



2025

Herbst / Winter

Programm 2026

LEITUNG



Christoph Mast, M.A.

Leiter vhs Albstadt e.V.
Tel. 07431 / 1 34 35-12
c.mast@vhs-albstadt.de



Sabrina Bruno

Stellvertretende Leitung
Tel. 07431 / 134 35-14
s.bruno@vhs-albstadt.de

SACHBEARBEITUNG



Katja Hirrle

Verwaltung
Tel. 07431 / 1 34 35-0
k.hirrle@vhs-albstadt.de



Sindy Reinicke

Verwaltung
Tel. 07431 / 134 35-23
s.reinicke@vhs-albstadt.de



Sonja Riekert

Verwaltung
Tel. 07431 / 134 35-24
s.riekert@vhs-albstadt.de

Unsere Kontodaten

IBAN: DE45 6535 1260 0066 0386 83 • SWIFT-BIC: SOLADES1BAL
Kreditinstitut: Sparkasse Zollernalb

Ermäßigungen:

Können nur in der Geschäftsstelle Albstadt nach Vorlage eines Nachweises gewährt werden.

Bezahlung

- Erteilen einer Einzugsermächtigung (SEPA-Mandat)
- Überweisung bis spätestens 2 Tage vor Kursbeginn
- Bar- und Kartenzahlung in der Geschäftsstelle

Bitte immer Name und Kursnummer angeben!



Bewegung und Sport im



aktuelle Kurse unter:
<https://badkap.de/baden/bewegung-sport/>



Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

das neue Semesterprogramm der Volkshochschule Albstadt liegt vor Ihnen. Wieder ist es unserem vhs-Team gelungen, ein hochwertiges und umfangreiches Programm für Ihre Weiterbildung zusammen zu stellen. Ob es dabei um das Allgemeinwissen oder die Verwirklichung Ihres kreativen Potentials geht, das Erlernen eine Sprache, eines Computerprogramms oder wollen Sie mehr für Ihre Gesundheit tun? – die VHS macht's möglich.

Im neuen Kursprogramm möchte ich Ihr Augenmerk auf einige besondere Veranstaltungen richten:

Ein aktuelles und wichtiges Thema ist die Kindererziehung. Hier bietet die Volkshochschule nicht nur Vorträge und Kurse an, sondern auch Elternworkshops für gelungene Lernstrategien. Als Höhepunkt wird in diesem Bereich vom 07.-09.04.2026 wieder die Lernwoche „Open-Learning-Space“ jeweils von 10 – 15 Uhr stattfinden. In Kooperation mit der psychologischen Beratungsstelle Albstadt wird ein Vortrag zum Thema Medienkonsum stattfinden.

In Zusammenarbeit mit dem Kunstmuseum Albstadt veranstaltet die VHS einen Druckworkshop und einen kunsthistorischen Vortrag mit Dr. Maren Welsch aus Kiel. Unter dem Titel „die Form geht vom Erlebnis aus“ geht es dabei um den bekannten Maler und Grafiker Otto Dix von 1933 bis 1945. Auch für Kinder und Jugendliche werden im Kunstmuseum Albstadt zwei Kurse durchgeführt: eine Taschenlampenführung in der nächtlichen Druckwerkstatt und ein Escape Game unter dem Titel „Mission Jupiter“. Im künstlerischen Bereich gibt es schließlich auch wieder zwei Kooperationen mit anderen Volkshochschulen: Balingen und Tuttlingen.

In unserem Gesundheits- und Fitnessbereich bieten wir Ihnen auf der einen Seite zahlreiche bewährte Kurse wie Yoga, Pilates, Faszientraining oder Wirbelsäulengymnastik an. Zusätzlich aufgenommen wurde in diesem Semester ein Impulsvortrag zum Thema Stressbewältigung, der den Weg zu einem gesünderen Lebensstil weisen soll. Passend dazu haben wir nun unseren Jogging-Kurs etabliert. Wir bieten für alle (Neu-)Einsteiger die Möglichkeit, ohne Leistungsdruck unter fachkundiger Leitung eines alten „Laufhasen“ gemeinsam in die „Philosophie des Laufens“ einzutauchen. Bewährte Kooperationspartner im Gesundheitsbereich sind das Badkap, die TG Ebingen und die Stingel Mühle in Balingen.

Der Sprachenbereich erfreut sich einer guten Nachfrage, weil unser flexibles Gebührensystem auch Kleingruppen eine Chance zum Weiterlernen bietet. Neu ist in diesem Semester im Sprachenbereich ein Polnischkurs und im Bereich der beruflichen Bildung der Kurs „Finanzkompass – Ihre Reise zu finanzieller Sicherheit und Wohlstand“.

Weiter bewährt hat sich das Angebot von Nachhilfe für Schülerinnen und Schüler aller Schulformen. Mit sozial verträglichen Preisen und einem Team von erfahrenen Nachhilfelehrerinnen und -Lehrern bietet die Volkshochschule Albstadt damit ein wichtiges Betätigungsfeld.

Weitere zielgruppenspezifische Kurse werden für Frauen, Senioren und in den beiden Außenstellengemeinden Meßstetten und Bitz angeboten.

Nun wünsche ich viel Spaß beim Sichten der vielen Angebote und hoffe, dass auch für Sie das Passende dabei ist.

Herzliche Grüße!

Roland Tralmer

Oberbürgermeister der Hochschulstadt Albstadt
Vorstandsvorsitzender der Volkshochschule Albstadt e.V.

IMPRESSUM

Vorstandsvorsitzender:
Roland Tralmer, OBM

Beiratsvorsitzende:
Marianne Roth

Leitung vhs:
Christoph Mast, M.A.

Anzeigen und Mediadaten:
Monika Schuh-Wibmer
MSW-Marketing

Vorstand:
Dr. Heidemarie May
Kurt Luithlen
Ralf Keppler
BM Raphaela Gonser
BM Frank Schroft
Michael Keppler

Beirat:
Erwin Jocham
Jürgen Schmid
Markus Ringle
Evelyn Conzelmann
Dr. Lennart Spengler
Rolf Roth
Isabell Doster
Dr. Matthias Brauchle

Herausgeber:
Volkshochschule Albstadt
Bitz-Meßstetten

Gestaltung:
Anna Schneider
Göckel Druck & Grafik GmbH

Druck: Druckhaus
Wittich KG, Föhren

Redaktion: Christoph Mast

Hiphop-Workshop in den Ferien

ab 10 Jahren – keine Vorkenntnisse erforderlich
 Vanessa Haug, prof. Musicaldarstellerin und
 Tanzpädagogin

600211

Termin: montags, 9.00–11.00 Uhr
 Beginn: Mo., 27.10. – Di., 28.10.2025
 Dauer: 2 mal
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 38,00
 Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Trinken,
 Turnschuhe



Weitere Kinder- und Jugendkurse
 finden Sie ab Seite 42.

„Wie macht man eine Brezel?“

Führung Backhaus Mahl

Katja Hirrlé

600301

Termin: Mi., 29.10.2025, 8.00–9.30 Uhr
 Ort: Backhaus Mahl in 72510 Stetten
 a.k.M., Lagerstr. 18
 Gebühr: EUR 10,00
 Treffpunkt: 07.55 Uhr Backhaus Mahl Zentrale



**Gruselige Grafik –
 Taschenlampenführung
 mit nächtlicher Druckwerkstatt**

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Carina Rosenlehner

600208

Termin: Do., 30.10.2025, 17.00–20.00 Uhr
 Ort: Kunstmuseum, Kirchengraben 11,
 A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 10,00 (inkl. Material)
 Anmeldung über das Kunstmuseum Albstadt.



Semesterplan HERBST / WINTER 2025/2026

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

■ Schulferien in Baden-Württemberg und (bewegliche) Ferientage ■ Semesterbeginn: 22.09.2025 ■ Semesterende: 20.02.2026



40-jähriges Jubiläum des Weltladens Albstadt

1985 haben ein paar junge Menschen in Tailfingen einen Arbeitskreis Dritte-Welt-Laden ins Leben gerufen und einen regelmäßigen Stand mit fairen Produkten auf dem Wochenmarkt organisiert. Damit war der Grund gelegt für einen Dritte-Welt-Laden, der im April 1986 in einem Wohnhaus in der Katharinenstraße 7 in Tailfingen eröffnet wurde.

1989 wurde das Ladengeschäft in der Hechinger Straße 37 in Tailfingen bezogen und seit 1995 hieß der Laden „Weltladen“.

1998 erfolgte der Umzug nach Ebingen in die Schmiechastraße 3.

Seit 2010 befindet sich der Weltladen in Ebingen in der Oberen Vorstadt 25.

Der Weltladen Albstadt ist einer von sechs Weltläden im Kreis, die sich in Trägerschaft des Freundeskreises Eine Welt e.V. befinden.

Ein paar der Gründungsmitglieder sind immer noch aktiv im heutigen Weltladen-Team, viele andere waren im Laufe der 40 Jahre kürzer oder länger aktiv, sei es im Einkauf, im Verkauf, bei der Schaufenstergestaltung, als Springer, bei vielen Veranstaltungen des Weltladens usw.

Am **Samstag, 27. September 2025** wollen wir das 40-jährige Bestehen in Zusammenarbeit mit der VHS Albstadt in den Räumen der VHS (Johannesstraße 5 in Ebingen, im 1. OG Saal/Foyer) feiern:

- Ab 15 Uhr gibt es Kaffee und Kuchen, den Schüler*innen der Fair-Trade-Gruppe der Walther-Groz-Schule backen.
- Um 17.30 Uhr folgen Grußworte des Albstädter Oberbürgermeisters Dr. Roland Tralmer, dem Vorsitzenden des Freundeskreises e.V. Bernhard Schädle-Horn und der Vertreterin des Weltladendachverbands Saskia Rudnau.
- Es folgt ein kurzes Interview über die Anfangszeit mit dem damaligen Gründungsmitglied Ilse Setzpfand.
- Danach gibt es leckere ostafrikanische Häppchen und Getränke.
- Und um 19 Uhr zeigen wir den 95-minütigen Spielfilm "Made in Bangladesh", der von einer jungen Textilarbeiterin handelt.

Es gibt außerdem eine Ausstellung zur Geschichte des Weltladens, einen Ordner mit Zeitungsartikeln und Bildern zum Durchblättern, Informationen zu den Projekten in Peru und Ecuador, die wir finanziell unterstützen, und zu unserem Trägerverein „Freundeskreis Eine Welt e.V.“.

Ehemalige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Kunden des Weltladens, Kooperationspartner und Interessierte am fairen Handel sind ganz herzlich eingeladen.

Am **Sonntag, 21. September 2025** feiern wir das Jubiläum auch in einem Gottesdienst mit Pfarrerin Marlies Haist - um 9.30 Uhr in der evangelischen Martinskirche Ebingen.



*Herzliche Einladung, dieses Jubiläum
mit uns zu feiern.*

Das Team des Weltladens Albstadt

WELTLADEN • Obere Vorstadt 25 • 72458 Albstadt-Ebingen

OPEN-LEARNING-SPACE 2025

Stehen auch bei dir
Abschlussprüfungen an?
Dann gib noch einmal so richtig
Gas und komm zum Lernen
vorbei.

Rückmeldungen unserer
Teilnehmer:

*“Es ist toll, einen ruhigen
Raum zum lernen zu haben.”*

*“Hier kann ich mich richtig gut
konzentrieren und werde
nicht abgelenkt.”*

Save the date:

07.04. - 9.4.2026

jeweils von 10-15Uhr



**Profitiere vom Wissen
der Lernexperten!**

**im Bildungszentrum
in der Johannesstr. 5
im 2. OG**



**KONTAKTIERE UNS
07431 / 134 35 - 0**



www.vhs-albstadt.de

*Michael Keppler unterstützt seit 2018 mit seiner
LEICHTER LERNEN Academy erfolgreich Schüler
durch Lerncoaching.



Mit Lernexperten fit für die Prüfung

Bildung Zum zweiten Mal findet der „Open-Learning-Space“ der VHS Albstadt statt. In den Faschings- und Osterferien können sich Schüler gemeinsam mit Fachleuten auf die anstehenden Prüfungen vorbereiten.

Der Markenbotschafter Michael Keppler ist bereits seit 2012 als Dozent für die Volkshochschule Albstadt. Mit der „LEICHTER LERNEN Academy“ hat er sich in diesem Bereich selbständig gemacht. Nächste Woche ist er in der Schlossberg-Realschule in Ebingen in den Abschlussklassen präsent. Dort werden nochmals Impulse zum Thema gehirngerechtes Lernen, aber auch Blackout-Prävention, Umgang mit Prüfungsangst und Lernmotivation auf den letzten Metern gegeben. Michael Keppler zeigt auf, dass Lernstrategien oft wichtig sind und Prüfungsangst abgebaut werden muss.

Zwei separate Lernwochen

Letztes Jahr fand der „Open-Learning-Space“ der Volkshochschule Albstadt das erste Mal statt. Dieses Jahr wird das Projekt erstmals an zwei Wochen, in den Faschingsferien und in der Karwoche der Osterferien durchgeführt. Im Bildungszentrum Albstadt sind von Montag, 3. März, bis Donnerstag, 6. März, von 10 bis 15 Uhr und am Freitag, 7. März, von 10 bis 13 Uhr die Schulungsräume geöffnet. Hintergrund der Ausdehnung des Angebotes auf zwei Wochen ist, dass in der ersten Woche zunächst einmal ein niederschwelliges Angebot zum Kennenlernen geschaffen wird. Im Anschluss werden bei Bedarf passgenaue Angebote für Nachhilfe in verschiedenen Fächern oder Lerncoachings beim Lernprofi Michael Keppler vermittelt. Zur Lernwoche dürfen alle Interessenten ohne Anmeldung kommen, der Open-Learning-Space ist kostenlos für alle zugänglich. Letztes Jahr waren Schüler aus verschiedenen Schulformen, aber auch aus verschiedenen Stadtteilen, vor Ort, nämlich aus Ebingen, Meßstetten und von der Waldorfschule in Balingen. Es waren sowohl Einzel-Lerner als auch kleinere Gruppen, die gemeinsam den Abschluss machen möchten, anzutreffen. Sowohl Realschüler vor der Mittleren Reife, als auch Abiturienten nutzten den offenen Lernraum der VHS Albstadt.

Kostenlos und ohne Anmeldung

Erfahrene Dozenten leisten in den Lernwochen Schützenhilfe und beantworten Fragen. Michael Keppler steht dabei selbst mit Rat und Tat zur Seite. In den Räumen des Bildungszentrums wird so ein Angebot geschaffen, in dem die Schüler einen ruhigen, aber auch zum Austausch einladenden und flexibel nutzbaren Bereich vorfinden. Die Erfahrung von letztem Jahr zeigt, dass die Kombination aus Selbstlernen und Begleitung beziehungsweise Austausch mit den Lernexperten und anderen Schülern gelungen ist.

Im Mittelpunkt der Lernwoche soll die Erkenntnis stehen, selbst Mut zu fassen. Mit den 100 Milliarden Gehirnzellen hat jeder die gleichen Voraussetzungen und kann diese optimierter, als bisher von uns gedacht, einsetzen. Michael Keppler möchte aufzeigen, dass in jedem Menschen viel mehr Potenzial steckt, als man denkt. Abschließendes Ziel ist es für ihn, unabhängig von der Beziehung zu den Lernkräften die eigenen Fähigkeiten zielführend zu nutzen und somit einer erfolgreichen Zukunft vorzubauen.

Weitere Nachhilfeangebote

Neben den bereits bewährten Nachhilfeangeboten finden im kommenden Semester auch viele neue Veranstaltungen statt: Beim 50-jährigen Jubiläum der Stadt Albstadt wird die VHS Albstadt sich in einem Zelt an der Infomeile in der Unteren Vorstadt Ebingen präsentieren. Dort wird es ein Glücksrad für Kinder und ein Ratespiel für Erwachsene geben. Hans Wegerhoff wird einen Vortrag zum Thema „Meine besten Jahre in Albstadt“ über die 80er und 90er Jahre in der Textilbranche halten. Dieser findet in der Mensa der Lammerbergschule in Tailfingen statt. Als Drittes wird ein Kindertheater „Circus Huckepack“ am Bürgerturnplatz Ebingen angeboten.

Interessante Angebote

Das 40-jährige Jubiläum des Weltladens Albstadt wird ebenfalls in Zusammenarbeit mit der VHS Albstadt gefeiert. Dabei gibt es eine Kunstaussstellung im ersten Stock des Bildungszentrums Albstadt sowie Filmvorführungen und einen Austausch. Mit der Bestseller- autorin Michaela Wiebusch findet nächstes Semester die interessante Lesung „Nur du weißt, wer du bist: 7 Tage für ein neues Selbst“ statt. Für Kinder und Jugendliche gibt es wieder viele Angebote, wie beispielsweise Aquarellmalen und Bogenschießen.

Weitere Kursinhalte können auf der Homepage www.vhs-albstadt.de bequem angeschaut und gebucht werden. Die Volkshochschule Albstadt freut sich über viele Anmeldungen.

Learning-Space der VHS Albstadt

Im Bildungszentrum Albstadt sind von Montag, 3. März, bis Donnerstag, 6. März, von 10 bis 15 Uhr und am Freitag, 7. März, von 10 bis 13 Uhr die Schulungsräume geöffnet. Das Angebot kann kostenlos und ohne Anmeldung genutzt werden.



Michael Keppler und Christoph Mast
Foto: Katja Hirrle

Aus der vhs Laufgruppe

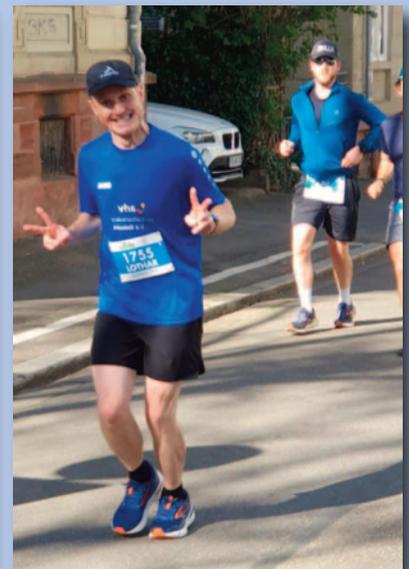
Vhs-Laufgruppe stellt stärkstes Team beim Lauftag in Oberndorf
Am 04.05.2025 war es soweit: Die Läufer, die sich seit Monaten auf ihren Wettkampf vorbereitet hatten, konnten nun endlich ihre Leistung abrufen. Es wurden Strecken von 5, 10 und 21 km gelaufen. Alle vhs-Läufer konnten ihre Strecken erfolgreich finishen. Es gab sogar einige Podestplätze, die mit viel Applaus beklatscht wurden. Ein erfolgreiches Rennen, mit vielen persönlichen Bestzeiten.



Stephan Luithardt finishte seinen ersten Halbmarathon am 04.05.2025 in Oberndorf a. N.



Sabrina Stingel finishte ihren ersten Halbmarathon am 19.07.2025 in Bad Buchau.



Lothar Sommer finishte seinen ersten Marathon am 05.04.2025 in Freiburg im Breisgau.

Am 05.07.2025 war es soweit. Drei Läufer der Volkshochschule Albstadt e.V. nahmen beim Marathon (42km), bzw. Halbmarathon (21km) auf den Gornergrat, bzw. Riffelberg in Zermatt teil. Darunter befanden sich die zwei Dozenten der Laufgruppe und der Leiter der vhs Albstadt Christoph Mast. Es mussten je nach Strecke zwischen 1500 und 2000 Höhenmeter bewältigt werden. Das Wetter war dieses Jahr großartig und das Matterhorn zeigte sich an dem Tag meist unverhüllt. Alle Drei finishten am Riffelberg. Als Erster ging der vhs-Leiter durchs Ziel. Was für eine tolle Veranstaltung.



Geschäftsstelle der Volkshochschule Albstadt e.V.

Volkshochschule Albstadt e.V. • Johannesstraße 5 • 72458 Albstadt • Tel. 07431 / 1 34 35-0

Öffnungszeiten

Mo. – Fr.: 09.00 – 12.00 Uhr
 Di.: 09.00 – 14.00 Uhr
 Do.: 13.00 – 16.00 Uhr



www.vhs-albstadt.de

In den Ferien ausschließlich vormittags geöffnet 9.00–12.00 Uhr.

Persönliche Angaben:

Name, Vorname

Adresse

Telefonnummer

E-Mail*

Geburtsdatum

* Wichtig für den Versand des Programmheftes. Dieses wird ausschließlich per E-Mail versandt.

Einzelmitgliedschaft Mitgliedsbeitrag pro Jahr 12,- €

Familienmitgliedschaft Mitgliedsbeitrag pro Jahr 25,- €

Bitte geben Sie die Namen der Familienmitglieder an:

Name, Vorname

Name, Vorname

Name, Vorname

Haben Sie Interesse an einer Firmenmitgliedschaft? Dann kommen Sie auf uns zu.
Wir besprechen die Details gerne mit Ihnen persönlich.

SEPA-Lastschriftmandat:

Ich ermächtige die vhs Albstadt e.V. Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen.
Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der vhs Albstadt e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Lastschrift erfolgt im ersten Quartal des neuen Jahres.

Bankverbindung

IBAN

BIC

Kreditinstitut

Datum / Unterschrift

1) Die Mitgliedschaft kann jeweils zum Ende des Jahres vor dem 30.06. des jeweiligen Jahres gekündigt werden.
Eine Kündigung nach dem 30.06. führt automatisch zu einer Verlängerung der Mitgliedschaft für das nächste Jahr.

0 – vhs online 10

1 – vhs Forum 14

Studienreisen 14
 Exkursionen 15

Hobby & Freizeit 15
 Psychologie & Pädagogik 16

2 – Kunst und Gestalten 18

Kunst im Gespräch 18
 Literatur 18
 Tanzen 19
 Malen & Zeichnen 20

Textiles Gestalten 21
 Handwerkliche Techniken 22
 Musik 23

3 – Gesundheit 24

Gesundheit im Gespräch 24
 Entspannung 24
 Yoga 25
 Qi Gong 26
 Fitnessangebote 27

Aquafitness 28
 Sport 29
 Rückenschule/Wirbelsäulengymnastik 29
 Gesundheitsprävention 31
 Kochen & Backen 31

4 – Sprachen 33

Sprachkurs-Angebote 33
 Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen (GER) ... 33
 Gebührentabelle 34
 Chinesisch 34
 Deutsch 34
 Englisch 35

Französisch 36
 Italienisch 37
 Polnisch 38
 Russisch 38
 Spanisch 38
 Türkisch 38

5 – Berufliche Bildung 39

vhs Business spezial 39
 EDV-Grundkurse 40

EDV-Fortgeschrittenenkurse 40
 Finanzen – Buchhaltung – BWL 40

6 – Junge VHS 42

Nachhilfeangebote 42
 Coaching 42
 Kunst & Gestalten 43

Kunst & Gestalten 43
 Musik 44
 Kochen & Backen 44

7 – VHS für Frauen 45

8 – Im besten Alter 46

Pädagogik & Psychologie 46
 Tanzen 46

Fitnesskurse 46
 Sprachen 47

8 – Außenstellen 48

Außenstelle Bitz 48

Außenstelle Meßstetten 48

Anmeldekarten: ab Seite 50



Unser Online-Angebot

Wir bieten auch digitale Angebote an. Um Ihnen die Zugangsvoraussetzungen näherbringen zu können, geben wir Ihnen im Folgenden nützliche Tipps zur Vorbereitung:

- Ihr PC sollte mindestens mit einer mittleren Leistung ausgestattet sein.
- Eine möglichst schnelle und stabile Internetverbindung mit hoher Bandbreite sorgt für eine gute Übertragung des Signals.
- Für die Videoübertragung: eine externe PC-WebCam (falls nicht schon im Gerät eingebaut).
- Für den Ton: ein Headset (Kopfhörer mit Mikrofon oder Handy-Headset (falls nicht schon im Gerät eingebaut)), dann können Sie auch mit etwas Abstand vor Ihrem Bildschirm sitzen, Ihr gegenüber wird Sie trotzdem gut verstehen.
- Testen Sie Ihr Headset und Ihre WebCam vor der Veranstaltung, achten Sie dabei auf Lautstärke, auf Rückkopplungen und die Beleuchtung im Zimmer.
- Für das Seminar nehmen Sie einen ruhigen und ungestörten Platz in der Wohnung.
- Schalten Sie bitte Ihr Handy auf stumm oder komplett aus.
- 10 Minuten vor dem Online-Angebot bereits online gehen und prüfen, ob die Technik funktioniert.
- Nach der Anmeldung zu einem Onlinekurs erhalten Sie von uns die Zugangsdaten. Die Onlinekurse werden mit „Zoom“ durchgeführt. Nach Klick auf den Veranstaltungslink werden Sie evtl. dazu aufgefordert zu bestätigen, dass Zoom Ihre Kamera und Ihr Mikrofon benutzen darf; die Bestätigung ist Voraussetzung, damit Sie den Kurs mitverfolgen und aktiv daran teilnehmen können.
- Bei Fragen wenden Sie sich an die VHS Albstadt.

Erst der Kurs und dann der Hund

Eine Koopertion mit der vhs Rottweil

Isabell Couval

100201

Termin: mittwochs, 18.30–20.00 Uhr
Beginn: Mi., 05.11.2025
Dauer: 6 mal
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 66,00
Anmeldung bis: 04.11.2025

2 vor Ort Termine jeweils von 12–14 Uhr:

29.11.2025 im Tierheim Rottweil, Eckhof 7,
78628 Rottweil
06.12.2025 im Tierheim Tailfingen, Im Schalkental 6–7,
72461 Albstadt

ChatGPT für Autor*innen (Online Schreibworkshop) – professionelle Anwendungsmöglichkeiten und Prompts

Anja Kislich, Autorin u. Illustratorin, Literarische Agentin

202001

Termin: So., 12.10.2025, 10.30–13.30 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 35,00
Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera
und Mikrofon
Anmeldung bis: 10.10.2025

ChatGPT kreativ für Autor*innen (kreatives Schreiben) – professionelle Anwendungsmöglichkeiten und Prompts

Anja Kislich, Autorin u. Illustratorin, Literarische Agentin

202002

Termin: Do., 11.12.2025, 18.00–21.00 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 35,00
Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera
und Mikrofon
Anmeldung bis: 10.12.2025

Online-Autor:innensprechstunde "Kinderbücher schreiben"

Anja Kislich, Autorin u. Illustratorin, Literarische Agentin

202003

Termin: So., 07.12.2025, 14.30–16.30 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 25,50
Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera
und Mikrofon
Anmeldung bis: 04.12.2025

Der professionelle Weg zum fertigen Buch

Anja Kislich, Autorin u. Illustratorin, Literarische Agentin

202004

Termin: Mo., 12.01.2026, 18.00–20.00 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 25,50
Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera
und Mikrofon
Anmeldung bis: 09.01.2026



www.vhs-albstadt.de





Humorvoll Schreiben: Textwerkstatt für Autoren, Redner und alle, die Humor als Stilmittel für sich nutzen wollen

Anja Kislich, Autorin u. Illustratorin, Literarische Agentin

202005

Termin: Mo., 02.02.2026, 18.00–20.00 Uhr
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 25,50
 Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera und Mikrofon
 Anmeldung bis: 29.01.2026

Anmeldung über **vhs Balingen**
 Tel. 07433-90800
 www.vhs-balingen.de

Sketching am Küchentisch

Stefan Kübler

Termin: mittwochs, 19.30–21.30 Uhr
 Dauer: 4 mal
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 79,00 (6 Teilnehmer)

Oktober 25 – Online-Zeichenkurs 20511

Beginn: Mi., 01.10.2025

November 25 – Online-Zeichenkurs 20512

Beginn: Mi., 29.10.2025

Januar 26 – Online-Zeichenkurs 20513

Beginn: Mi., 14.01.2026

Februar 26 – Online-Zeichenkurs 20514

Beginn: Mi., 11.02.2026



Gesundheit beginnt im Kopf – wie Gedanken den Körper beeinflussen

Steve Windisch

300001

Termin: Do., 30.10.2025, 19.00–20.30 Uhr
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 9,00
 Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera und Mikrofon
 Anmeldung bis: 29.10.2025

Innere Balance trotz vollem Alltag

Die 3 Säulen der Selbstfürsorge

Steve Windisch

300002

Termin: Mo., 29.09.2025, 19.00–20.30 Uhr
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 9,00
 Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera und Mikrofon
 Anmeldung bis: 25.09.2025



Yin Yoga für mehr Entspannung und Beweglichkeit

Sabrina Hölzl

301601

Termin: donnerstags, 18.30–19.30 Uhr
 Beginn: Do., 02.10.2025
 Dauer: 10 mal
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 72,00
 Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera und Mikrofon und eine Yogamatte, eine Decke und Kissen
 Anmeldung bis: 30.09.2025

VOM ZAHLenschUBSER ZUM GROSSVERDIENER

WERDE
BILANZBUCHHALTER IHK*



Mehr Informationen
ihkrt.de/weiterbildung



Telefon
07121 201-771



Institut für
Handel und
Wirtschaftsprüfung
in Deutschland



Weitere Lehrgangsanbieter auf: ihkrt.de/lehrgangsanbieter

*IHK/ID



Faszientraining

Karin Heinzlmann, Aquafitnessleiterin, Kursleiter für Faszientraining

Termin: mittwochs, 18.00–19.00 Uhr
 Dauer: 5 mal
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 30,70
 Mitzubringen: Laptop/PC/Tablet mit Kamera und Mikrofon, ein großes Handtuch/Decke, Tennisball, Faszienrolle

302202

Beginn: Mi., 05.11.2025
 Anmeldung bis: 04.11.2025

302203

Beginn: Mi., 14.01.2026
 Anmeldung bis: 13.01.2026

Rhetorik Online Workshop

Sicher auftreten – überzeugend argumentieren - souverän ankommen

Matthias Dahms

500003

Termin: Mi., 15.10.2025, 18.30–21.30 Uhr
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 69,00
 Mitzubringen: Laptop/PC mit Kamera und Mikrofon
 Anmeldung bis: 14.10.2025

Smalltalk trainieren – Online-Workshop

Kontakte sicher und souverän aufbauen.

Die Kunst des Smalltalks: Vom Small Talk zum Smart Talk

Matthias Dahms

500004

Termin: Do., 11.12.2025, 18.30–21.30 Uhr
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 69,00
 Mitzubringen: Laptop/PC mit Kamera und Mikrofon
 Anmeldung bis: 10.12.2025

Storytelling: Die Kunst des nachhaltigen Überzeugens

Matthias Dahms

500005

Termin: Do., 12.02.2026, 18.30–21.30 Uhr
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 74,00
 Mitzubringen: Laptop/PC mit Kamera und Mikrofon
 Anmeldung bis: 11.02.2025

Online bewerben zur Traumstelle

Thilo Herzau

501101

Termin: So., 26.10.2025, 10.30–12.30 Uhr
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 50,00
 Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera und Mikrofon
 Anmeldung bis: 23.10.2025

Webseiten erstellen ganz ohne Programmierkenntnisse

Thilo Herzau

501102

Termin: So., 19.10.2025, 14.30–16.30 Uhr
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 50,00
 Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera und Mikrofon
 Anmeldung bis: 16.10.2025

Power Point beherrschen

Thilo Herzau

501202

Termin: So., 12.10.2025, 10.30–12.30 Uhr
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 50,00
 Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera und Mikrofon
 Anmeldung bis: 10.10.2025

Finanzkompass:

Ihre Reise zu finanzieller Sicherheit und Wohlstand

Kevin Böhm

Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 15,00
 Mitzubringen: Laptop/PC mit Kamera und Mikrofon, MS Teams

504005

Termin: Mo., 06.10.2025, 18.00–20.00 Uhr
 Anmeldung bis: 02.10.2025

504006

Termin: Mi., 22.10.2025, 18.00–20.00 Uhr
 Anmeldung bis: 20.10.2025



STUDIENREISEN



GEOPULS ist unser Partner, wenn es um ganz besondere Studienreisen geht, denn die Geopuls-Reiseleiter sind alleamt begeisterte Geographen und Landeskundler mit umfassenden Kenntnissen und Erfahrungen; nicht nur zur Kultur, sondern auch zu Natur und Landschaft des jeweiligen Reisezieles. Mit Geopuls bekommen Sie neben den klassischen touristischen Höhepunkten eines Landes, die man unbedingt gesehen haben muss, noch immer einiges mehr geboten. Dies sind die schönen kleinen, authentischen Dinge am Rande der touristischen Pfade, die mitunter bei kleinen Wanderungen und Ausflügen in die Natur erlebt werden können. Dies geht am besten in einer nicht zu großen Gruppe, weshalb die Teilnehmerzahl je nach Reiseziel auf angenehme 10-16 Personen begrenzt ist. Geopuls als Reiseveranstalter für alle interessierten Menschen wurde 2004 von Dozenten des Geographischen Instituts in Tübingen ins Leben gerufen und arbeitet seitdem mit ausgewählten Volkshochschulen in der Region zusammen.

Gedruckte Reiseausschreibungen zu den folgenden Reisen liegen bei der VHS aus und können auch von der vhs-Homepage downloaded werden.

Radjasthan mit Taj Mahal & Delhi**16 Tage: 09. - 24.01.2026**

Geopuls-Exkursionsleitung: Dr. Rolf Beck & Dr. Volker Höhfeld

Das Taj Mahal in Agra



Im Land der Rajputen, jener streitbaren "Fürstensöhne" und Maharajas im Nordwesten Indiens, taucht man ein in eine fremde Welt wie aus 1001 Nacht. In grellbunte Saris gehüllte Frauen, die ihre blankgeputzten Messingtöpfe auf dem Kopf balancieren oder in Seen und Flüssen Wäsche waschen, und Rajputen-Männer mit furchterregenden Schnurrbärten, die auf Kamelkarren hocken oder Ochsengepanne treiben, bestimmen oft noch immer das Bild in den ländlichen Regionen Rajasthans - ein Land, das auf weite Strecken von

der Wüste Thar, aber auch von faszinierend schönen Bergpanoramen geprägt wird. Mit Geographen unterwegs zu sein, heißt aber auch auf einer eher kulturgeographischen Reise ins Wunderland Rajasthan, dass Natur und Landschaft eine wichtige Rolle spielen. Sie verbindet sich außerdem mit einem Besuch in Delhi, Indiens Hauptstadt und ebenso darf der Taj Mahal im indischen Bundesstaat Uttar Pradesh keinesfalls fehlen, das auf die intensive Verbindungen zu Mittelasien und die Kultur des Mogulreichs verweist. Es gehört zu den großartigsten Bauwerken der Menschheit. Auf einer ganz besonderen Rundreisroute erleben Sie zudem einige spektakuläre Unterkünfte in alten Palästen, Forts und Herrenhäusern. Hunderte von königlichen Gebäuden, Tempeln, traditionellen religiösen Schulen, Residenzen reicher Kaufleute und nicht zuletzt grandiose Landschaften bilden das unerschöpfliche Reservoir an Sehenswürdigkeiten. Um sehr lange Fahrtstrecken zu vermeiden legen wir die Strecke zwischen Udaipur und Delhi via Inlandsflug zurück. Details siehe vhs-homepage.

Leistungen: Flugreise ab Stuttgart, 14 Ü/H in Indien, Inlandsflug, komplettes Exkursionsprogramm mit allen Fahrten, Ausflügen, Besichtigungen, Führungen und Eintritten. Preis im DZ 3420 €, EZ + 690 €. Begrenzt auf 16 Teilnehmende.

APULIEN**10 Tage, 14. - 23.04.2026**

Geopuls-Exkursionsleitung: M.A. Maurizio Rotolo

Castel del Monte



Apulien ist eine ganz besondere Region Italiens. Dies liegt weniger an der Kultur als an anderen Landschaftsbildern. Die Erklärung dafür ist geologischer Natur. Apulien gehört nicht zu Europa sondern befindet sich im Gegensatz zum Rest Italiens auf der afrikanischen Kontinentalplatte. Es ist ein Tafelland, das durch markante Bruchstufen getrennt, vom Meer bis auf fast 800 m Höhe ansteigt und teils atemberaubenden Naturlandschaften hervorgebracht hat. Das Spektrum reicht von der Hochebene der Alta Murgia, die von gewaltigen Canyons durchzogen wird über sanftwellige Hügelländer, bis zu den weiten Ebenen des Salento und herrlichen Küstenabschnitten. Das Kennenlernen von Natur und Landschaft Apuliens spielt bei dieser Reise eine ebenso gewichtige Rolle (kleine, gut zu bewältigende Wanderungen inklusive), wie das Erleben der kulturellen Höhepunkte. Begonnen beim Castel del Monte Kaiser Friedrich II über die, auf der Welt einzigartigen Trullibauten um Alberobello (UNESCO-Welterbe), bis zur weißen Barockstadt Lecce im

Salento und der Hauptstadt Bari. Ein Absteher in die Nachbarregion Basilikata zum UNESCO-Welterbe Matera rundet diese einmalige Reise genauso ab, wie die drei individuellen Unterkünfte inmitten der schönen historischen Stadtzentren Materas, dem Städtchen Mesagne und direkt am Meer in der Nähe von Bari. Details siehe vhs-homepage.

Leistungen: Flugreise ab Stuttgart oder Frankfurt, 9 Ü/H komplettes Exkursionsprogramm mit allen Ausflügen, Besichtigungen, Führungen und Eintritten. Preis im DZ 2520 €, EZ + 460 €. Begrenzt auf 16 Teilnehmende.

ISLAND**Feuer – Wasser – Eis zwischen zwei Kontinenten****11 Tage: 20. - 30.07.2026**

Geopuls-Exkursionsleitung: Till Wenzel, M.Sc.



Faszinierende Natureindrücke und Gegensätze, wie sie größer nicht sein könnten, machen den Reiz von Island aus. Dabei können die unterschiedlichsten Naturschauspiele oft direkt nebeneinander gesehen werden: Erosion an den Wasserfällen, kalbende Gletscher, vulkanische Solfataren mit Schwefel, kristallen, blubbernde Schlammtöpfe, herauschießende Geysire. Unterwegs mit einer Geographin werden Sie dabei nicht nur großartige Naturphänomene hautnah erleben können, sondern, anders als bei den meisten Islandreisen, aus berufenem Munde auch das Wie und Warum leicht verständlich für jedermann erklärt bekommen. Die max. Gruppenstärke mit 18 Teilnehmern ist so, dass wir beweglich genug bleiben auch einmal von den üblichen Haupttrouten abzubiegen, um das Zusammenspiel der Naturgewalten zu beobachten. Kleine Wanderungen in unbefestigtem Gelände gehören deshalb manchmal mit dazu und man kann auch mitten im Sommer plötzlich einem Schneesturm ausgesetzt sein. Sie sollten also festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, und eine normale körperliche Beweglichkeit mitbringen. Aber auch wenn Natur und Landschaften Islands den Schwerpunkt der Reise bilden, kulturelle Aspekte werden selbstverständlich nicht fehlen. Details siehe vhs-Homepage.

Leistungen: Flugreise ab Frankfurt, 10 Ü im DZ in guten Unterkünften, 7 x Halbpension (2.-8. Tag, Inlandsprogramm), komplettes Exkursionsprogramm mit allen Fahrten, Ausflügen, Führungen und Eintritten, 4060 €, EZ + 920 € (ggf. Kerosinzuschläge). Begrenzt auf 18 Teilnehmende.



EXKURSIONEN

Führung durch das Wildgehege Meßstetten

Bei gutem Wetter ist der Kiosk geöffnet und lädt zur Einkehr ein.

Sindy Reinicke

100101

Termin: Sa., 11.10.2025, 14.00–15.30 Uhr
 Ort: Wildgehege Meßstetten
 Gebühr: EUR 5,00
 Anmeldung bis: 05.10.2025
 Treffpunkt: Parkplatz Wildgehege

Besichtigung des Wasserwerks der Bodensee Wasserversorgung in Sipplingen

mit vorheriger optionaler Einkehr zum Mittagessen im Höhengasthaus Haldenhof / Überlingen

Sindy Reinicke

100102

Termin: Fr., 17.10.2025, 12.30–17.00 Uhr
 Ort: Wasserwerk Sipplinger Berg
 Gebühr: EUR 5,00, (für Führung)
 Treffpunkt: Haldenhofweg 51, 88662 Überlingen für das Mittagessen
 Treffpunkt: Werkstor auf dem Sipplinger Berg für die Führung
 Anmeldung bis: 06.10.2025



Quellenangabe: Bodensee-Wasserversorgung

Führung bei "Stingel Fruchtsäfte GmbH" in Weilstetten

+ optional Mittagessen im "Schieferhaus" in Dormettingen



Sindy Reinicke

Ein Blick hinter die Kulissen der regionalen Saftproduktion - Führung ca.1,5 h. Im Anschluss gibt es die Gelegenheit im Herstellerverkauf einzukaufen.
 Optional: anschließendes, gemeinsames Mittagessen im Schieferhaus in Dormettingen.

100103

Termin: Mi., 19.11.2025, 10.00–11.30 Uhr
 Ort: Stingel Fruchtsaft, Weilstetten
 Gebühr: EUR 5,00 (für Führung)
 Anmeldung bis: 11.11.2025

Saturn – Herr der Ringe

in der Sternwarte Zollernalb

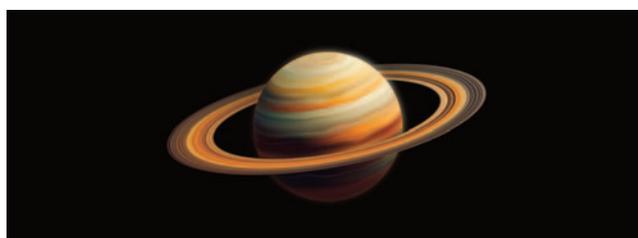


Rolf Bitzer, Sternwarte Zollern-Alb, Rosenfeld-Brittheim e.V.

Im Herbst/Winter 2025 steht der Ringplanet Saturn wieder günstig am abendlichen Himmel, wobei sein einzigartiges Ringsystem mühelos mit Fernrohren beobachtet werden kann. Mehr oder weniger einzigartig ist die Stellung der Ringe in diesem Jahr, denn wir sehen von der Erde aus nahezu auf deren Kante. Wer diesen Anblick verpasst muss rund 14 Jahre warten, erst dann kommt es zu einer erneuten Kantenstellung.

100104

Termin: Fr., 21.11.2025, 20.00–21.30 Uhr
 Ort: Sternwarte Zollern-Alb, Am Wasserturm 4, 72348 Rosenfeld
 Gebühr: EUR 12,00
 Anmeldung bis: 14.11.2025



Backhaus Mahl – Ein Blick hinter die Kulissen



mit einem kleinen Abschluss bei Brezel und Kaffee im Knusperhäusle

Backhaus Mahl GmbH & Co. KG

100105

Termin: Mi., 26.11.2025, 8.00–11.00 Uhr
 Ort: Backhaus Mahl in 72510 Stetten a.k.M., Lagerstr. 18
 Gebühr: EUR 12,50
 Treffpunkt: 07.55 Uhr Backhaus Mahl Zentrale

HOBBY & FREIZEIT

Vom Anfänger / Wiedereinsteiger zum Läufer

Volker Mast, DOSB Übungsleiter

930001

Termin: mittwochs, 17.15–18.45 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 19 mal
 Ort: Albstadt-Ebingen Wanderparkplatz nach Meßstetter Steige links
 Gebühr: EUR 144,40
 Mitzubringen: Gute Laufschuhe, wetterbeständige Kleidung, Getränk



Erst der Kurs und dann der Hund

Eine Koopertion mit der vhs Rottweil

Isabell Couval

100201

Termin: mittwochs, 18.30–20.00 Uhr
Beginn: Mi., 05.11.2025
Dauer: 6 mal
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 66,00
Anmeldung bis: 04.11.2025

2 vor Ort Termine jeweils von 12–14 Uhr:

29.11.2025 im Tierheim Rottweil, Eckhof 7,
78628 Rottweil

06.12.2025 im Tierheim Tailfingen, Im Schalkental 6–7,
72461 Albstadt



Natur erleben und erhalten – Walderlebnistag für Kinder und Erwachsene

ForstBW

Katrin Grimm, Forst BW

104001

Termin: Di., 28.10.2025, 10.00–14.30 Uhr
Ort: Parkplatz Heersberg Burgweg,
72459 Burgfelden
Gebühr: EUR 9,00
Mitzubringen: feste Schuhe, Regenkleidung, Zecken-
schutz, Sitzkissen, Arbeitshandschuhe
in deiner Kindergröße, ein Vesper und
etwas zu Trinken



Motorsägenkurs Brennholz



Helmut Keller

Dauer: 2 mal
Ort: Fa. Gebhard Gehring, Sigmaringer Str.
66–82, 72458 Albstadt
Gebühr: EUR 237,00
Mitzubringen: komplette persönliche Schutzaus-
rüstung für Forstarbeiten

100202

Termine: Fr., 28.11.2025, 9.00–17.00 Uhr
Sa., 29.11.2025, 8.00–17.00 Uhr

100203

Termine: Fr., 05.12.2025, 9.00–17.00 Uhr
Sa., 06.12.2025, 8.00–17.00 Uhr

100204

Termine: Fr., 19.12.2025, 9.00–17.00 Uhr
Sa., 20.12.2025, 8.00–17.00 Uhr

100205

Termine: Fr., 30.01.2026, 9.00–17.00 Uhr
Sa., 31.01.2026, 8.00–17.00 Uhr

100206

Termine: Fr., 13.02.2026, 9.00–17.00 Uhr
Sa., 14.02.2026, 8.00–17.00 Uhr

**Mit der Anmeldung stimmen Sie der Weitergabe
ihrer persönlichen Daten an den Veranstalter zu.**

**Sie erhalten die erforderliche Bescheinigung,
nach Vorgaben der SVLFG.**



Rund um Gestein und Gebirge

Lichtbild-Vortrag mit Gesteinssammlung

Ursula Klane, Dipl.-Geoökologin

104002

Termin: Mi., 05.11.2025, 19.00–21.00 Uhr
Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 5,00

Grüner Strom – Woher und Wofür?

Wie kann sich der Verbraucher von Umwälzungen in der
Energiewirtschaft unabhängiger halten?

Vortrag und Gespräch

Bernd Klane, Energie-Ingenieur

104003

Termin: Mi., 28.01.2026, 19.00–21.00 Uhr
Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 5,00

PSYCHOLOGIE UND PÄDAGOGIK

Gespräch über den Tod – und das Leben

Michael Ziegler

Was kann schon zu Lebzeiten für die eigene Beerdigung
vorbereitet werden, um Angehörige zu entlasten. Auf
rechtlichen Aspekte Testament und Vorsorgevollmacht
wird dabei nicht eingegangen.

105001

Termin: Mi., 12.11.2025, 19.30–21.00 Uhr
Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 5,00



Infoabend für Eltern "Medienkonsum – wie viel ist gut?"

In Kooperation mit Kreismedienzentrum des Zollernalb-
kreises und Ökumenische Psychologische Beratungs-
stelle Albstadt

Psychologische Beratungsstelle

105002

Termin: Do., 13.11.2025, 19.30–21.30 Uhr
Ort: Emmauskirche, Ebingen,
Danneckerstraße 48
Ohne Gebühr!

Elternworkshop, mit den richtigen Lernstrategien zum Schulerfolg! Tools zur Selbsthilfe

Michael Keppler

Termin: donnerstags, 19.00–20.30 Uhr
Dauer: 2 mal
Ort: Bildungszentrum, Raum 1, 1. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 24,90

105003

Beginn: Do., 27.11.2025

105004

Beginn: Do., 29.01.2026

Gehirn & Gedächtnistraining für Senioren – geistig mobil und fit mit den richtigen Strategien und Techniken

Michael Keppler

Termin: donnerstags, 10.30–12.00 Uhr
Dauer: 4 mal
Ort: Bildungszentrum, Raum 1, 1. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 45,70

105005

Beginn: Do., 04.12.2025

105006

Beginn: Do., 29.01.2026



Kostenloser Infoabend FOKUS – Kinder in Bewegung

Carola Lang, Lernberaterin P.P., Evolutionspädagogin-
und Katja Neher, Lernberaterin P.P., Evolutions-
pädagogin

105011V

Termin: Mi., 04.02.2026, 19.00–20.30 Uhr
Ort: Bildungszentrum, Raum 1, 1. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Ohne Gebühr!

Der Kurs zum Vortrag findet im nächsten Semester
statt, immer donnerstags, Start: 26.02.2026
5 Termine hintereinander



www.vhs-albstadt.de



Menschen begeistern

Dein Job!

Dein Einsatz

für unsere Vielfalt

#wirmitdir #vielfaltlebenshilfe

Berufliche Perspektiven für Fachkräfte & Allrounder (m/w/d)

Komm uns auf der Jobbörse
www.lebenshilfe-zollernalb.de/jobs.de
besuchen und lerne unsere Vielfalt kennen.
Infos auch unter:
bewerbungen@lebenshilfe-zollernalb.de



STIFTUNG LEBENSHILFE
ZOLLERNALB



KUNST IM GESPRÄCH



Anmeldung nur über das Kunstmuseum Albstadt,
Tel. 07431-1601-1491 oder -1693,
E-Mail kunstmuseum@albstadt.de

Experimentelle Tiefdrucktechniken – Druckworkshop

Anett Frey

200001

Termin: So., 28.09.2025, 11.00–17.00 Uhr
Ort: Kunstmuseum, Kirchengraben 11,
A.-Ebingen
Gebühr: EUR 55,00 (inkl. Material)

“Die Form geht vom Erlebnis aus“ – Otto Dix von 1933 bis 1945

Kunsthistorischer Vortrag mit
Dr. Maren Welsch, Kiel

200002

Termin: Do., 15.01.2026, 18.30–20.00 Uhr
Ort: Kunstmuseum, Kirchengraben 11,
A.-Ebingen
Gebühr: EUR 12,00
Einlass: ab 18 Uhr

LITERATUR

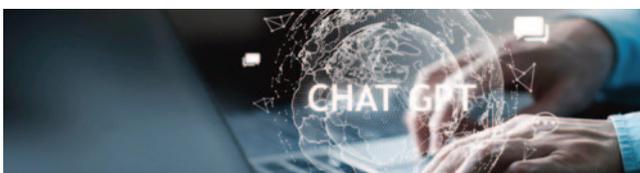
ChatGPT für Autor*innen (Online Schreibworkshop) – professionelle Anwendungsmöglichkeiten und Prompts



Anja Kislich, Autorin u. Illustratorin, Literarische Agentin

202001

Termin: So., 12.10.2025, 10.30–13.30 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 35,00
Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera
und Mikrofon
Anmeldung bis: 10.10.2025



ChatGPT kreativ für Autor*innen (kreatives Schreiben) – professionelle Anwendungsmöglichkeiten und Prompts



Anja Kislich, Autorin u. Illustratorin, Literarische Agentin

202002

Termin: Do., 11.12.2025, 18.00–21.00 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 35,00
Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera
und Mikrofon
Anmeldung bis: 10.12.2025

Online-Autor:innensprechstunde "Kinderbücher schreiben"



Anja Kislich, Autorin u. Illustratorin, Literarische Agentin

202003

Termin: So., 07.12.2025, 14.30–16.30 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 25,50
Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera
und Mikrofon
Anmeldung bis: 04.12.2025

Der professionelle Weg zum fertigen Buch



Anja Kislich, Autorin u. Illustratorin, Literarische Agentin

202004

Termin: Mo., 12.01.2026, 18.00–20.00 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 25,50
Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera
und Mikrofon
Anmeldung bis: 09.01.2026

Humorvoll Scheiben: Textwerkstatt für Autoren, Redner und alle, die Humor als Stilmittel für sich nutzen wollen



Anja Kislich, Autorin u. Illustratorin, Literarische Agentin

202005

Termin: Mo., 02.02.2026, 18.00–20.00 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 25,50
Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera
und Mikrofon
Anmeldung bis: 29.01.2026



TANZEN

Musical-Workshop für Erwachsene

ab 17 Jahren

keine Vorkenntnisse erforderlich

Vanessa Haug, prof. Musicedarstellerin und
Tanzpädagogin**204001**

Termin: donnerstags, 16.20–17.50 Uhr
 Beginn: Do., 02.10.2025
 Dauer: 10 mal
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 82,00
 Mitzubringen: Ordner, bequeme Kleidung, Trinken,
 Turnschuhe

**Tanzen im besten Alter –
Gesellige Tänze für Junggebliebene**

Andreas Kurz

205000

Termin: mittwochs, 14.00–15.30 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 12 mal
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 93,60

Tango 1 + 2 alle Niveaus willkommen

Tom "Tommy" Köhler

205001

Termin: Sa., 27.12.2025, 15.00–17.00 Uhr
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 10,00
 Mitzubringen: bequeme Kleidung, drehfreundige
 Schuhe, Getränke

Tango 3 + 4 alle Niveaus willkommen

Tom "Tommy" Köhler

205002

Termin: Sa., 27.12.2025, 17.30–19.30 Uhr
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 10,00
 Mitzubringen: bequeme Kleidung, drehfreundige
 Schuhe, Getränke

**Übungs-Fiesta (Prácticalonga)
Tango, Milonga, Vals**

Tom "Tommy" Köhler

205003

Termin: Sa., 27.12.2025, 19.45–22.45 Uhr
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Ohne Gebühr!
 Mitzubringen: bequeme Kleidung, drehfreundige
 Schuhe, Getränke

Crashkurs "Bachata & Salsa/Forró"

Tom "Tommy" Köhler

205004

Termin: Sa., 31.01.2026, 15.00–17.00 Uhr
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 10,00
 Mitzubringen: bequeme Kleidung, drehfreundige
 Schuhe, Getränke

Crashkurs "Kizomba & Tango"

Tom "Tommy" Köhler

205005

Termin: Sa., 31.01.2026, 17.30–19.30 Uhr
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 10,00
 Mitzubringen: bequeme Kleidung, drehfreundige
 Schuhe, Getränke

Übungs-Fiesta (Prácticalonga)

Tom "Tommy" Köhler

205006

Termin: Sa., 31.01.2026, 19.45–22.45 Uhr
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Ohne Gebühr!
 Mitzubringen: bequeme Kleidung, drehfreundige
 Schuhe, Getränke

**Modern Dance – Contemporary
für Erwachsene und Jugendliche (ab 17 Jahren)**

Katerina Grill, Diplom Tanzpädagogin & Choreografin

205007

Termin: Sa., 27.09.2025, 10.00–11.30 Uhr
 Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Gymnastik-
 raum 2. OG, Riedstraße 27, A.-Ebingen
 (ehem. Fa. Blickle)
 Gebühr: EUR 7,80
 Mitzubringen: Turnschuhe



www.vhs-albstadt.de





MALEN & ZEICHNEN

Anmeldung über **vhs Balingen**
Tel. 07433-90800
www.vhs-balingen.de

Sketching am Küchentisch

Stefan Kübler



Termin: mittwochs, 19.30–21.30 Uhr
Dauer: 4 mal
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 79,00 (6 Teilnehmer)

**Oktober 25 – Online-Zeichenkurs
20511**

Beginn: Mi., 01.10.2025

**November 25 – Online-Zeichenkurs
20512**

Beginn: Mi., 29.10.2025

**Januar 26 – Online-Zeichenkurs
20513**

Beginn: Mi., 14.01.2026

**Februar 26 – Online-Zeichenkurs
20514**

Beginn: Mi., 11.02.2026



In Kooperation mit der **vhs Tuttlingen**
TU20541
Anmeldung über vhs Tuttlingen

Art@VHS Acrylworkshop

Vicky Jocher-Golding, Fine Art (B.F.A.)

Minigruppe

Ort: kunstSpace, Mühlstrasse 1,
78567 Fridingen an der DonauGebühr: EUR 34,00
Materialkosten: im Kurs 15,- €**207002**

Termin: Mo., 10.11.2025, 18.00–21.30 Uhr

207004

Termin: Mo., 12.01.2026, 18.00–21.30 Uhr

Art@VHS Acrylworkshop

Vicky Jocher-Golding, Fine Art (B.F.A.)

Minigruppe

Ort: kunstSpace, Mühlstrasse 1,
78567 Fridingen an der Donau

Gebühr: EUR 34,00

Materialkosten: im Kurs 15,- €

207001

Termin: Mo., 13.10.2025, 18.00–21.30 Uhr

207003

Termin: Mo., 08.12.2025, 18.00–21.30 Uhr

**Kalligraphie für Anfänger –
Mach deine Schrift zur Kunst**

Monika Merly, Dipl.-Ing. (FH) Innenarchitektur

207006

Termin: freitags, 14.00–15.30 Uhr

Beginn: Fr., 07.11.2025

Dauer: 4 mal

Ort: vhs-Gesundheitszentrum,
Schulungsraum 2, 2. OG, Riedstraße 27,
A.-Ebingen (ehem. Fa. Blickle)

Gebühr: EUR 40,00

Mitzubringen: Heft DIN A4 kariert, gerade Breitfeder
und Tinte oder Kalligraphiefeder

Materialkosten: im Kurs 5,- €

**Räumliches Zeichnen –
gib deiner Zeichnung Leben**

für Anfänger

Monika Merly, Dipl.-Ing. (FH) Innenarchitektur

207007

Termin: mittwochs, 18.30–20.00 Uhr

Beginn: Mi., 19.11.2025

Dauer: 5 mal

Ort: vhs-Gesundheitszentrum,
Schulungsraum 2, 2. OG, Riedstraße 27,
A.-Ebingen (ehem. Fa. Blickle)

Gebühr: EUR 50,00

Mitzubringen: Papier DIN A3 und A4, Skizzenblock,
Bleistifte (HB und B), dünne schwarze
Filzstifte, evtl. Buntstifte

Materialkosten: im Kurs 5,- €



Teelicht mit Dot-Painting

Anja Meißburger

207008

Termin: Mi., 05.11.2025, 17.30–20.30 Uhr
 Ort: Bildungszentrum, Raum 2, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen

Gebühr: EUR 26,00
 Materialkosten: von 6,- € sind im Preis enthalten

Wichtel im Dot-Painting Stil

Anja Meißburger

207009

Termin: Mi., 19.11.2025, 17.30–20.30 Uhr
 Ort: Bildungszentrum, Raum 2, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen

Gebühr: EUR 26,00
 Materialkosten: von 6,- € sind im Preis enthalten

TEXTILES GESTALTEN

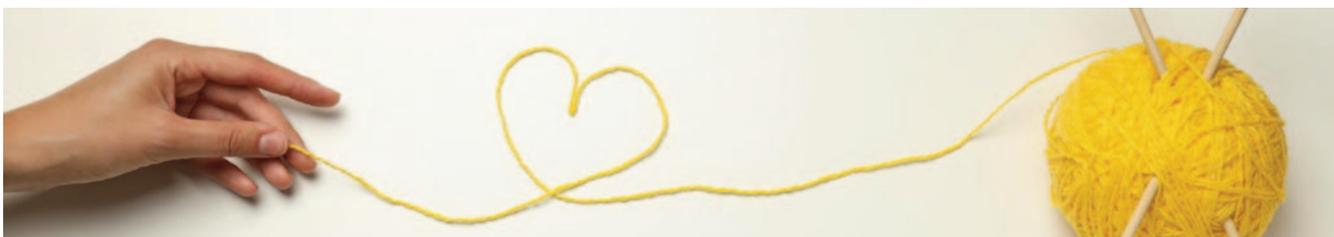
Anfängerkurs Stricken oder Häkeln

Heidi Stauß

209002

Termin: montags, 18.30–20.15 Uhr
 Beginn: Mo., 06.10.2025
 Dauer: 3 mal
 Ort: vhs-Gesundheitszentrum,
 Riedstraße 27, A.-Ebingen
 (ehem. Fa. Blickle)

Gebühr: EUR 30,80
 Mitzubringen: Nadeln & Wolle können direkt im Kurs erworben werden.
 Materialkosten: individuell im Kurs berechnet (Nadeln & Wolle)



Otto Dix – Alpha Omega Der komplette Bestand

Die griechischen Buchstaben Alpha und Omega stehen symbolisch für den Anfang und das Ende, für die Existenz in ihrer Gesamtheit. In seiner Kunst erkundete Otto Dix (1891–1969) diese Existenz mit all ihren Höhen und Abgründen: von der Geburt bis zur Vernichtung des menschlichen Körpers, von der Schönheit bis zur Abscheulichkeit, von der Freude bis zur Verzweiflung. Jede Emotion musste er selbst erleben und dann im Kunstwerk für die Ewigkeit festhalten.

**Teil I „Alpha“
 bis 12. Oktober 2025**

**Teil II „Omega“
 verlängert bis 22. Februar 2026**



Otto Dix, *Leuchtkugel*, 1917, Gouache, Stiftung Sammlung Walther Groz,
 © VG Bild-Kunst, Bonn 2025, Foto: Frank Luger / Art Photography

Auf zu den Sternen junger kunstraum

**5. Oktober 2025 bis
 20. September 2026**

Bis zur Unendlichkeit... und noch viel weiter!

Intimität – Queere Kunst der Gegenwart

**7. November 2025 bis
 12. April 2026**

Kunst, die queere Lebensrealitäten sichtbar macht und vielschichtige Perspektiven auf Identität, Intimität und Zugehörigkeit eröffnet.

Kunstschätze Die Sammlungen

Dauerausstellung

Fortsetzung der Dauerausstellung mit allem, was das Kunstmuseum Albstadt einzigartig und erlebenswert macht, darunter Otto Dix, Christian Landenberger, moderne Grafik und das Landschaftsbild der Schwäbischen Alb.

KUNSTMUSEUM der Stadt Albstadt
 Kirchgraben 11 | 72458 Albstadt
 www.kunstmuseumalbstadt.de
 www.jungerkunstraum.de
 Di-Sa 14-17 Uhr, So und Fei 11-17 Uhr
 24., 25. und 31.12. geschlossen
 Eintritt 8€, erm. 6€, unter 18 Jahren frei

SONNTAGE im Kunstmuseum
 Öffentliche Führung 14:30 Uhr
 Prosecco-Sonntag –
 Das prickelnde Kunstgespräch
 1. Sonntag im Monat 14:30 Uhr
 Kuchen-Sonntag
 mit Kaffee und Kuchen
 3. Sonntag im Monat ab 13 Uhr

WORKSHOPS für alle Altersgruppen
 auch nach Vereinbarung;
 Ankündigungen auf Social Media,
 im Newsletter und in der Presse





Wir häkeln ein Amigurumi (Eule)

Nicole Merz

209003

Termin: dienstags, 17.30–19.30 Uhr
 Beginn: Di., 14.10.2025
 Dauer: 2 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 2, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 28,20
 Mitzubringen: Häkelnadel 2,5 oder 3,0
 Materialkosten: im Kurs 5,- €

Wir häkeln ein Körbchen

Nicole Merz

209004

Termin: dienstags, 18.00–19.30 Uhr
 Beginn: Di., 18.11.2025
 Dauer: 2 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 2, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 21,20
 Mitzubringen: Häkelnadel 10,0
 Materialkosten: im Kurs 8,- €



HANDWERKLICHE TECHNIKEN

Feinen Silberschmuck herstellen

Chiara Rainer

Dauer: 2 mal
 Ort: Silberschmiede, Zillhauser Str. 49,
 72459 Albstadt
 Gebühr: EUR 79,20
 Mitzubringen: Papier, Stifte, Schere, Essen und Trinken
 Materialkosten: individuell im Kurs berechnet

210001

Termine: Sa., 18.10.2025, 11.00–17.00 Uhr
 So., 19.10.2025, 10.00–14.00 Uhr

210002

Termine: Sa., 08.11.2025, 11.00–17.00 Uhr
 So., 09.11.2025, 10.00–14.00 Uhr

210003

Termine: Sa., 17.01.2026, 11.00–17.00 Uhr
 So., 18.01.2026, 10.00–14.00 Uhr

Die klassische geknotete Perlenkette mal anders

Süßwasserperlen waren gestern, heute besteht die moderne geknotete Perlenkette aus exotischen Samenperlen aus den Regenwäldern Ecuadors.

Svenja-Yacine Jetter

Ort: Borsigstrasse 5, 72461 Albstadt-Onstmettingen
 Gebühr: EUR 18,80
 Materialkosten: im Kurs 30,- €

210004

Termin: Fr., 07.11.2025, 18.30–20.45 Uhr

210005

Termin: Fr., 05.12.2025, 18.30–20.45 Uhr

210006

Termin: Fr., 06.02.2026, 18.30–20.45 Uhr

Ringe Basics – Anfängerkurs um Ringe aus Draht zu biegen

Aus farbigem Draht und jeder Art von Perlen kann man schnell tolle Ringe zaubern - hier lernst du wie!

Svenja-Yacine Jetter

Ort: Borsigstrasse 5, 72461 Albstadt-Onstmettingen
 Gebühr: EUR 18,80
 Materialkosten: im Kurs 14,- €

210007

Termin: Fr., 17.10.2025, 18.30–20.45 Uhr

210008

Termin: Fr., 21.11.2025, 18.30–20.45 Uhr

210009

Termin: Fr., 23.01.2026, 18.30–20.45 Uhr

Die alte Keksdose wird zu Schmuck

Ausgediente Blechdosen eignen sich hervorragend für ausgefallenen selbstgemachten Schmuck.

Svenja-Yacine Jetter

Ort: Borsigstrasse 5, 72461 Albstadt-Onstmettingen
 Gebühr: EUR 25,10
 Materialkosten: im Kurs 35,- €

210010

Termin: Sa., 11.10.2025, 14.00–17.00 Uhr

210011

Termin: Sa., 07.02.2026, 14.00–17.00 Uhr



Ohringe Basics – Anfängerkurs zum Ohringe basteln

Anfängerkurs um einfache Ohringe herzustellen

Svenja-Yacine Jetter

Termin: Fr., 10.10.2025, 18.30–20.45 Uhr
Ort: Borsigstrasse 5, 72461 Albstadt-Onstmettingen

Gebühr: EUR 18,80
Materialkosten: im Kurs 14,- €

210012

Termin: Fr., 10.10.2025, 18.30–20.45 Uhr

210013

Termin: Sa., 08.11.2025, 14.00–16.15 Uhr

Halskette Basics – Anfängerkurs zum Halsketten herstellen

Anfängerkurs um eine einfache und doch raffinierte Kette mit Schmuckverschluss herzustellen.

Svenja-Yacine Jetter

Ort: Borsigstrasse 5, 72461 Albstadt-Onstmettingen

Gebühr: EUR 25,10
Materialkosten: im Kurs 28,- €

210014

Termin: Sa., 22.11.2025, 14.00–17.00 Uhr

210015

Termin: Sa., 24.01.2026, 14.00–17.00 Uhr

Hocker aus Fichtenholz selbst herstellen

Adolf Single

210016

Termine: Di., 14.10.2025, 18.00–20.00 Uhr
Dauer: 3 mal
Ort: Hohenbergschule, Technikraum, Hohenzollernstraße 20, 72458 Albstadt

Gebühr: EUR 45,00
Mitzubringen: Bleistift
Materialkosten: im Kurs 10,- €

Klappbare Sitzbank aus Fichte selbst herstellen

Adolf Single

210017

Termine: Di., 18.11.2025, 18.00–20.00 Uhr
Dauer: 3 mal
Ort: Hohenbergschule, Technikraum, Hohenzollernstraße 20, 72458 Albstadt

Gebühr: EUR 45,00
Mitzubringen: Bleistift
Materialkosten: im Kurs: 17,- €

MUSIK

Gitarrenkurs 1 – Beginner

Einführung in das Gitarrenspiel

Franco Eiffinger

213001

Termin: mittwochs, 18.00–19.30 Uhr
Beginn: Mi., 08.10.2025
Dauer: 8 mal
Ort: Bildungszentrum, Raum 1, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen

Gebühr: EUR 88,80
Mitzubringen: Klassische- /Western-Gitarre, Notenständer, Ersatz-Saiten, Stimmgerät (App), Notenkenntnisse sind nicht erforderlich

Materialkosten: im Kurs 10,- € (einmalig)

Gitarrenkurs 2 – Fortgeschrittene/ Wieder-Einsteiger

Franco Eiffinger

213002

Termin: mittwochs, 19.30–21.00 Uhr
Beginn: Mi., 08.10.2025
Dauer: 8 mal
Ort: Bildungszentrum, Raum 1, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen

Gebühr: EUR 88,80
Mitzubringen: Klassische- / Western-Gitarre, Notenständer, Ersatz-Saiten, Stimmgerät (App), Notenkenntnisse sind nicht erforderlich

Materialkosten: im Kurs 10,- € (einmalig)

musicland

Das starke Musikhaus im Südwesten

Eisenbahnstraße 12 – 72461 Albstadt – Tel. 0 74 32/9 84 06-0 – www.musicland-albstadt.de

Eines der größten Musikhäuser Deutschlands

Riesenauswahl (2300 m²)

Digital-Pianos • Synthesizer • Musik-Software • Homekeyboards •
Elektro-/Akustikgitarren • Schlagzeuge • Blasinstrumente • Tonstudio





GESUNDHEIT IM GESPRÄCH

Gesundheit beginnt im Kopf**wie Gedanken den Körper beeinflussen**

Steve Windisch

300001

Termin: Do., 30.10.2025, 19.00–20.30 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 9,00
Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera und Mikrofon
Anmeldung bis: 29.10.2025

**Innere Balance trotz vollem Alltag****Die 3 Säulen der Selbstfürsorge**

Steve Windisch

300002

Termin: Mo., 29.09.2025, 19.00–20.30 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 9,00
Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera und Mikrofon
Anmeldung bis: 26.09.2025

**Stress: Genug ist genug. Endlich wieder Leben****Ein Kurs für alle, die ihr Leben wieder selbst in die Hand nehmen wollen**

Tanja Schwarz

300003

Termine: Mi., 14.01.2026, 17.30–19.00 Uhr
Dauer: 4 mal
Ort: Kloster Margrethausen, Raum Ochsenberg (1.OG), A.-Margrethausen
Gebühr: EUR 61,60

Resilienz: Mit innerer Stärke zu mehr Lebensfreude

Anna Gauggel

300004

Termin: Mi., 03.12.2025, 18.30–22.00 Uhr
Ort: Bildungszentrum, Raum 2, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 21,50

Raus aus der Tabaksucht

Helmut Maier, Heilpraktiker

300005

Termin: Mi., 08.10.2025, 18.00–19.30 Uhr
Ort: Bildungszentrum, Raum 2, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 9,20



ENTSPANNUNG

5 Tibeter Übungsriten

Andreas Thiel

301401

Termin: donnerstags, 17.30–18.15 Uhr
Beginn: Do., 15.01.2026
Dauer: 5 mal
Ort: Haus am Uhlandsgarten, Mehrzweckraum, Untere Bachstraße 12, A.-Tailfingen
Gebühr: EUR 38,40
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Yoga-Matte oder großes Handtuch

Transformierende Atem-Meditation – festgehaltene Ängste und Spannungen loslassen

Michaela Bayraktar, PK, Kinder-Entspannungstrainerin, 3. Dan Karate

Diese Atemmeditation beschleunigt Deinen persönlichen Wachstumsprozess, in dem sie alte Programme, Muster und Blockaden, die noch im Unterbewusstsein verankert sind, lockert und schließlich über den Atem auflöst. Genieße das gemeinsame Atmen.

301402

Termin: Sa., 29.11.2025, 8.30–10.00 Uhr
Ort: Karate-Club Albstadt e.V., Kientenstr. 50, 72458 A.-Ebingen
Gebühr: EUR 14,50
Mitzubringen: Decke, warme Socken und Kissen

Sie vermissen die Beschreibungen unter den Kursen?Schauen Sie doch einfach unter: www.vhs-albstadt.de vorbei.



Mentalfeld-Tapping erlernen – schnelle Unterstützung bei akuten emotionalen Stresszuständen

Michaela Bayraktar, PK, Kinder-Entspannungstrainerin, 3. Dan Karate

Effektive Methode, um sich von tiefen negativen Überzeugungen, Emotionen, Glaubenssätzen und Gewohnheiten zu lösen - z.B. bei Ängsten, Panikattacken, Lernblockaden, in toxischen Beziehungen und Lebenskrisen aber auch bei chronischen Schmerzen, Heuschnupfen und Allergien. Intensiver Kennenlern-Kurs, inkl. Selbsterfahrung.

301403

Termin: Sa., 29.11.2025, 10.30–12.30 Uhr
 Ort: Karate-Club Albstadt e.V., Kientenstr. 50, 72458 A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 47,50
 Mitzubringen: Decke, warme Socken und Kissen

YOGA

Yin Yoga für mehr Entspannung und Beweglichkeit

Sabrina Hölzl

301601

Termin: donnerstags, 18.30–19.30 Uhr
 Beginn: Do., 02.10.2025
 Dauer: 10 mal
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 72,00
 Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera und Mikrofon und eine Yogamatte, eine Decke und Kissen
 Anmeldung bis: 30.09.2025

Hatha Yoga Anfängerkurs

Stefanie Baier

Beginn: Mi., 05.11.2025
 Dauer: 6 mal
 Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Gymnastikraum 2. OG, Riedstraße 27, A.-Ebingen (ehem. Fa. Blickle)
 Gebühr: EUR 46,00
 Mitzubringen: bequeme Kleidung, Decke und Kissen

301602

Termin: mittwochs, 17.15–18.30 Uhr

301603

Termin: mittwochs, 18.45–20.00 Uhr

Hatha Yoga Fortgeschrittenenkurs

Stefanie Baier

Beginn: Mi., 07.01.2026
 Dauer: 6 mal
 Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Gymnastikraum 2. OG, Riedstraße 27, A.-Ebingen (ehem. Fa. Blickle)
 Gebühr: EUR 46,00
 Mitzubringen: bequeme Kleidung, Decke und Kissen

301604

Termin: mittwochs, 17.15–18.30 Uhr

301605

Termin: mittwochs, 18.45–20.00 Uhr

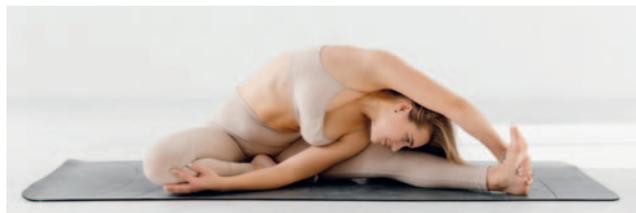
Hatha Yoga

(Lautlingen)

Paul Malsam, Yogalehrer (BYV)/Yogatherapeut

301606

Termin: donnerstags, 19.15–20.45 Uhr
 Beginn: Do., 25.09.2025
 Dauer: 10 mal
 Ort: Schwesternhaus, Am Schloß 6, A.-Lautlingen
 Gebühr: EUR 92,00
 Mitzubringen: bequeme und warme Kleidung, warme Socken, Yogamatte und 1 bis 2 Woldecken







„Ihr habt's wirklich gut, den nachhaltigsten Online-Yogashop Deutschlands gibt es für Euch in der Region jetzt auch "Offline": In Meßstetten!"

Euer Yoga-Direktverkauf:

Bausinger GmbH
Wirkerstr. 4
D-72469 Meßstetten

„Die sind total nett dort.“
 Ruft einfach an: 07434-600!
www.bausinger.de



www.vhs-albstadt.de





Yoga – Zeit für Dich!

Yoga für Frauen

Marion Braun, Übungsleiterin C + B-Lizenz, Yoga-Lehrer

301607

Termin: mittwochs, 17.45–18.45 Uhr
Beginn: Mi., 24.09.2025
Dauer: 10 mal
Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Gymnastik-
raum 2. OG, Riedstraße 27, A.-Ebingen
(ehem. Fa. Blickle)
Gebühr: EUR 61,30

Yoga – Vinyasa Flow

Beata Barbedet

Vinyasa Flow Yoga ist eine dynamische, fließende und kraftvolle Yoga-Form, in der die verschiedenen Asanas fließend ineinander übergehen. Ein Wechselspiel aus Kraft und Dehnung, Anspannung und Entspannung fördert Kraft, Ausdauer, Balance, Beweglichkeit und innere Ruhe.

301608

Termin: donnerstags, 18.00–19.30 Uhr
Beginn: Do., 25.09.2025
Dauer: 6 mal
Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 55,20

Raja Yoga für Fortgeschrittene

Ethik - Haltung - Atemschulung - Meditation

Engelbert Schramm

Termin: dienstags, 18.30–20.00 Uhr
Dauer: 7 mal
Ort: Kloster Margrethausen, Raum Ochsen-
berg (1.OG), A.-Margrethausen
Gebühr: EUR 73,50
Mitzubringen: Yogamatte, Kissen und Decke

301609

Beginn: Di., 04.11.2025

301610

Beginn: Di., 13.01.2026

Yoga 55 +

Engelbert Schramm

Leichte Übungen zur Selbstbehandlung energetischer Druckpunkte, sowie Atem- und Entspannungsübungen.

Termin: dienstags, 17.00–18.30 Uhr
Dauer: 7 mal
Ort: Kloster Margrethausen, Raum Ochsen-
berg (1.OG), A.-Margrethausen
Gebühr: EUR 73,50
Mitzubringen: Yogamatte, Kissen und Decke

301611

Beginn: Di., 04.11.2025

301612

Beginn: Di., 13.01.2026

QI GONG

Qi Gong

Jutta Geiger-Wenzler, FAYO(R) Coach

Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Gymnastik-
raum 2. OG, Riedstraße 27, A.-Ebingen
(ehem. Fa. Blickle)
Mitzubringen: bequeme Kleidung, warme Socken
(ABS-Socken), Decke, Sitzkissen

301801

Termin: mittwochs, 10.10–11.10 Uhr
Beginn: Mi., 24.09.2025
Dauer: 11 mal
Gebühr: EUR 67,50

301802

Termin: mittwochs, 10.10–11.10 Uhr
Beginn: Mi., 07.01.2026
Dauer: 7 mal
Gebühr: EUR 43,00

Qi Gong

(Margrethausen)

Inge Auer, Qi Gong Lehrerin

Beginn: Mi., 24.09.2025
Dauer: 8 mal
Ort: Kloster Margrethausen, Raum Heers-
berg, 1.OG, A.-Margrethausen
Gebühr: EUR 71,20
Mitzubringen: Bequeme Kleidung, warme Socken
oder leichte Turnschuhe, Decke,
kleines Kissen

301803

Termin: mittwochs, 18.00–19.00 Uhr

301804

Termin: mittwochs, 19.10–20.10 Uhr





FITNESSANGEBOTE

Fitnessangebote

Bewegungsmangel und einseitige Belastungen führen längerfristig dazu, dass Muskulatur ab-, der Fettansatz aufgebaut wird und das Kreislaufsystem allmählich seine Leistungsfähigkeit verliert.

Alle Formen von Fitnessstraining wirken diesem Prozess entgegen. Geschult werden Beweglichkeit, Koordinationsfähigkeit, Kraft und Ausdauer, je nach Stundenaufbau bilden Entspannungsübungen den Abschluss.

Rücken und Bauch

Sandra Mutscheller, Fitness- + Gesundheitstrainerin

302001

Termin: freitags, 10.10–11.10 Uhr
 Beginn: Fr., 10.10.2025
 Dauer: 15 mal
 Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Gymnastikraum 2. OG, Riedstraße 27, A.-Ebingen (ehem. Fa. Blickle)
 Gebühr: EUR 92,00

Faszientraining

Karin Heinzlmann, Kursleiterin für Faszientraining

302201

Termin: mittwochs, 18.00–19.00 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 5 mal
 Ort: Kirchgrabenhalle, Landgraben 16, 72458 Albstadt
 Gebühr: EUR 30,70
 Mitzubringen: großes Handtuch/Decke.
 Die Faszienrolle, als auch ein Tennisball können im Kurs ausgeliehen werden.

Faszientraining – Online



Karin Heinzlmann, Kursleiterin für Faszientraining

Termin: mittwochs, 18.00–19.00 Uhr
 Dauer: 5 mal
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 30,70
 Mitzubringen: Laptop/PC/Tablet mit Kamera und Mikrofon, ein großes Handtuch/Decke, Tennisball, Faszienrolle

302202

Beginn: Mi., 05.11.2025
 Anmeldung bis: 04.11.2025

302203

Beginn: Mi., 14.01.2026
 Anmeldung bis: 13.01.2026

Wohlfühlgymnastik am Morgen

(Laufen)

Brigitte Stotz

302301

Termin: mittwochs, 9.15–10.15 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 15 mal
 Ort: Turn- und Festhalle, A.-Laufen
 Gebühr: EUR 92,00
 Mitzubringen: feste Turnschuhe und großes Handtuch

Bauch-Beine-Po

Sandra Mutscheller, Fitness- + Gesundheitstrainerin

302401

Termin: freitags, 9.00–10.00 Uhr
 Beginn: Fr., 10.10.2025
 Dauer: 15 mal
 Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Gymnastikraum 2. OG, Riedstraße 27, A.-Ebingen (ehem. Fa. Blickle)
 Gebühr: EUR 92,00

Bauch-Beine-Po-Power-Stunde

Markus Weßner, Group Trainer & Step B-Lizenz, BBP-Workout

302402

Termin: montags, 19.00–20.00 Uhr
 Beginn: Mo., 29.09.2025
 Dauer: 10 mal
 Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Gymnastikraum 2. OG, Riedstraße 27, A.-Ebingen (ehem. Fa. Blickle)
 Gebühr: EUR 61,30





After-Work-Fitness

Susanne Hofele, Übungsleiterin Fitness und Gesundheit, Prävention

Dauer: 15 mal
 Ort: Mazmannhalle, Gymnasiumstraße 9, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 92,00
 Mitzubringen: eigene Matte oder großes Handtuch

302501

Termin: montags, 18.00–19.00 Uhr02
 Beginn: Mo., 22.09.2025

302502

Termin: montags, 19.0–20.00 Uhr
 Beginn: Mo., 22.09.2025

302503

Termin: dienstags, 18.00–19.00 Uhr
 Beginn: Di., 23.09.2025

302504

Termin: dienstags, 19.00–20.00 Uhr
 Beginn: Di., 23.09.2025

Fitness für Senioren

Ilka Wörz, DTB Gesundheits- und Fitnesstrainerin

Termin: mittwochs, 16.00–17.00 Uhr
 Dauer: 6 mal
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 36,80

302505

Beginn: Mi., 24.09.2025

302506

Beginn: Mi., 12.11.2025

302507

Beginn: Mi., 07.01.2026

AQUAFITNESS

Aquacycling – für alle Altersklassen



Ina Laube, Sportlehrerin

Termin: montags, 13.00–13.45 Uhr
 Dauer: 5 mal
 Ort: badkap Freizeitbad, Beibruck 1, A.-Lautlingen
 Gebühr: EUR 83,00
 Mitzubringen: Wasser-/Badeschuhe

302601

Beginn: Mo., 22.09.2025

302602

Beginn: Mo., 03.11.2025

302603

Beginn: Mo., 12.01.2026



Aquafitness

Karin Heinzlmann, Aquafitnessleiterin

Beginn: Fr., 26.09.2025
 Dauer: 8 mal
 Ort: ACURA Kliniken Albstadt GmbH, Bewegungsbad, Albstadt-Truchelfingen
 Gebühr: EUR 91,40

302604

Termin: freitags, 14.45–15.30 Uhr

302605

Termin: freitags, 15.30–16.15 Uhr

302606

Termin: freitags, 16.15–17.00 Uhr

Fit bleiben. Aktiv bleiben.
 Gesund bleiben.
 Wir helfen Ihnen gerne dabei!



- Zustellservice
- Verleihservice
- Hilfe bei Inkontinenz
- Venenberatung
- Blutwertbestimmung
- Barmer Hausapotheke

Dr. Hans-Joachim Hofmann · Stadionplatz 14
 72461 Albstadt-Taifingen · Tel. 0 74 32 / 62 24
 Fax 0 74 32 / 31 66 · E-mail info@lawapo.de

www.lawapo.de



SPORT

Lust auf Tennis?

Tennis für Anfänger (für Erwachsene)

In Zusammenarbeit mit der Tennisgesellschaft Ebingen Geschäftsstelle TG Ebingen



302701N

Termin: samstags, 15.00–16.00 Uhr
 Beginn: Sa., 22.11.2025
 Dauer: 10 mal
 Ort: Tennishalle TG Ebingen; Schmiechastraße 240 (hinter dem Stadion)
 Gebühr: EUR 99,00
 Mitzubringen: Sportbekleidung, saubere Turnschuhe ohne Profil

Vom Anfänger / Wiedereinsteiger zum Läufer

Volker Mast, DOSB Übungsleiter

930001

Termin: mittwochs, 17.15–18.45 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 19 mal
 Ort: Albstadt-Ebingen Wanderparkplatz nach Meßstetter Steige links
 Gebühr: EUR 144,40
 Mitzubringen: Gute Laufschuhe, wetterbeständige Kleidung, Getränk

Schnupperkurs Karate 50 +

Modernes gelenkschonendes Okinawa Karate

Michaela Bayraktar, PK, Kinder-Entspannungstrainerin, 3. Dan Karate

Ort: Karate-Club Albstadt e.V. - Zentrum für Vitalität, Kientenstr. 50, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 26,20
 Mitzubringen: Bequeme Kleidung und Turnschuhe

Vormittagskurs

302702

Termin: Do., 25.09.2025, 9.45–11.00 Uhr

302703

Termin: Do., 06.11.2025, 9.45–11.00 Uhr

302704

Termin: Do., 15.01.2026, 9.45–11.00 Uhr

Abendkurs

302705

Termin: Fr., 26.09.2025, 18.30–19.45 Uhr

302706

Termin: Fr., 07.11.2025, 18.30–19.45 Uhr

302707

Termin: Fr., 16.01.2026, 18.3–19.45 Uhr

RÜCKENSCHULE/WIRBELSÄULENGYMNASTIK

Rückenschule/
Wirbelsäulengymnastik

Schreibtischarbeiter, Autofahrer, Hausfrauen und Hausmänner sowie alle Dauersitzer belasten ihre Wirbelsäule einseitig. Durch gezielte krankengymnastisch orientierte Übungen wollen wir Verkrampfungen der Muskulatur entgegenarbeiten und die Beweglichkeit der Wirbelsäule erhalten. Durch Kräftigungsübungen der Rücken- und Bauchmuskulatur sollen bestehende Beschwerden vermindert und weiteren vorgebeugt werden.

Sie werden sehen, es macht Spaß!
Bitte zu den Kursen Decke oder Matte und ein kleines Kissen oder Handtuch mitbringen.

Bitte beachten Sie:

Bei akuten Beschwerden ist eine Teilnahme an den Kursen Wirbelsäulengymnastik nur nach Rücksprache mit dem Hausarzt zu empfehlen.

Rückenbalance für junggebliebene Senioren

Gerlinde Rose, Rehasport-, Sportlehrerin u. Rückenschullehrerin

Termin: montags, 8.45–9.35 Uhr
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Decke (für Entspannung)

303001

Beginn: Mo., 22.09.2025
 Dauer: 12 mal
 Gebühr: EUR 72,00

303005

Beginn: Mo., 12.01.2026
 Dauer: 5 mal
 Gebühr: EUR 30,00



www.vhs-albstadt.de





Rückenbalance

Gerlinde Rose, Rehasport-, Sportlehrerin u. Rückenschullehrerin

Termin: montags, 18.10–19.00 Uhr
Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Decke (für Entspannung)

303002

Beginn: Mo., 22.09.2025
Dauer: 12 mal
Gebühr: EUR 72,00

303006

Beginn: Mo., 12.01.2026
Dauer: 5 mal
Gebühr: EUR 30,00

Rückenbalance mit Beckenbodentraining

Gerlinde Rose, Rehasport-, Sportlehrerin u. Rückenschullehrerin

Termin: montags, 19.10–20.00 Uhr
Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Decke (für Entspannung)

303003

Beginn: Mo., 22.09.2025
Dauer: 12 mal
Gebühr: EUR 72,00

303007

Beginn: Mo., 12.01.2026
Dauer: 5 mal
Gebühr: EUR 30,00

Rückenbalance mit Beckenbodentraining

Gerlinde Rose, Rehasport-, Sportlehrerin u. Rückenschullehrerin

Termin: montags, 20.10–21.00 Uhr
Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Decke (für Entspannung)

303004

Beginn: Mo., 22.09.2025
Dauer: 12 mal
Gebühr: EUR 72,00

303008

Beginn: Mo., 12.01.2026
Dauer: 5 mal
Gebühr: EUR 30,00

Ein starker Rücken kann entzücken

Heidi Gulde, Rückenschullehrerin

303009

Termin: montags, 17.30–18.30 Uhr
Beginn: Mo., 22.09.2025
Dauer: 16 mal
Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Gymnastikraum 2. OG, Riedstraße 27, A.-Ebingen (ehem. Fa. Blickle)
Gebühr: EUR 98,00
Mitzubringen: ein großes Handtuch

Rückenfit – Fit im Alltag

für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

Heidi Gulde, Rückenschullehrerin

Beginn: Do., 25.09.2025
Dauer: 16 mal
Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Gymnastikraum 2. OG, Riedstraße 27, A.-Ebingen (ehem. Fa. Blickle)
Gebühr: EUR 98,00
Mitzubringen: ein großes Handtuch

303010

Termin: donnerstags, 18.30–19.30 Uhr

303011

Termin: donnerstags, 19.40–20.40 Uhr

Gymnastik - Rückenschule - Bewegungstraining

für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

Heidi Gulde, Rückenschullehrerin

Beginn: Di., 23.09.2025
Dauer: 16 mal
Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 98,00
Mitzubringen: ein großes Handtuch

303012

Termin: dienstags, 17.20–18.20 Uhr

303013

Termin: dienstags, 18.30–19.30 Uhr

303014

Termin: dienstags, 19.40–20.40 Uhr



www.vhs-albstadt.de





Wirbelsäule trainieren – Rücken stärken

Susanne Hofele, Übungsleiterin Fitness und Gesundheit, Prävention

303101

Termin: mittwochs, 8.55–9.55 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 16 mal
 Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Gymnastik-
 raum 2. OG, Riedstraße 27, A.-Ebingen
 (ehem. Fa. Blickle)
 Gebühr: EUR 98,00
 Mitzubringen: Handtuch

Wechseljahre – Aufbruch in eine schöne 3. Lebensphase

Workshop

Elke Beiter, Gesundheits- und Präventionsberaterin

304003

Termin: Di., 28.10.2025, 18.30–20.30 Uhr
 Ort: Bildungszentrum, Raum 2, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 12,40
 Mitzubringen: Kosten für Script, Getränk und Tinktur
 in Höhe von 8,00 € sind im Kurs zu
 entrichten

GESUNDHEITSPRÄVENTION

Präventionstraining: Kraftvoll fit ab 60 + Sport in der Rehabilitation

Rolf Roth, Master - Fitnesstrainer, vormals A-Lizenz

303201

Termin: mittwochs, 9.30–10.30 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 15 mal
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 92,00

Energetisches Räuchern

Heidi Stauß

304001

Termin: montags, 18.30–20.15 Uhr
 Beginn: Mo., 03.11.2025
 Dauer: 2 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 1, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 20,50

Hilfe die Hose spannt – Ernährung in den Wechseljahren

Workshop

Elke Beiter, Gesundheits- und Präventionsberaterin

304002

Termin: Mi., 01.10.25, 18.30 - 20.30 Uhr
 Ort: Bildungszentrum, Raum 2, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 12,40
 Mitzubringen: Kosten für Script, Getränk und Tinktur
 in Höhe von 8,00 € sind im Kurs zu
 entrichten

KOCHEN & BACKEN

Brot selber backen

Melden Sie sich jetzt an und werden Sie zum Meisterbäcker!

Stingel Mühle



Was gibt es Besseres als ein frisch duftendes, selbstgebackenes Brot mit natürlichen Zutaten? In unserem Backkurs lernen Sie, wie einfach es ist, traditionelles Bauernbrot und schwäbische Dinnete in Ihrem eigenen Zuhause zuzubereiten. Im Grundkurs werden Ihnen die Basics für gutes Brot vermittelt. Sie erfahren, wie Sie einen Vorteig herstellen und welche Zutaten entscheidend sind. Darüber hinaus erhalten Sie wertvolle Tipps und Tricks, damit Ihr Brot jedes Mal perfekt gelingt - von der richtigen Teigkonsistenz bis hin zur optimalen Backtemperatur. Ganz gleich, ob Sie ein absoluter Anfänger sind oder bereits erste Erfahrungen im Brotbacken gesammelt haben - dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihr Wissen zu vertiefen und Ihre Fähigkeiten zu verbessern.

305001

Termin: Do., 23.10.2025, 18.00–21.30 Uhr
 Ort: Stingel-Mühle, Schwaderloch 9,
 Balingen-Dürrwangen
 Gebühr: EUR 50,00
 Mitzubringen: Inkl. Kursbuch, Getränke, Kaffee und
 Pausengebäck sowie Ihr Selbst-
 gebackenes



Laugenbrezeln und Roggenweckle

Stingel Mühle



Die hohe Kunst des Bäckerhandwerks ist das Formen von Brezeln. Nicht umsonst ziert die Brezel das Wappen des Bäckerhandwerks. Einfacher herzustellen sind Roggenweckle die zu jeder Tageszeit schmecken.

In diesem Kurs lernen Sie die Teigherstellung und das praktische Formen von Laugenbrezeln und Roggenweckle kennen.

305002

Termin: Do., 22.01.2026, 18.00–21.30 Uhr
Ort: Stingel-Mühle, Schwaderloch 9, Balingen-Dürrwangen
Gebühr: EUR 50,00
Mitzubringen: Inkl. Kursbuch, Getränke, Kaffee und Pausengebäck sowie Ihr Selbstgebackenes



Schwäbischer Kartoffelsalat – Workshop

Christine Rösch

Der Schwäbische Kartoffelsalat begleitet uns von der Wiege an durch das ganze Leben, praktisch bei allen Gelegenheiten und großen Anlässen. Er ist ein Mysterium und eine Kochkunst auf höchstem Niveau.

Andere Kartoffelsalate sind herzlich willkommen!

305003

Termin: Fr., 10.10.2025, 18.00–22.00 Uhr
Ort: Hohenbergschule Schulküche
Gebühr: EUR 49,50
Mitzubringen: Schürze, Geschirrtuch und Behälter für Kostproben

Bei der Anmeldung teilen Sie uns bitte mit, ob Sie gluten- oder laktosefreie Zutaten wünschen.

Zum gemeinsamen Abschlussessen gibt es Würstle und ein Glas Bier oder Radler. Teilen Sie uns mit, falls alkoholfrei. Bitte teilen sie uns bei Anmeldung mit, ob sie vegane Würstle wollen.

Meal Prep – Vorkochen mit pflanzlicher Küche

Christine Rösch

Sie möchten sich im Arbeitsalltag, beim Sport, bei Ausflügen am Wochenende und bei Picknicks gesund und kostengünstig ernähren? Wir kochen gemeinsam mit wenig Zeitaufwand gesunde und einfache Meal Prep Rezepte mit frischen Zutaten zum Mitnehmen!

305004

Termin: Fr., 14.11.2025, 18.00–22.00 Uhr
Ort: Hohenbergschule Schulküche
Gebühr: EUR 49,50
Mitzubringen: Schürze, Geschirrtuch und Behälter für Kostproben

Bei der Anmeldung teilen Sie uns bitte mit, ob Sie gluten- oder laktosefreie Zutaten wünschen.



Mebold
www.mebold.de

Getränke für den guten Geschmack

MIT FREUNDEN DAS BESONDERE ENTDECKEN!

Mebold Wein- und Getränke-Fachmarkt
Mo.-Fr. von 08:30 - 19:00 Uhr, Sa. von 08:00 - 16:00 Uhr für Sie geöffnet.
72458 Albstadt, Kientenstraße 14 - Tel. 07431 / 93 73 0 - Fax 07431 / 93 73 23



www.vhs-albstadt.de





Sprachkurs-Angebote



Chinesisch

Deutsch

Englisch

Französisch

Italienisch

Polnisch

Russisch

Spanisch

Türkisch

Der erste Termin ist eine kostenlose Schnupperstunde, wenn Sie einen anderen Kurs besuchen möchten.

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen (GER) der VHS

Kompetente Sprachverwendung	C2 Annähernd muttersprachliche Kenntnisse	Hören Sprechen Lesen Schreiben	<ul style="list-style-type: none"> • ohne Schwierigkeiten die gesprochene Sprache verstehen • sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen • jede Art geschriebenen Textes mühelos lesen • anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken
	C1 Fachkundige Sprachkenntnisse	Hören Sprechen Lesen Schreiben	<ul style="list-style-type: none"> • Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen • sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken • komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen • sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben
Selbstständige Sprachverwendung	B2 Selbständige Sprachverwendung	Hören Sprechen Lesen Schreiben	<ul style="list-style-type: none"> • im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird • sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten • Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen • detaillierte Texte, z. B. Aufsätze oder Berichte schreiben
	B1 Fortgeschrittene Sprachverwendung	Hören Sprechen Lesen Schreiben	<ul style="list-style-type: none"> • das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird • in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben • Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen • persönliche Briefe schreiben
Elementare Sprachverwendung	A2 Grundlegende Kenntnisse	Hören Sprechen Lesen Schreiben	<ul style="list-style-type: none"> • einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen • kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen • kurze einfache Texte, z. B. Anzeigen, Speisekarten verstehen • kurze Notizen und Mitteilungen abfassen
	A1 Anfänger	Hören Sprechen Lesen Schreiben	<ul style="list-style-type: none"> • einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen • sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen • einzelne Wörter und ganze Sätze verstehen, z. B. auf Schildern und Plakaten • einfache Standardformulare, z. B. im Hotel, ausfüllen

Das Kurssystem richtet sich nach den 3 Niveaustufen des „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen“ unterteilt in 6 Stufen, beginnend von A1 (Anfänger) bis C2 (Experten).

Sie haben Interesse an einer Sprachprüfung?

Dann schauen Sie doch einfach auf folgender Website vorbei:
www.vhs-pruefungszentrale-sprachen.de.

Dort finden Sie die nächste Möglichkeit auf Ihrem Sprachniveau eine Prüfung abzulegen.

Anmeldung und Information:

Telefon 07431 / 134-35-0
info@vhs-albstadt.de

Anmeldeformulare zum Ausfüllen finden Sie auf Seite 50.

**Gebührentabelle: Preisgestaltung der Gruppen**

nach Teilnehmerzahl

Kurstermine UE's Teilnehmer	10 20	11 22	12 24	13 26	14 28	15 30	16 32
10	68,70 €	75,60 €	82,50 €	89,30 €	96,20 €	103,00 €	109,90 €
9	75,60 €	83,20 €	90,70 €	98,30 €	105,80 €	113,30 €	120,90 €
8	85,30 €	93,90 €	102,40 €	110,90 €	119,40 €	127,90 €	136,40 €
7	98,30 €	108,10 €	117,90 €	127,70 €	137,50 €	147,30 €	157,20 €
6	115,60 €	127,10 €	138,70 €	150,20 €	161,70 €	173,30 €	184,80 €
5	136,10 €	149,70 €	163,30 €	176,90 €	190,40 €	204,00 €	217,60 €

TEILNAHMEBESCHEINIGUNGEN sind im Preis inklusive.

CHINESISCH**Chinesisch A1.1 –
Schnuppertermin**

für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse

Liu Yan

402001

Termin: Mi., 08.10.2025, 18.00–19.00 Uhr
 Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Riedstraße 27,
 A.-Ebingen (ehem. Fa. Blickle)
 ohne Gebühr

Chinesisch A1.1

für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse

Liu Yan

402002

Termin: mittwochs, 18.00–19.00 Uhr
 Beginn: Mi., 15.10.2025
 Dauer: 10 mal
 Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Riedstraße 27,
 A.-Ebingen (ehem. Fa. Blickle)
 Gebühr: EUR 131,10 (4 Teilnehmer)
 Mitzubringen: Buch wird im Kurs bekannt gegeben

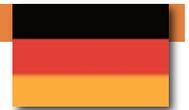
Chinesisch A 1.2

für Anfänger mit Vorkenntnissen

Liu Yan

402003

Termin: mittwochs, 19.00–20.00 Uhr
 Beginn: Mi., 15.10.2025
 Dauer: 10 mal
 Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Riedstraße 27,
 A.-Ebingen (ehem. Fa. Blickle)
 Gebühr: EUR 131,10 (4 Teilnehmer)
 Mitzubringen: Buch wird im Kurs bekannt gegeben

DEUTSCH**Deutsch A1.1 als Fremd-
sprache (DaF)**

Erste Schritte für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse

Christine Hauder

404001

Termin: mittwochs, 18.30–20.00 Uhr
 Beginn: Mi., 08.10.2025
 Dauer: 10 mal
 Ort: Bildungszentrum, EDV-Raum, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 136,10 (5 Teilnehmer)
 Mitzubringen: Buch wird im Kurs bekannt gegeben

Deutsch A1.1 als Fremdsprache (DaF)

für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse

Yana Matveieva

404002

Termin: montags, 18.30–20.00 Uhr
 Beginn: Mo., 06.10.2025
 Dauer: 12 mal
 Ort: Gymnasium Ebingen, Raum 206, 2. OG
 Gebühr: EUR 168,30 (5 Teilnehmer)
 Mitzubringen: Buch wird im Kurs bekannt gegeben
 inkl. Lernmittelgebühr (5,00 Euro)





Deutsch A1.1+ (A1.2) als Fremdsprache (DaF)

für Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen

Özlem Ugur

404003

Termin: montags, 16.30–18.00 Uhr
 Beginn: Mo., 06.10.2025
 Dauer: 10 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 1, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 136,10 (5 Teilnehmer)
 Mitzubringen: Buch wird im Kurs bekannt gegeben

Deutsch A1.2 als Fremdsprache (DaF)

für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen

Annette Huwald

404004

Termin: mittwochs, 19.30–21.00 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 16 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 184,40 (6 Teilnehmer)
 Mitzubringen: Buch wird im Kurs bekannt gegeben

Deutsch A2.1 als Fremdsprache (DaF)

für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Annette Huwald

404005

Termin: freitags, 17.20–18.50 Uhr
 Beginn: Fr., 26.09.2025
 Dauer: 16 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 184,80 (6 Teilnehmer)

Deutsch A2.2 als Fremdsprache (DaF)

für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Annette Huwald

404006

Termin: donnerstags, 17.50–19.20 Uhr
 Beginn: Do., 25.09.2025
 Dauer: 16 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 184,80 (6 Teilnehmer)

Deutsch B1.1 als Fremdsprache (DaF)

für Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen

Annette Huwald

404007

Termin: freitags, 19.00–20.30 Uhr
 Beginn: Fr., 26.09.2025
 Dauer: 16 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 184,80 (6 Teilnehmer)

Deutsch B1.2 als Fremdsprache (DaF)

für Teilnehmer mit sehr guten Vorkenntnissen

Annette Huwald

404008

Termin: dienstags, 17.30–19.00 Uhr
 Beginn: Di., 23.09.2025
 Dauer: 16 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 184,80 (6 Teilnehmer)

Deutsch B2.2 als Fremdsprache (DaF)

für Teilnehmer mit sehr guten Vorkenntnissen

Annette Huwald

404009

Termin: donnerstags, 19.30–21.00 Uhr
 Beginn: Do., 25.09.2025
 Dauer: 16 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 184,80 (6 Teilnehmer)

ENGLISCH



Englisch A1.1+

für Senioren mit geringen Vorkenntnissen

Englisch lernen mit Muße

Bernd Adelmann

406001

Termin: dienstags, 9.15–10.15 Uhr
 Beginn: Di., 23.09.2025
 Dauer: 10 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 90,70 (5 Teilnehmer)

Sie vermissen die Beschreibungen unter den Kursen?

Schauen Sie doch einfach unter: www.vhs-albstadt.de vorbei.





Englisch für Touristen A1.2 – Hooray for Holidays

für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen

Ulrike Franke

406002

Termin: dienstags, 19.00–20.30 Uhr
Beginn: Di., 04.11.2025
Dauer: 5 mal
Ort: Gymnasium Ebingen, Raum 08
Gebühr: EUR 68,20 (5 Teilnehmer)

Englisch A2.1

für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Ulrike Franke

406003

Termin: mittwochs, 18.00–19.30 Uhr
Beginn: Mi., 08.10.2025
Dauer: 12 mal
Ort: Gymnasium Ebingen, Raum 08
Gebühr: EUR 102,40 (8 Teilnehmer)
Mitzubringen: Buch wird im Kurs bekannt gegeben

Englisch A2.1

für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Begüm Bucher

406004

Termin: freitags, 18.30–20.00 Uhr
Beginn: Fr., 10.10.2025
Dauer: 10 mal
Ort: Gymnasium Ebingen, Raum 114
Gebühr: EUR 136,10 (5 Teilnehmer)
Mitzubringen: wird am ersten Kurstag mitgeteilt

Englisch A2.1+

für Senioren mit Vorkenntnissen

Dr. Heidemarie May

406005

Termin: donnerstags, 9.30–11.00 Uhr
Beginn: Do., 09.10.2025
Dauer: 13 mal
Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 89,30 (10 Teilnehmer)
Mitzubringen: At your leisure A2 Hueber Verlag,
ISBN 978-3-19-109 599-4 Band A2
ab Lektion 9

English B1.2 Conversation

für Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen

Ray Dahlhoff

406006

Termin: mittwochs, 19.30–21.00 Uhr
Beginn: Mi., 24.09.2025
Dauer: 12 mal
Ort: Haus am Uhlandsgarten, Mehrzweck-
raum, Untere Bachstraße 12,
A.-Tailfingen
Gebühr: EUR 102,40 (8 Teilnehmer)

English B1.2

für Senioren mit guten Vorkenntnissen – Englisch lernen mit
Muße

Ulrike Franke

406007

Termin: freitags, 10.00–11.30 Uhr
Beginn: Fr., 24.10.2025
Dauer: 8 mal
Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 108,90 (5 Teilnehmer)

Englisch B2

selbstständige Sprachverwendung

für Teilnehmer mit sehr guten Vorkenntnissen

Ruth Reiser

406008

Termin: donnerstags, 18.30–20.00 Uhr
Beginn: Do., 25.09.2025
Dauer: 12 mal
Ort: Gymnasium Ebingen, Raum 114
Gebühr: EUR 82,50 (10 Teilnehmer)

FRANZÖSISCH



Französisch A1.2

für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Annette Huwald

408001

Termin: montags, 19.30–21.00 Uhr
Beginn: Mo., 22.09.2025
Dauer: 16 mal
Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 136,40 (8 Teilnehmer)

TEILNAHMEBESCHEINIGUNGEN sind im Preis inklusive.



Französisch A2 – Touristenkurs

für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Ulrike Franke

408002

Termin: dienstags, 19.00–20.30 Uhr
 Beginn: Di., 13.01.2026
 Dauer: 5 mal
 Ort: Gymnasium Ebingen, Raum 08
 Gebühr: EUR 68,20 (5 Teilnehmer)

Französisch A2

Konversation und Grammatik

für Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen

14-tägig

Annette Huwald

408003

Termin: mittwochs, 17.50–19.20 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 13 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 110,90 (8 Teilnehmer)

Französisch B1

Conversation française am Vormittag

für Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen

Françoise Fehrenbacher

408004

Termin: donnerstags, 9.00–10.30 Uhr
 Beginn: Do., 25.09.2025
 Dauer: 16 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 1, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 120,90 (9 Teilnehmer)

ITALIENISCH



Italienisch A1.1

für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse

Annette Huwald

409001

Termin: mittwochs, 16.10–17.40 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 16 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 136,40 (8 Teilnehmer)

Italienisch A1.1+

für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Annette Huwald

409002

Termin: donnerstags, 16.10–17.40 Uhr
 Beginn: Do., 25.09.2025
 Dauer: 16 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 136,40 (8 Teilnehmer)

Italienisch A1.2

für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Cosimo Franco Marra, Dott.

409003

Termin: freitags, 18.30–20.00 Uhr
 Beginn: Fr., 26.09.2025
 Dauer: 9 mal
 Ort: Gymnasium Ebingen, Raum 206, 2. OG
 Gebühr: EUR 104,00 (6 Teilnehmer)
 Mitzubringen: Nuovo Espresso A1, (Hueber)

Italienisch A1.2+

für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Annette Huwald

409004

Termin: montags, 17.50–19.20 Uhr
 Beginn: Mo., 06.10.2025
 Dauer: 14 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 119,40 (8 Teilnehmer)

Italienisch A2

für Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen

Annette Huwald

409005

Termin: dienstags, 19.10–20.40 Uhr
 Beginn: Di., 23.09.2025
 Dauer: 16 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 136,40 (8 Teilnehmer)





Italienisch A2.1

für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

14-tägig

Annette Huwald

409006

Termin: mittwochs, 17.50–19.20 Uhr
Beginn: Mi., 01.10.2025
Dauer: 11 mal
Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 93,90 (8 Teilnehmer)

Spanisch A2.2+

für Fortgeschrittene

Laura Greiner

422003

Termin: montags, 18.00–19.30 Uhr
Beginn: Mo., 22.09.2025
Dauer: 15 mal
Ort: Gymnasium Ebingen, Raum 114
Gebühr: EUR 127,90 (8 Teilnehmer)
Mitzubringen: Buch wird am ersten Kursabend bekannt
gegeben

POLNISCH



Polnisch A1.1

für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse

Mariusz Zycinski

417001

Termin: samstags, 9.00–10.30 Uhr
Beginn: Sa., 11.10.2025
Dauer: 12 mal
Ort: Bildungszentrum, Raum 1, 1. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 163,30 (5 Teilnehmer)

Spanisch B1

für Teilnehmer mit sehr guten Vorkenntnissen

Fabiana Schmidt

422004

Termin: dienstags, 17.00–18.30 Uhr
Beginn: Di., 23.09.2025
Dauer: 13 mal
Ort: Gymnasium Ebingen, Raum 08
Gebühr: EUR 150,20 (6 Teilnehmer)
Mitzubringen: Perspectivas YA B1, Band 1,
ab Lektion 7

RUSSISCH



Russisch A1.1

Anfänger ohne Vorkenntnisse

Mariusz Zycinski

419001

Termin: samstags, 10.30–12.00 Uhr
Beginn: Sa., 11.10.2025
Dauer: 12 mal
Ort: Bildungszentrum, Raum 1, 1. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
Gebühr: EUR 163,30 (5 Teilnehmer)

Spanisch B2

Curso de conversación –
Konversationskurs für Fortgeschrittene

Fabiana Schmidt

422005

Termin: montags, 18.30–20.00 Uhr
Beginn: Mo., 22.09.2025
Dauer: 13 mal
Ort: Gymnasium Ebingen, Raum 08
Gebühr: EUR 110,90 (8 Teilnehmer)
Mitzubringen: Arbeit mit freien Materialien

SPANISCH



Spanisch A1.1+/A1.2

für Teilnehmer mit guten Grundkenntnissen

Fabiana Schmidt

422001

Termin: montags, 16.45–18.15 Uhr
Beginn: Mo., 22.09.2025
Dauer: 13 mal
Ort: Gymnasium Ebingen, Raum 08
Gebühr: EUR 150,20 (6 Teilnehmer)
Mitzubringen: Perspectivas Contigo A1, Band 1,
ab Lektion 10

TÜRKISCH



Türkisch A1.1

für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse

Özgen Cakir

424001

Termin: dienstags, 17.00–18.00 Uhr
Beginn: Di., 23.09.2025
Dauer: 10 mal
Ort: Gymnasium Ebingen, Raum 206, 2. OG
Gebühr: EUR 131,10 (4 Teilnehmer)

Anmeldeformulare zum Ausfüllen
finden Sie auf Seite 50.



Sympathisch und überzeugend ab der ersten Sekunde

Mit detaillierten Informationen zum NLP und zur Grundausbildung NLP-Practitioner

Infovortrag

Wolfhard Zeeb, NLP Lehrtrainer (DVNLP und IN)

Infoabend zur NLP-Ausbildung/Weiterbildung. Motto: Sympathisch und überzeugend ab der ersten Sekunde. "NLP Practitioner DVNLP" ist ein eigenständiger Abschluss und vom DVNLP anerkannt und zertifiziert, inklusive Qualifizierung zum Beratungs- und Kommunikationsexperten nach AZAV und bildet andererseits Teil 1 der Ausbildung zum Systemischen Coach/Coach DVNLP. Eine Förderung über den ESF, in Höhe von bis zu 50% der Ausbildungskosten, ist möglich.

500001V

Termin: Do., 05.02.2026, 18.00–19.30 Uhr
Ort: Kloster Margrethausen, Raum Eckwinkel (1.OG), A.-Margrethausen
Eintritt frei!

NLP – Gelungen kommunizieren und Herausforderungen souverän meistern

(Margrethausen)

Wolfhard Zeeb, NLP Lehrtrainer (DVNLP und IN)

In diesem Basiskurs lernen Sie erfolgreiche Methoden des NLP (Neurolinguistisches Programmieren) kennen, die sie sofort anwenden können, um in Zukunft Herausforderungen gelassen zu bewältigen und erfolgreich und wertschätzend mit Ihren Mitmenschen zu kommunizieren.

500002

Termin: Sa., 21.02.2026, 9.00–18.00 Uhr
Ort: Kloster Margrethausen, Raum Heersberg, 1.OG, A.-Margrethausen
Gebühr: EUR 96,50
Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Schreibmaterial

Rhetorik Online Workshop

Sicher auftreten – überzeugend argumentieren – souverän ankommen

Matthias Dahms

500003

Termin: Mi., 15.10.2025, 18.30–21.30 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 69,00
Mitzubringen: Laptop/PC mit Kamera und Mikrofon
Anmeldung bis: 14.10.2025



www.vhs-albstadt.de



Smalltalk trainieren – Online-Workshop

Kontakte sicher und souverän aufbauen.

Die Kunst des Smalltalks: Vom Small Talk zum Smart Talk

Matthias Dahms



500004

Termin: Do., 11.12.2025, 18.30–21.30 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 69,00
Mitzubringen: Laptop/PC mit Kamera und Mikrofon
Anmeldung bis: 10.12.2025

Storytelling: Die Kunst des nachhaltigen Überzeugens

Matthias Dahms



500005

Termin: Do., 12.02.2026, 18.30–21.30 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 74,00
Mitzubringen: Laptop/PC mit Kamera und Mikrofon
Anmeldung bis: 11.02.2026

Online bewerben zur Traumstelle

Thilo Herzau



501101

Termin: So., 26.10.2025, 10.30–12.30 Uhr
Ort: Onlinekurs/Webkurs
Gebühr: EUR 50,00
Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera und Mikrofon
Anmeldung bis: 23.10.2025

Abendrealschule

Tel. 07433/9675706 info@abendrealschule-balingen.de

Neuer Kurs

Bessere Ausbildung
Mehr Möglichkeiten

Realschulabschluss nachholen Jetzt anmelden !

Rufen Sie an !
Oder schicken Sie eine Anfrage über
abendrealschule-balingen.de

Wir beraten Sie gerne



EDV-GRUNDKURSE

Webseiten erstellen ganz ohne Programmierkenntnisse

*Thilo Herzau***501102**

Termin: So., 19.10.2025, 14.30–16.30 Uhr
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 50,00
 Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera und Mikrofon
 Anmeldung bis: 16.10.2025

Excel 1 Grundkurs

Joachim Wichmann

Teilnahmebescheinigungen sind inklusive

501201

Termin: dienstags und donnerstags,
17.30–19.45 Uhr
 Beginn: 04.11.2025
 Dauer: 4 mal
 Ort: Bildungszentrum, EDV-Raum, 2. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 133,60

Power Point beherrschen

*Thilo Herzau***501202**

Termin: So., 12.10.2025, 10.30–12.30 Uhr
 Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 50,00
 Mitzubringen: Laptop/PC/Smartphone mit Kamera und Mikrofon
 Anmeldung bis: 10.10.2025



EDV-FORTGESCHRITTENENKURSE

Excel 2 Fortgeschrittenenkurs

Joachim Wichmann

Teilnahmebescheinigungen sind inklusive

501301

Termin: dienstags und donnerstags,
17.30–19.45 Uhr
 Beginn: 25.11.2025
 Dauer: 4 mal
 Ort: Bildungszentrum, EDV-Raum, 2. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 133,60

FINANZEN – BUCHHALTUNG - BWL

Finanzbuchhaltung – Teil 1

Renate Gleichauf, Betriebswirtin

Sie wollen beruflich am Ball bleiben, Ihre Buchhaltungskennnisse auffrischen oder Ihre Buchhaltung in Zukunft selber machen. Dann ist dieser Kurs richtig für Sie. Wir fangen ganz von vorne an und lernen alles über das Thema Finanzbuchhaltung. Keine kaufmännischen Vorkenntnisse erforderlich.

Dieser Kurs ist auch für Auszubildende im kaufmännischen Bereich geeignet.

- Grundlagen der Buchführung
- Organisation der Buchführung
- Bilanz
- Inventur
- Bestandskonten
- Erfolgskonten
- Warenkonten

Teilnahmebescheinigungen sind inklusive

504001

Termin: montags, 17.00–19.30 Uhr
 Beginn: Mo., 29.09.2025
 Dauer: 6 mal
 Ort: Bildungszentrum, EDV-Raum, 2. OG,
Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 136,00
 Mitzubringen: Lehrbuch EduMedia inklusive

Finanzbuchhaltung – Teil 2

Renate Gleichauf, Betriebswirtin

Voraussetzung Teilnahme am Kurs 1 oder Grundkenntnisse in der Buchhaltung.

- Umsatzsteuer- mit Umsatzsteuervoranmeldung
- Besonderheiten im Warenverkehr
- Privatkonten
- Nicht und beschränkt abzugsfähige Betriebsausgaben
- Personalkosten
- Steuern

Teilnahmebescheinigungen sind inklusive

Mit uns starten Sie durch!

VIER STANDORTE,
EIN DRUCK.
GEMEINSAM STARK
IN QUALITÄT
UND KREATIVITÄT!



Druckhaus WITTICH KG
 Europa-Allee 2 · 54343 Föhren
 Internet: www.wittich.de

©Philip Steury - stock.adobe.com

**504002**

Termin: montags, 17.00–19.30 Uhr
 Beginn: Mo., 17.11.2025
 Dauer: 6 mal
 Ort: Bildungszentrum, EDV-Raum, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 136,00
 Mitzubringen: Lehrbuch EduMedia aus Teil 1

Buchhaltung mit Lexware 
Renate Gleichauf, Betriebswirtin

Mit dem Buchhaltungsprogramm Lexware lernen wir, wie Konten eingerichtet werden. Wie Belegnummernkreise aufgebaut sind. Auch das Buchen der lautenden Geschäftsvorfälle wird geübt, ebenso wie die versch. Steuersätze. Wichtig ist die Kontrolle der Eingabe und das Suchen und Berichtigen von Fehlern.

Voraussetzung: Teilnahme am Kurs Finanzbuchführung oder gleichwertige Kenntnisse. Sichere Kenntnisse im Umgang mit dem PC.

Teilnahmebescheinigungen sind inklusive.

504003

Termin: montags, 17.00–19.30 Uhr
 Beginn: Mo., 19.01.2026
 Dauer: 6 mal
 Ort: Bildungszentrum, EDV-Raum, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 136,00
 Mitzubringen: Lehrbuch EduMedia inklusive

Lohnbuchhaltung mit Lexware
Renate Gleichauf, Betriebswirtin

504004

Termin: samstags, 9.00–12.00 Uhr
 Beginn: Sa., 17.01.2026
 Dauer: 4 mal
 Ort: Bildungszentrum, EDV-Raum, 2. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 114,40
 Mitzubringen: Lehrbuch inklusive

Finanzkompass: Ihre Reise zu finanzieller Sicherheit und Wohlstand

Kevin Böhm

Ort: Onlinekurs/Webkurs
 Gebühr: EUR 15,00
 Mitzubringen: Laptop/PC mit Kamera und Mikrofon,
 MS Teams

504005

Termin: Mo., 06.10.2025, 18.00–20.00 Uhr
 Anmeldung bis: 02.10.2025

504006

Termin: Mi., 22.10.2025, 18.00–20.00 Uhr
 Anmeldung bis: 20.10.2025



Steuern & Recht

Beratergruppe

Beratung – so individuell wie Sie.

Die Standorte Ihrer SHP-Beratergruppe:
Balingen

Scharf·Hafner&Partner mbB
 Scharf&Partner GmbH
 07433 954-0

Albstadt

Scharf&Baur GmbH
 07431 9092-0

Hechingen

SHP-Recht Rager Unger
 Hauffe&Partner mbB
 07471 97544-0
 SHP Birkle GmbH
 07471 98483-0

www.shp-beratergruppe.de



Die Lernexperten – Nachhilfe und mehr

Unser Angebot richtet sich an Kinder und Jugendliche aller Schultypen und Klassenstufen.

Unsere Lernexperten sind langjährige VHS Dozentinnen und Dozenten mit speziellen Qualifikationen in den angebotenen Fächern.

Unser Nachhilfeangebot:

- Nachhilfe in den Fächern Englisch, Französisch und Mathematik. Weitere Fächer auf Anfrage.
- Vorbereitung auf den Übergang zur Realschule oder Gymnasium.
- Prüfungsvorbereitung auf einen Schulabschluss, z.B. für Realschule, allgemeines oder berufliches Gymnasium.
- Intensivkurse in den Ferien.

So läuft es ab:

- Bei Bedarf rufen Sie uns an und nennen den Bildungswunsch für Ihr Kind, sowie die Lernziele.
- Die Nachhilfe wird nach Ihren individuellen Bedürfnissen und zeitlichen Möglichkeiten im Bildungszentrum durchgeführt.
- Ein Nachhilfekurs ist immer in Blöcken à 10 Terminen buchbar.
- Die erste Nachhilfestunde ist zum Schnuppern gedacht, wenn Ihnen unser Angebot zusagt, buchen Sie 9 weitere Termine.
- Sagt Ihnen unser Angebot nicht zu, bezahlen Sie die Probestunde und haben keine weiteren Verpflichtungen.

Umfang:

- Individuell nach Vereinbarung 1 oder 2 Unterrichtsstunden à 45 Minuten.

Gruppengröße:

- Einzelunterricht, 2er- oder 3er-Gruppe.

Gültigkeit:

- 10er Block – nur innerhalb eines Schuljahres buchbar.

Preise pro 45 Minuten:

- Einzel-Unterricht: € 17,00
- 2er-Gruppe: € 15,00
- 3er-Gruppe: € 13,00

Bezahlung 10er-Block spätestens nach der 2. Kursstunde.

Wichtig:

- Absagen nehmen wir bis spätestens 24 Stunden vor Kursbeginn entgegen.
- Bei kurzfristigeren Absagen fällt die Gebühr auch bei einer Absage an.
- Bei Minderjährigen akzeptieren wir nur eine Absage durch die Erziehungsberechtigten.

Open-Learning Space • siehe Seite 4

LERNKURSE

Richtig erfolgreich lernen!

Mit Strategien des Lerntrainings zu Deinem Schulerfolg!

Michael Keppler

Termin: freitags, 15.30–17.00 Uhr
 Dauer: 4 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 2, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 36,80

600001

Beginn: Fr., 28.11.2025

600002

Beginn: Fr., 30.01.2026

COACHING

Entdecke den Löwen in dir

Kreativ-Coachingkurs für Kinder von 7–10 Jahren

Nicole Lenischenko Familienwerkstatt Glücksmurmelt

600101

Termin: freitags, 14.30–16.00 Uhr
 Beginn: Fr., 31.10.2025
 Dauer: 4 mal
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 42,40
 Mitzubringen: Turnschuhe
 Materialkosten: im Kurs 8,- €





KUNST & GESTALTEN

Mama-Tochter-Schminkworkshop

Gemeinsame Schönzeit genießen!

Janine Gall

Ort: Kosmetikstudio Janine Gall, Meßstetten
 Gebühr: EUR 23,60
 Mitzubringen: Bitte einen kleinen Snack mitbringen
 Materialkosten: im Kurs 5,- €

600201

Termin: Sa., 11.10.2025, 14.00–17.00 Uhr

600202

Termin: Sa., 13.12.2025, 14.00–17.00 Uhr

Kalligraphie für Kinder

Monika Merly, Dipl.-Ing. (FH) Innenarchitektur

600203

Termin: freitags, 14.00–17.00 Uhr
 Beginn: Fr., 05.12.2025
 Dauer: 2 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 1, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 28,40
 Mitzubringen: Heft DIN A4 kariert, gerade Breitfeder (Bandzugfeder) und Tinte oder Kalligraphiefüller, Getränke
 Kosten für Material inklusive

Tolle Bettelarmbänder selbst gestalten

für Mädchen ab 11 Jahren

Svenja-Yacine Jetter

Ort: Borsigstrasse 5, 72461 Albstadt-Onstmettingen
 Gebühr: EUR 25,10
 Materialkosten: im Kurs 14,- €

600204

Termin: Mo., 20.10.2025, 14.30–17.30 Uhr

600205

Termin: Mo., 17.11.2025, 14.30–17.30 Uhr

600206

Termin: Mo., 08.12.2025, 14.30–17.30 Uhr

600207

Termin: Mo., 12.01.2026, 14.30–17.30 Uhr

Gruselige Grafik – Taschenlampenführung mit nächtlicher Druckwerkstatt

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Carina Rosenlehner

600208

Termin: Do., 30.10.2025, 17.00–20.00 Uhr
 Ort: Kunstmuseum, Kirchengraben 11, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 10,00 (inkl. Material)
 Anmeldung über das Kunstmuseum Albstadt.



Mission Jupiter – Escape Game

Für Kinder ab 8 Jahren

Carina Rosenlehner

600209

Termin: Do., 19.02.2026, 14.30–16.00 Uhr
 Ort: Kunstmuseum, Kirchengraben 11, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 8,00 (inkl. Material)
 Anmeldung über das Kunstmuseum Albstadt.



Sie vermissen die Beschreibungen unter den Kursen?

Schauen Sie doch einfach unter: www.vhs-albstadt.de vorbei.





MUSIK

Musicalworkshop für Kinder ab 10 Jahren**keine Vorkenntnisse erforderlich***Vanessa Haug, prof. Musicaldarstellerin und Tanzpädagogin***600210**

Termin: donnerstags, 14.50–16.20 Uhr
 Beginn: Do., 02.10.2025
 Dauer: 10 mal
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 82,70
 Mitzubringen: Ordner, bequeme Kleidung, Trinken,
 Turnschuhe

**Hiphop – Workshop in den Ferien
ab 10 Jahren – keine Vorkenntnisse erforderlich***Vanessa Haug, prof. Musicaldarstellerin und Tanzpädagogin***600211**

Termine: Mo., 27.10.2025, 9.00–11.00 Uhr
 Di., 28.10.2025, 9.00–11.00 Uhr
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG,
 Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 38,-
 Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Trinken, Turnschuhe



KOCHEN & BACKEN

„Wie macht man eine Brezel?“**Führung Backhaus Mahl***Katja Hirrle***600301**

Termin: Mi., 29.10.2025, 8.00–9.30 Uhr
 Ort: Backhaus Mahl in 72510 Stetten a.k.M.,
 Lagerstr. 18
 Gebühr: EUR 10,00
 Kinder nehmen kostenfrei teil
 Treffpunkt: 07.55 Uhr Backhaus Mahl Zentrale

**Weihnachtsbäckerei für
Kindergartenkinder***Christine Rösch***600302**

Termin: Fr., 12.12.2025, 15.00–17.00 Uhr
 Ort: Hohenbergschule, Schulküche,
 Hohenzollernstraße 20, 72458 Albstadt
 Gebühr: EUR 30,00
 Mitzubringen: Keksdose

Inkl. Zutaten für Plätzchen und Pizza
 Backen mit Kindergartenkindern mit 1 Begleitperson
 (Mama, Oma oder sonstige Familienangehörige).

Die gemeinsam gebackene Pizza während des Keksebackens rundet den Nachmittag mit einem gemeinschaftlichen Essen ab.





Folgender Kurs ist ausschließlich für Mädchen und Frauen konzipiert. Somit können sich ausschließlich weibliche Teilnehmerinnen anmelden.

Orientalischer Tanz für Frauen

Katerina Grill, Diplom Tanzpädagogin & Choreografin

608001

Termin: Sa., 08.11.2025, 10.00–11.30 Uhr
 Ort: vhs-Gesundheitszentrum, Gymnastikraum 2. OG, Riedstraße 27, A.-Ebingen (ehem. Fa. Blickle)
 Gebühr: EUR 7,80



Anmeldung und Information

Tel. 07431/134 35-0
 info@vhs-albstadt.de



www.vhs-albstadt.de



Werden Sie Mitglied der



Ihre Vorteile:

- Sie erhalten auf jeden zu zahlenden Kurs 10%. ¹⁾
- Wir verlosen jedes Jahr einen freien Kurs unter den Mitgliedern. ²⁾
- Erhalten Sie in jedem Semester ein Rundschreiben „Aktuelles“. Zudem senden wir Ihnen persönlich zweimal im Jahr unser Programmheft als PDF an Ihre E-Mail-Adresse.
- Der Mitgliedsbeitrag ist steuerlich absetzbar.

Ihr Beitrag für unseren Erfolg:

- Sie fördern die vhs Albstadt e.V. mit Ihrem Beitrag.
- Sie können einmal im Jahr an der Mitgliederversammlung teilnehmen.

Mitgliedsbeitrag pro Jahr für **Einzelmitglieder:**
 12,-€

Mitgliedsbeitrag pro Jahr für **Familienmitglieder:**
 25,- €

- 1) Ausgenommen sind Fahrten und Reisen sowie Veranstaltungen, die die vhs in Kooperation mit anderen Einrichtungen durchführt. Aktionen und Rabatt-Gutscheine sind nicht mit anderen Aktionen / Gutscheinen kombinierbar.
- 2) Der Betrag ist nicht auszahlbar. Er kann zudem nicht auf andere Personen übertragen werden und muss innerhalb eines Jahres eingelöst werden.

www.korn-recycling.de

KORN RECYCLING

WERTVOLLES ERHALTEN

KORN MACHT MEHR – FÜR DIE UMWELT UND EINE BESSERE ZUKUNFT!

Korn Recycling GmbH
 Unter dem Malesfelsen 35–45
 72450 Albstadt · Tel: 074 31 - 9 49 29-0

Niederlassungen
 Engstingen · Gammertingen · Rangendingen
 Riederich · Inzigkofen



PÄDAGOGIK & PSYCHOLOGIE

Gehirn & Gedächtnistraining für Senioren - geistig mobil und fit mit den richtigen Strategien und Techniken*Michael Keppler*

Termin: donnerstags, 10.30–12.00 Uhr
 Beginn: Do., 04.12.2025
 Dauer: 4 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 1, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen

Gebühr: EUR 45,70

105005

Beginn: Do., 04.12.2025

105006

Beginn: Do., 29.01.2026

TANZEN

Tanzen im besten Alter – Gesellige Tänze für Junggebliebene*Andreas Kurz***205000**

Termin: mittwochs, 14.00–15.30 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 12 mal
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen

Gebühr: EUR 93,60

FITNESSKURSE

Wohlfühlgymnastik am Morgen**(Laufen)***Brigitte Stotz***302301**

Termin: mittwochs, 9.15–10.15 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 15 mal
 Ort: Turn- und Festhalle, A.-Laufen

Gebühr: EUR 92,00
 Mitzubringen: feste Turnschuhe und großes Handtuch

Fitness für Senioren*Ilka Wörz, DTB Gesundheits- und Fitnesstrainerin*

Termin: mittwochs, 16.00–17.00 Uhr
 Dauer: 6 mal
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen

Gebühr: EUR 36,80

302505

Beginn: Mi., 24.09.2025

302506

Beginn: Mi., 12.11.2025

302507

Beginn: Mi., 07.01.2026

Schnupperkurs Karate 50+**Modernes gelenkschonendes Okinawa Karate***Michaela Bayraktar, PK, Kinder-Entspannungstrainerin, 3. Dan Karate*

Ort: Karate-Club Albstadt e.V. - Zentrum für Vitalität, Kientenstr. 50, A.-Ebingen

Gebühr: EUR 26,20
 Mitzubringen: Bequeme Kleidung und Turnschuhe

Vormittagskurs**302702**

Termin: Do., 25.09.2025, 9.45–11.00 Uhr
 Gebühr: EUR 26,20

302703

Termin: Do., 06.11.2025, 9.45–11.00 Uhr

302704

Termin: Do., 15.01.2026, 9.45–11.00 Uhr

Abendkurs**302705**

Termin: Fr., 26.09.2025, 18.30–19.45 Uhr

302706

Termin: Fr., 07.11.2025, 18.30–19.45 Uhr

302707

Termin: Fr., 16.01.2026, 18.3–19.45 Uhr





Rückenbalance für junggebliebene Senioren

Gerlinde Rose, Rehasport-, Sportlehrerin u. Rückenschullehrerin

Termin: montags, 8.45–9.35 Uhr
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Decke (für Entspannung)

303001

Beginn: Mo., 22.09.2025
 Dauer: 12 mal
 Gebühr: EUR 72,00

303005

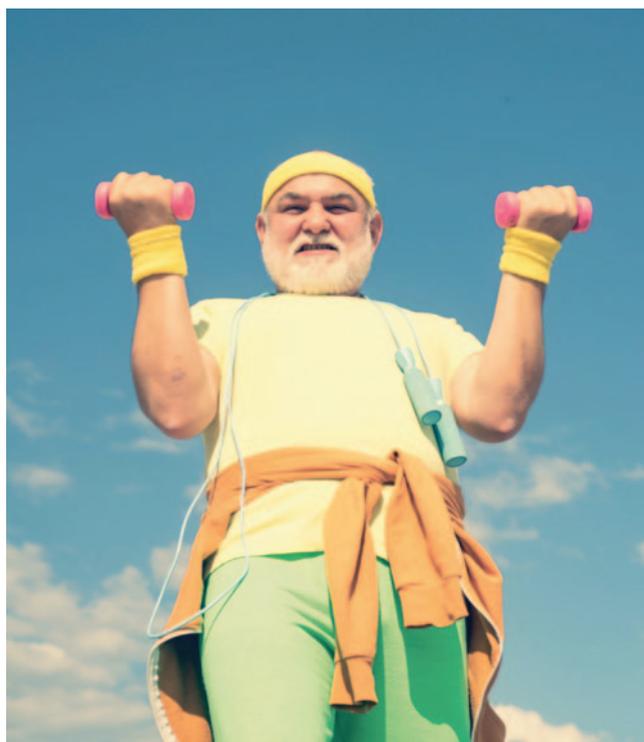
Beginn: Mo., 12.01.2026
 Dauer: 5 mal
 Gebühr: EUR 30,00

Präventionstraining: Kraftvoll fit ab 60 + Sport in der Rehabilitation

Rolf Roth, Master-Fitnesstrainer, vormals A-Lizenz

303201

Termin: mittwochs, 9.30–10.30 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 15 mal
 Ort: Bildungszentrum, Saal, 1. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 92,00



SPRACHEN

Englisch A1.1+

für Senioren mit geringen Vorkenntnissen
 Englisch lernen mit Muße

Bernd Adelman

406001

Termin: dienstags, 9.15–10.15 Uhr
 Beginn: Di., 23.09.2025
 Dauer: 10 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 90,70 (5 Teilnehmer)



Englisch A2.1+

für Senioren mit Vorkenntnissen

Dr. Heidemarie May

406005

Termin: donnerstags, 9.30–11.00 Uhr
 Beginn: Do., 09.10.2025
 Dauer: 13 mal
 Ort: Bildungszentrum, Raum 4, 2. OG, Johannesstr. 5, A.-Ebingen
 Gebühr: EUR 89,30 (10 Teilnehmer)
 Mitzubringen: At your leisure A2 Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-109 599-4 Band A2 ab Lektion 9



PEUGEOT

- Unfallinstandsetzung & Service
- Reparaturen & Inspektionen an allen PKW
- TÜV im Haus
- SB-Waschanlage & Tankstelle 24/7

Autohaus Eppler GmbH & Co. KG
 72461 Albstadt-Tailfingen
 Tel. (07432) 9 84 16-0 • info@autohaus-eppler.de
 www.autohaus-eppler.de

www.vhs-albstadt.de

**BITZ****Yogilates - Yoga + Pilates Flow**

Jutta Geiger-Wenzler, FAYO(R) Coach

Termin: mittwochs, 19.45–20.45 Uhr
Ort: Evangelisches Gemeindehaus Bitz,
großer Saal
Mitzubringen: Gymnastik/Yoga Matte

830001

Beginn: Mi., 24.09.2025
Dauer: 11 mal
Gebühr: EUR 69,00

830002

Beginn: Mi., 07.01.2026
Gebühr: EUR 44,00

Englisch A2/B1**für Fortgeschrittene**

Vormittagskurs, bei dem der Spaß an der englischen Sprache im Vordergrund steht.

Dr. Heidemarie May

840001

Termin: montags, 9.00–10.30 Uhr
Beginn: Mo., 06.10.2025
Dauer: 13 mal
Ort: Bildungszentrum Bitz, Aula,
großer Seminarraum
Gebühr: EUR 127,70 (7 Teilnehmer)
Mitzubringen: At your Leisure A2, Hueber-Verlag,
ISBN 978 -3-19-109599-4, Band A2
ab Lektion 5

Kinderreiten ab 5 Jahren

Wolfgang Wegstein

Termin: mittwochs, 16.30–17.30 Uhr
Dauer: 4 mal
Ort: Edelberghof, Burladingen-Hermannsdorf
Gebühr: EUR 85,00
Mitzubringen: Reithose oder ähnliches, Stiefel oder
feste Schuhe mit Absatz (nicht mit
durchgehender glatter Sohle), Reithelm

860001

Beginn: Mi., 17.09.2025

860002

Beginn: Mi., 15.10.2025

860003

Beginn: Mi., 12.11.2025

MESSSTETTEN**Herbstliche Kräuterwanderung**

Regina Nerz, Tierheilpraktikerin, Kräuterheilkunde

910001

Termin: Do., 25.09.2025, 16.30–19.30 Uhr
Ort: Wanderparkplatz Gräbelesberg /
Heimberg in Hossingen
Gebühr: EUR 18,40
Mitzubringen: festes Schuhwerk, wettergerechte
Kleidung, eine Sitzunterlage,
bei Bedarf Vesper/Getränke

Alb-Esel Abendspaziergang

Melanie Hetz

Ort: Laufener Weg 14, 72469 Meßstetten
Gebühr: EUR 22,00
Die Tour lassen wir mit einem gemütlichen Vesper ausklingen.

910002

Termin: Fr., 17.10.2025, 16.00–19.00 Uhr

910003

Termin: Sa., 18.10.2025, 16.00–19.00 Uhr

**Jodeln auf der Alb**

Lernen Sie jodeln – Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Cordula Hermenau

920001

Termin: Sa., 15.11.2025, 13.00–17.00 Uhr
Ort: Realschule Meßstetten, Musiksaal, EG
Gebühr: EUR 34,70
Mitzubringen: Snack und Trinken



Vom Anfänger / Wiedereinsteiger zum Läufer

Volker Mast, DOSB Übungsleiter

930001

Termin: mittwochs, 17.15–18.45 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 19 mal
 Ort: Albstadt-Ebingen Wanderparkplatz nach Meßstetter Steige links
 Gebühr: EUR 144,40
 Mitzubringen: Gute Laufschuhe, wetterbeständige Kleidung, Getränk



Rücken und Bauch

(Oberdigisheim)

Sandra Mutscheller, Fitness- + Gesundheitstrainerin

930002

Termin: mittwochs, 9.00–10.15 Uhr
 Beginn: Mi., 24.09.2025
 Dauer: 15 mal
 Ort: Naturerlebniszentrum, Meßstetten-Oberdigisheim
 Gebühr: EUR 115,00
 Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Übungsmatte, Kissen, Decke

Make-up für junge Erwachsene

Janine Gall

960001

Termin: Di., 30.09.2025, 18.00–20.30 Uhr
 Ort: Kosmetikstudio Janine Gall, Meßstetten
 Gebühr: EUR 21,70
 Kosten: im Kurs 5,- €
 Material wird komplett zur Verfügung gestellt.

Make-up for women 45+

Janine Gall

960002

Termin: Do., 09.10.2025, 18.00–20.30 Uhr
 Ort: Kosmetikstudio Janine Gall, Meßstetten
 Gebühr: EUR 21,70
 Kosten: im Kurs: 5,- €
 Material wird komplett zur Verfügung gestellt.

Schminkworkshop – dein perfekter Abendlook

Janine Gall

Ort: Kosmetikstudio Janine Gall, Meßstetten
 Gebühr: EUR 17,40
 Kosten: im Kurs 5,- €
 Material wird komplett zur Verfügung gestellt.

960003

Termin: Fr., 17.10.2025, 18.00–20.00 Uhr

960004

Termin: Fr., 12.12.2025, 18.00–20.00 Uhr



Anmeldung

Volkshochschule
Albstadt e.V.

Bitte vollständig und genau ausfüllen

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Telefon

E-Mail

Ich melde mich verbindlich für die folgenden Veranstaltungen an und erkläre mich mit den im Programm abgedruckten Allgemeinen Geschäftsbedingungen einverstanden. Die Widerrufsbelehrung habe ich gelesen. Ebenso willige ich hiermit ein, dass meine persönlichen Daten – auf Grundlage und unter Berücksichtigung der neuen EU-Datenschutzgrundverordnung – in der EDV gespeichert werden. Dies dient ausschließlich organisatorischen Zwecken der VHS Albstadt e.V. und der damit verbundenen Bearbeitung für eine Teilnahme an unseren Veranstaltungen.

Kurs-Nr.

Kurstitel

SEPA-Lastschriftmandat

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE57ZZZ00000798320

Mandatsreferenz (wird separat mitgeteilt)

Ich ermächtige die VHS Albstadt Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Albstadt auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name des Kontoinhabers, falls vom Teilnehmer abweichend

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

E-Mail-Adresse des Kontoinhabers

Kreditinstitut Name und BIC (8 oder 11 Stellen)

DE

IBAN

Ort, Datum und Unterschrift des Kontoinhabers



Anmeldung

Volkshochschule
Albstadt e.V.

Bitte vollständig und genau ausfüllen

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Telefon

E-Mail

Ich melde mich verbindlich für die folgenden Veranstaltungen an und erkläre mich mit den im Programm abgedruckten Allgemeinen Geschäftsbedingungen einverstanden. Die Widerrufsbelehrung habe ich gelesen. Ebenso willige ich hiermit ein, dass meine persönlichen Daten – auf Grundlage und unter Berücksichtigung der neuen EU-Datenschutzgrundverordnung – in der EDV gespeichert werden. Dies dient ausschließlich organisatorischen Zwecken der VHS Albstadt e.V. und der damit verbundenen Bearbeitung für eine Teilnahme an unseren Veranstaltungen.

Kurs-Nr.

Kurstitel

SEPA-Lastschriftmandat

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE57ZZZ00000798320

Mandatsreferenz (wird separat mitgeteilt)

Ich ermächtige die VHS Albstadt Zahlungen von einem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Albstadt auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name des Kontoinhabers, falls vom Teilnehmer abweichend

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

E-Mail-Adresse des Kontoinhabers

Kreditinstitut Name und BIC (8 oder 11 Stellen)

DE

IBAN

Ort, Datum und Unterschrift des Kontoinhabers



Anmeldung

Volkshochschule
Albstadt e.V.

Bitte vollständig und genau ausfüllen

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Telefon

E-Mail

Ich melde mich verbindlich für die folgenden Veranstaltungen an und erkläre mich mit den im Programm abgedruckten Allgemeinen Geschäftsbedingungen einverstanden. Die Widerrufsbelehrung habe ich gelesen. Ebenso willige ich hiermit ein, dass meine persönlichen Daten – auf Grundlage und unter Berücksichtigung der neuen EU-Datenschutzgrundverordnung – in der EDV gespeichert werden. Dies dient ausschließlich organisatorischen Zwecken der VHS Albstadt e.V. und der damit verbundenen Bearbeitung für eine Teilnahme an unseren Veranstaltungen.

Kurs-Nr.

Kurstitel

SEPA-Lastschriftmandat

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE57ZZZ00000798320

Mandatsreferenz (wird separat mitgeteilt)

Ich ermächtige die VHS Albstadt Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Albstadt auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name des Kontoinhabers, falls vom Teilnehmer abweichend

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

E-Mail-Adresse des Kontoinhabers

Kreditinstitut Name und BIC (8 oder 11 Stellen)

DE

IBAN

Ort, Datum und Unterschrift des Kontoinhabers

Anmeldung

Volkshochschule
Albstadt e.V.

Bitte vollständig und genau ausfüllen

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Telefon E-Mail

Ich melde mich verbindlich für die folgenden Veranstaltungen an und erkläre mich mit den im Programm abgedruckten Allgemeinen Geschäftsbedingungen einverstanden. Die Widerrufsbelehrung habe ich gelesen. Ebenso willige ich hiermit ein, dass meine persönlichen Daten – auf Grundlage und unter Berücksichtigung der neuen EU-Datenschutzgrundverordnung – in der EDV gespeichert werden. Dies dient ausschließlich organisatorischen Zwecken der VHS Albstadt e.V. und der damit verbundenen Bearbeitung für eine Teilnahme an unseren Veranstaltungen.

Kurs-Nr. Kurstitel

SEPA-Lastschriftmandat

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE57ZZZ00000798320

Mandatsreferenz (wird separat mitgeteilt)

Ich ermächtige die VHS Albstadt Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Albstadt auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name des Kontoinhabers, falls vom Teilnehmer abweichend

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

E-Mail-Adresse des Kontoinhabers

Kreditinstitut Name und BIC (8 oder 11 Stellen)

DE
IBAN

Ort, Datum und Unterschrift des Kontoinhabers



Anmeldung

Volkshochschule
Albstadt e.V.

Bitte vollständig und genau ausfüllen

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Telefon E-Mail

Ich melde mich verbindlich für die folgenden Veranstaltungen an und erkläre mich mit den im Programm abgedruckten Allgemeinen Geschäftsbedingungen einverstanden. Die Widerrufsbelehrung habe ich gelesen. Ebenso willige ich hiermit ein, dass meine persönlichen Daten – auf Grundlage und unter Berücksichtigung der neuen EU-Datenschutzgrundverordnung – in der EDV gespeichert werden. Dies dient ausschließlich organisatorischen Zwecken der VHS Albstadt e.V. und der damit verbundenen Bearbeitung für eine Teilnahme an unseren Veranstaltungen.

Kurs-Nr. Kurstitel

SEPA-Lastschriftmandat

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE57ZZZ00000798320

Mandatsreferenz (wird separat mitgeteilt)

Ich ermächtige die VHS Albstadt Zahlungen von einem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Albstadt auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name des Kontoinhabers, falls vom Teilnehmer abweichend

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

E-Mail-Adresse des Kontoinhabers

Kreditinstitut Name und BIC (8 oder 11 Stellen)

DE
IBAN

Ort, Datum und Unterschrift des Kontoinhabers



Anmeldung

Volkshochschule
Albstadt e.V.

Bitte vollständig und genau ausfüllen

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Telefon E-Mail

Ich melde mich verbindlich für die folgenden Veranstaltungen an und erkläre mich mit den im Programm abgedruckten Allgemeinen Geschäftsbedingungen einverstanden. Die Widerrufsbelehrung habe ich gelesen. Ebenso willige ich hiermit ein, dass meine persönlichen Daten – auf Grundlage und unter Berücksichtigung der neuen EU-Datenschutzgrundverordnung – in der EDV gespeichert werden. Dies dient ausschließlich organisatorischen Zwecken der VHS Albstadt e.V. und der damit verbundenen Bearbeitung für eine Teilnahme an unseren Veranstaltungen.

Kurs-Nr. Kurstitel

SEPA-Lastschriftmandat

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE57ZZZ00000798320

Mandatsreferenz (wird separat mitgeteilt)

Ich ermächtige die VHS Albstadt Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Albstadt auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name des Kontoinhabers, falls vom Teilnehmer abweichend

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

E-Mail-Adresse des Kontoinhabers

Kreditinstitut Name und BIC (8 oder 11 Stellen)

DE
IBAN

Ort, Datum und Unterschrift des Kontoinhabers

Anmeldung Volkshochschule
Albstadt e.V.

Bitte vollständig und genau ausfüllen

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Telefon E-Mail

Ich melde mich verbindlich für die folgenden Veranstaltungen an und erkläre mich mit den im Programm abgedruckten Allgemeinen Geschäftsbedingungen einverstanden. Die Widerrufsbelehrung habe ich gelesen. Ebenso willige ich hiermit ein, dass meine persönlichen Daten – auf Grundlage und unter Berücksichtigung der neuen EU-Datenschutzgrundverordnung – in der EDV gespeichert werden. Dies dient ausschließlich organisatorischen Zwecken der VHS Albstadt e.V. und der damit verbundenen Bearbeitung für eine Teilnahme an unseren Veranstaltungen.

Kurs-Nr. Kurstitel

SEPA-Lastschriftmandat

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE57ZZZ00000798320

Mandatsreferenz (wird separat mitgeteilt)

Ich ermächtige die VHS Albstadt Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Albstadt auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name des Kontoinhabers, falls vom Teilnehmer abweichend

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

E-Mail-Adresse des Kontoinhabers

Kreditinstitut Name und BIC (8 oder 11 Stellen)

DE IBAN

Ort, Datum und Unterschrift des Kontoinhabers



Anmeldung Volkshochschule
Albstadt e.V.

Bitte vollständig und genau ausfüllen

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Telefon E-Mail

Ich melde mich verbindlich für die folgenden Veranstaltungen an und erkläre mich mit den im Programm abgedruckten Allgemeinen Geschäftsbedingungen einverstanden. Die Widerrufsbelehrung habe ich gelesen. Ebenso willige ich hiermit ein, dass meine persönlichen Daten – auf Grundlage und unter Berücksichtigung der neuen EU-Datenschutzgrundverordnung – in der EDV gespeichert werden. Dies dient ausschließlich organisatorischen Zwecken der VHS Albstadt e.V. und der damit verbundenen Bearbeitung für eine Teilnahme an unseren Veranstaltungen.

Kurs-Nr. Kurstitel

SEPA-Lastschriftmandat

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE57ZZZ00000798320

Mandatsreferenz (wird separat mitgeteilt)

Ich ermächtige die VHS Albstadt Zahlungen von einem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Albstadt auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name des Kontoinhabers, falls vom Teilnehmer abweichend

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

E-Mail-Adresse des Kontoinhabers

Kreditinstitut Name und BIC (8 oder 11 Stellen)

DE IBAN

Ort, Datum und Unterschrift des Kontoinhabers



Anmeldung Volkshochschule
Albstadt e.V.

Bitte vollständig und genau ausfüllen

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Telefon E-Mail

Ich melde mich verbindlich für die folgenden Veranstaltungen an und erkläre mich mit den im Programm abgedruckten Allgemeinen Geschäftsbedingungen einverstanden. Die Widerrufsbelehrung habe ich gelesen. Ebenso willige ich hiermit ein, dass meine persönlichen Daten – auf Grundlage und unter Berücksichtigung der neuen EU-Datenschutzgrundverordnung – in der EDV gespeichert werden. Dies dient ausschließlich organisatorischen Zwecken der VHS Albstadt e.V. und der damit verbundenen Bearbeitung für eine Teilnahme an unseren Veranstaltungen.

Kurs-Nr. Kurstitel

SEPA-Lastschriftmandat

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE57ZZZ00000798320

Mandatsreferenz (wird separat mitgeteilt)

Ich ermächtige die VHS Albstadt Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Albstadt auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name des Kontoinhabers, falls vom Teilnehmer abweichend

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

E-Mail-Adresse des Kontoinhabers

Kreditinstitut Name und BIC (8 oder 11 Stellen)

DE IBAN

Ort, Datum und Unterschrift des Kontoinhabers

1. Allgemeines

Rechtsform

Die Volkshochschule Albstadt e.V. (im Nachfolgenden VHS genannt) ist ein eingetragener Verein mit gemeinnützigem Charakter.

Ziel und Zweck

Satzungsgemäß dient die VHS der außerschulischen allgemeinen, beruflichen und politischen Weiterbildung der gesamten Bevölkerung. Weiterbildung soll den Einzelnen zu verantwortlichem Handeln im persönlichen, beruflichen und öffentlichen Bereich befähigen und damit der freien Gesellschaft im demokratischen und sozialen Rechtsstaat dienen. Die VHS dient diesen Aufgaben in überparteilicher und überkonfessioneller Haltung und ist für alle offen.

2. Teilnehmerzahl bei Kursen

Die Teilnehmerzahl ist bei allen Kursen sowohl nach oben als auch nach unten begrenzt. Deshalb ist eine rechtzeitige Anmeldung empfehlenswert. Die VHS behält sich vor, einen Kurs bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl abzusetzen oder ggf. Parallelkurse zusammenzulegen.

Wird die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, kann auf Wunsch der Teilnehmer der Kurs trotzdem stattfinden, wenn einer kostendeckenden Alternative bis zum 2. Kurstermin zugestimmt wird:

Kürzung des Kurses (entsprechend der Unterschreitung), Gebührenaufschlag/ Aufpreis (entsprechend der Unterschreitung), Kombination aus Kürzung und Gebührenaufschlag auf der Basis der vorhandenen Teilnehmerzahl.

Aufpreisvereinbarungen sind dabei von der Ermäßigungsregelung ausgenommen. Spätere Änderungen wegen Teilnehmerzugängen sind nach dieser Vereinbarung nicht mehr möglich.

Die VHS kann wegen mangelnder Beteiligung, Ausfall eines Kursleiters oder aus anderen Gründen vom Vertrag zurücktreten. In diesen Fällen werden bereits geleistete Zahlungen erstattet. Weitergehende Ansprüche gegen die VHS sind ausgeschlossen. Wird eine Veranstaltung der VHS während ihres Verlaufs durch die VHS abgebrochen, werden die bezahlten Gebühren anteilig zurückerstattet.

3. Gebühren und Bezahlung

Gebühren und Ermäßigungen

Die Kurs- und Veranstaltungsgebühren sind im VHS-Programm ausgewiesen. Schüler, Studenten, Auszubildende, Wehrdienst- und Zivildienstleistende, Schwerbehinderte und Arbeitslose zahlen nach Vorlage eines Nachweises die ermäßigte Kursgebühr (10 % Ermäßigung). Es gilt jeweils nur ein Ermäßigungsgrund. Der Nachweis ist bei der Geschäftsstelle der VHS, in der Johannesstraße 5 in 72458 Albstadt, vorzulegen. Aufpreisvereinbarungen, Reisen und Tagesfahrten, sowie Kinder- und Jugendkurse sind von der Ermäßigungsregelung ausgenommen.

Teilnahmebescheinigungen

Werden (sofern nicht in der Kursgebühr enthalten) bei regelmäßigem Besuch (80 %) auf Antrag gegen eine Gebühr von € 5.00 zum Kursende ausgegeben. Eine Teilnahmebescheinigung kann nur maximal drei Kalenderjahre rückwirkend ausgestellt werden. Darüber hinaus besteht kein Anspruch.

Kosten für Lehr- und Arbeitsmittel

Sind in den Kursgebühren, soweit nicht anders angegeben, nicht enthalten. Sie werden im Einzelfall gesondert ausgewiesen.

Bezahlung

Die Kursgebühren werden bei Anmeldung in bar, mit der EC-Karte oder durch SEPA-Lastschriftverfahren, bzw. per Überweisung bezahlt.

4. Onlinekurse

Die Nutzung des Kurses erfolgt im Internet und kann nur mit einem ausreichend schnellen Internet-Anschluss des Teilnehmers vollständig genutzt werden. Diesen und die technischen Voraussetzungen sicherzustellen, ist Sache des Teilnehmers.

Ein späterer Rücktritt vom Kurs ist auch wegen technischer Probleme nicht möglich. Bei Onlinekursen werden die Emailadressen der Teilnehmer an den Dozenten für die Versendung von Zugangsdaten weitergegeben. Darüber hinaus werden Ihre Daten nach der EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) nicht weiter genutzt. Sollten Teilnehmer diesem Vorgang widersprechen, kann keine Teilnahme an den betreffenden Kursen erfolgen.

Teilnehmer dürfen die Kurse lediglich persönlich nutzen und Dritten nicht zugänglich machen, sofern nicht etwas anderes vereinbart wurde.

Eine Aufzeichnung des Kursinhaltes ist nicht erlaubt.

Für Onlinekurse gelten darüber hinaus die hier festgelegten AGBs.

5. Abmeldungen/ Rücktritt

Sofern ein Kurs die erforderliche Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, wird er vom Programm abgesetzt. In diesem Falle werden bereits im Voraus entrichtete Gebühren zurückerstattet eine weitergehende Haftung besteht hierüber hinaus nicht. Eine Absage kann seitens der VHS bis zu zwei Tage vor der Veranstaltung ausgesprochen werden.

Kündigung durch Teilnehmer: Bei Kursen mit weniger als 5 Unterrichtstagen, bei Wochenendseminaren, Ferienkursen, Intensivkursen, Kompaktkursen, EDV-Kursen, Kochkursen und Tagesfahrten muss der Rücktritt gegenüber der VHS-Geschäftsstelle spätestens 4 Werktage vor Beginn erklärt werden. Der Rücktritt eines Teilnehmers bei Kursen mit 5 und mehr Terminen muss 4 Tage nach Kursbeginn an die Geschäftsstelle telefonisch, schriftlich oder per E-Mail erklärt werden. Es gilt das Datum des Eingangs des Schreibens. Eine Begründung ist nicht erforderlich. Danach ist ein Fernbleiben vom Kurs zwar möglich, jedoch ist in diesem Fall die volle Gebühr zu bezahlen. Bei Rücktritt wird eine Bearbeitungsgebühr von 5,00 € fällig. Eine teilweise Gebührenbefreiung nach Ablauf der Rücktrittsfrist kann wegen nachgewiesener Krankheit bei Kursen mit mehr als 5 Terminen auf Antrag gewährt werden. Sie wird in der Regel nur gewährt, wenn noch Interessenten von der Warteliste aufgenommen werden können. Eine solche Gebührenminderung wegen Krankheit muss umgehend unter Vorlage einer ärztlichen Bescheinigung beantragt werden. Bei weniger als 5 Unterrichtstagen, bei Wochenendseminaren, Ferienkursen, Intensivkursen, Kompaktkursen, EDV-Kursen, Kochkursen und Tagesfahrten ist dies nicht möglich. Eine Abmeldung beim Kursleiter ist nicht möglich; das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.

Statt einer Kündigung kann die VHS bei Vorliegen eines wichtigen Grundes auch Teilnehmer von einer Veranstaltungseinheit ausschließen.

Der Vergütungsanspruch der VHS wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

Die VHS kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die VHS nicht zu vertreten hat (z.B. Ausfall

eines Dozenten) ganz oder teilweise nicht stattfinden kann.

Teilnehmer können den Vertrag kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen unzumutbar ist.

Sowohl bei Kündigung durch die VHS, als auch bei Kündigung durch Teilnehmer wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zum Gesamtumfang der Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für den Vertragspartner unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für den Teilnehmer ohne Wert ist.

Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch einen bestimmten Dozenten durchgeführt wird, auch wenn die Veranstaltung mit dem Namen eines Dozenten angekündigt wurde.

Die VHS kann aus sachlichem Grund Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern oder eine Veranstaltung absagen.

Muss eine Veranstaltung aus von der VHS nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (z.B. wegen Erkrankung des Dozenten), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht.

6. Datenschutz, Haftung und Hausordnung

Datenschutz

Ihre persönlichen Daten werden in der EDV gespeichert und dienen ausschließlich internen Zwecken der VHS. Die Einhaltung der EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) ist dabei gewährleistet.

Haftung

Die Haftung der VHS beschränkt sich auf grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz. Eine Haftung für fremdes Verschulden gemäß § 276, §278 BGB ist ausgeschlossen, soweit keine gesetzlichen Vorschriften entgegenstehen. Teilnehmer sind verpflichtet, alles ihnen Zumutbare zu tun, um zu einer Behebung von Störungen beizutragen und die entstehenden Schäden so gering wie möglich zu halten. Bei Verlust und Diebstahl nimmt die VHS keine Haftung. Insbesondere bei Unfällen innerhalb der Unterrichtsgebäude kann die VHS keine Haftung übernehmen.

Für Druckfehler im Programmheft kann keine Haftung übernommen werden!

Hausordnung

Die VHS ist in fast allen Unterrichtsräumen und -gebäuden nur Gast. Deshalb werden Teilnehmer und Kursleiter nachdrücklich gebeten, ihren Unterrichtsraum stets so zu verlassen, wie sie ihn vorgefunden haben. Das Rauchen ist in den Unterrichtsräumen, den Fluren und Treppenhäusern nicht gestattet.

7. Gültigkeit der AGBs

Studienreisen

Für die Studienreisen der VHS gelten spezielle Geschäftsbedingungen des jeweiligen Reiseveranstalters. Die VHS tritt dabei nicht als Reiseveranstalter, sondern lediglich als Vermittler auf.

Mit der Bekanntgabe dieser Geschäfts- und Teilnahmebedingungen mit dem Stand 18.06.2024 verlieren die bisherigen ihre Gültigkeit.

1) Die in diesen AGB's verwendete männliche Form bezieht selbstverständlich die weibliche und diverse Form mit ein. Auf die Verwendung aller Geschlechtsformen wird lediglich mit Blick auf die bessere Lesbarkeit des Textes verzichtet.



 **Hannah hat dir Geld gesendet:** Jetzt
Heute bin ich Gentlegirl!
Ich zahle 😊

Absurd schnell Geld aufs Bankkonto senden.

**Mit Wero in unter
10 Sekunden.**
Jetzt in der App Sparkasse aktivieren.



Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Zollernalb