beachtung der gesetzlichen Bestimmungen zum Datenschutz gespeichert. Genaue Informationen zum Thema Datenschutz entnehmen Sie bitte den gesondert aufgeführten Datenschutzbestimmungen.

11. Schlussbestimmungen

- (1) Das Recht, gegen Ansprüche der vhs aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, der Gegenanspruch ist rechtskräftig festgestellt oder unbestritten.
- (2) Ansprüche gegen die vhs sind nicht abtretbar.
- (3) Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der vhs ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Die Vertragspartnerin kann dem jederzeit widersprechen.

Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren ihre Gültigkeit.

Ladenburg, den 30. November 2024

Widerrufsrecht/Widerrufsbelehrung

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns

**Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V., Hauptstr. 39, 68526 Ladenburg,
Telefonnummer: 06203 923200
anmeldung@vhs-ladenburg.de**

mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

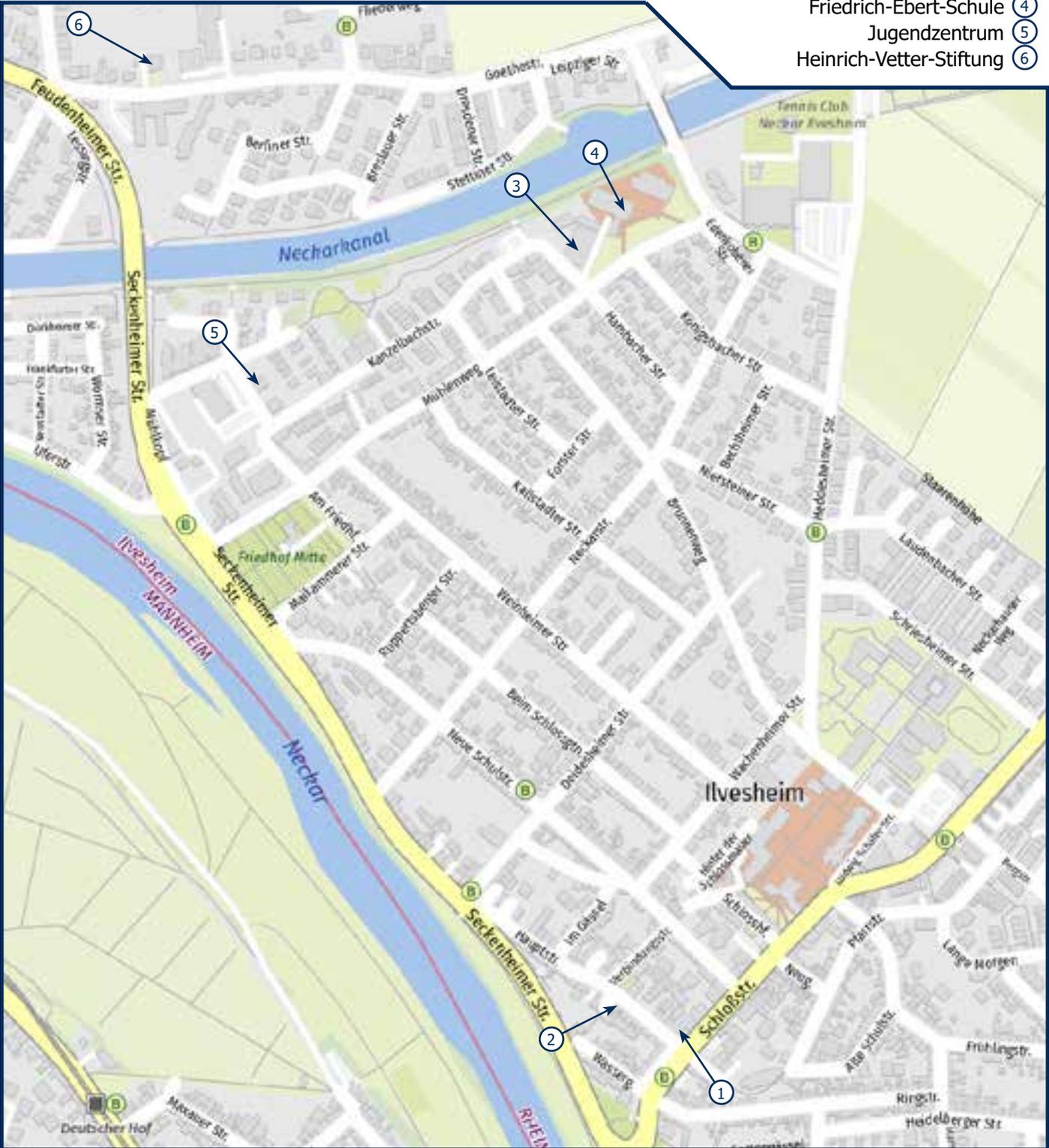
**Volkshochschule
Hauptstelle Ladenburg**
Hauptstr. 39
68526 Ladenburg

- VHS Ladenburg „Altes Rathaus“ ①
- Neues Rathaus, Domhofsaal ②
- Stadtbibliothek ③
- Dalberg-Grundschule ④
- Werkrealschule ⑤
- Merian-Realschule ⑥
- Anbau Carl-Benz Gymnasium ⑦
- Kindertagesstätte „Römernest“ ⑧
- Kinderhort „Haus des Kindes“ ⑨
- Musikschule ⑩
- Städtische Turnhalle ⑪
- Lobdengauhalle ⑫
- Freibad ⑬
- Jugendzentrum „Kiste“ ⑭
- Feuerwehrgerätehaus ⑮
- Marktplatzbrunnen ⑯
- Wasserturm ⑰
- Lobdengau-Museum ⑱
- Keramiklädchen ⑲
- Werkstatt „Filz-bar“ ⑳
- ISOVER Akademie ㉑
- Mukande ㉒
- Waldpark „Glashaus“ ㉓
- Parkplatz „Römerstadion“ ㉔



**Volkshochschule
Außenstelle Ilvesheim**
Rathaus
Schloßstr. 9
68549 Ilvesheim

- VHS Ilvesheim ①
- Bürgerhaus Hirsch ②
- Mehrzweckhalle ③
- Friedrich-Ebert-Schule ④
- Jugendzentrum ⑤
- Heinrich-Vetter-Stiftung ⑥



© mapz.com – Map Data: OpenStreetMap ODbL

Datenschutzbestimmungen

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V., Hauptstr. 39, 68526 Ladenburg ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können.

Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen.

Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mail-Adresse zur Zusendung von Werbeinformationen der vhs zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mail-Adresse nicht für diesen Zweck nutzen.

Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mail-Adresse und -soweit angegeben, Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Xpert, Finanzbuchhalter) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Sie beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Wenn Sie sich bei uns für den Kurs einer anderen vhs aus unserem Verbund der kleinen Volkshochschulen (Dossenheim, Heddesheim, Edingen-Neckarhausen und Schriesheim-Wilhelmsfeld) anmelden, geben wir die Daten an die den Kurs ausrichtende vhs weiter!

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

5. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die vhs die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der vhs gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten zum Thema Datenschutz lauten: E-Mailadresse: anmeldung@vhs-ladenburg.de
Telefonnummer: 06203 923200

Kursanmeldung:

Name, Vorname: _____

Straße u. Hausnr.: _____

PLZ u. Wohnort: _____

Telefon: _____

Email-Adresse: _____

Kurs-Nummer Kurstitel Kursgebühr

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen sowie die Datenschutzbedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und melde mich hiermit verbindlich zu den oben genannten Kursen an.

____ Datum _____ Unterschrift

Lastschriftmandat:

Ich ermächtige die Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. für alle von ihr durchgeführten Kurse und Veranstaltungen, zu denen ich mich anmelde, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name u. Ort des Kreditinstituts: _____

IBAN: _____

BIC: _____

Name, Vorname des Kontoinhabers (falls abweichend) _____

____ Datum _____ Unterschrift

Kursanmeldung:

Name, Vorname: _____

Straße u. Hausnr.: _____

PLZ u. Wohnort: _____

Telefon: _____

Email-Adresse: _____

Kurs-Nummer Kurstitel Kursgebühr

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen sowie die Datenschutzbedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und melde mich hiermit verbindlich zu den oben genannten Kursen an.

____ Datum _____ Unterschrift

Lastschriftmandat:

Ich ermächtige die Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. für alle von ihr durchgeführten Kurse und Veranstaltungen, zu denen ich mich anmelde, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name u. Ort des Kreditinstituts: _____

IBAN: _____

BIC: _____

Name, Vorname des Kontoinhabers (falls abweichend) _____

____ Datum _____ Unterschrift

Herausgeber, Gestaltung & Satz:

Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V.
Altes Rathaus
Hauptstr. 39
68526 Ladenburg
Telefon: 06203 923200
E-Mail: anmeldung@vhs-ladenburg.de
www.vhs-ladenburg.de

Druck:

Weik Druck & Design GmbH
Wallstadter Str. 17
68526 Ladenburg
Telefon: 06203 2469
Fax: 06203 14899
E-Mail: info@weikdruck.de
www.weikdruck.de

Fotohinweise:

Deckblatt - Fototreff Ladenburg - Gerhard Pflästerer
Torwächter S. 4 - Heimatbund Ladenburg e.V.
Titelbilder Kategorien - stock.adobe.com