

Das neue Semester beginnt: VHS - Kursprogramm Frühjahr / Sommer 2025

VHS Thiestraße

47231 Russisch für Anfänger/innen A1
Mi., 05.02. - 11.06.2025, 20:15 - 21:45 Uhr

45064 Italienisch für Anfänger/innen A1
Mo., 10.02. - 23.06.2025, 16:30 - 18:00 Uhr

46325 Türkisch 1 für Anfänger/innen A1
Mo., 10.02. - 16.06.2025, 18:30 - 20:00 Uhr

13501 Mein Gewicht, meine Mutter und ich
Do., 06.02.2025, 18:00 - 19:30 Uhr

16033 Gorillas, Toiletten und Klima retten: Zwei Jahre auf der Überholspur
Di., 18.02.2025, 18:30 - 20:30 Uhr

13522 Auf den Hund gekommen – artgerechte Ausstattung und Ernährung
Mo., 28.04.2025, 17:00 - 19:15 Uhr

24011 Congas, Rhythmen der Karibik
Sa., 15.02.2025, 14:30 - 17:30 Uhr

27020 Nähkurs für Anfänger/innen
Fr., 21.02.2025 - 21.03.2025, 15:00 - 18:00 Uhr

27187 Sticken leicht gemacht
Sa., 05.04.2025, 10:00 - 13:15 Uhr

31105 Qigong in Thiede
Mi., 12.02. - 02.04.2025, 17:00 - 18:30 Uhr

32020 Pilates with Props
Mi., 26.02. - 02.04.2025, 18:30 - 19:30 Uhr

31114 Qigong – Entschleunigung
Do., 13.02. - 03.04.2025, 10:30 - 12:00 Uhr

31268 Hatha-Yoga - Pawanmuktasanas
Mi., 26.02. - 02.04.2025, 19:45 - 20:45 Uhr

50150 Clever planen, smart sparen: Dein Start in die Zukunft
Fr., 25.04.2025, 16:00 - 19:00 Uhr
Sa., 26.04.2025, 10:00 - 13:00 Uhr

51227 PC Campus Digitales Wissen
Mo. - Mi., 24.02. - 26.02.2025, 09:00 - 11:30 Uhr

51210 Umgang mit dem Computer - Teil 1
Mo. - Mi., 03.03. - 05.03.2025, 09:00 - 11:30 Uhr

51237 Entscheidungshilfen beim Kauf eines Smartphones
Mi., 19.02.2025, 18:00 - 20:15 Uhr

51241 Mein neues Smartphone (Android) nach dem Kauf einrichten
Mi., 26.02. + 12.03.2025, 18:00 - 20:15 Uhr

51234 Individuelles Computercoaching
Termine nach Vereinbarung

90050 „Stark auch ohne Muckis“ (5 - 11 Jahre)
Sa. + So., 01. + 02.03.2025, 10:00 - 12:00 Uhr

90110 Yoga für kleine Entdecker (ab 6 Jahren)
So., 02.03.2025, 11:00 - 13:00 Uhr

92027 Französischtraining (7. / 8. Klasse)
Mo., 24.02. - 12.05.2025, 14:30 - 16:00 Uhr

VHS Kniestedter Herrenhaus

41845 Business English A2
Mo., 10.02. - 16.06.2025, 18:45 - 20:15 Uhr

47100 Kroatisch 1 für Anfänger/innen A1
Mi., 26.02. - 25.06.2025, 18:30 - 20:00 Uhr

48188 Niederländisch 1 für Anfänger/innen A1
Sa. + So., 29./30.03.2024, 14:00 - 17:00 Uhr

51238 Entscheidungshilfen beim Kauf eines Smartphones
Mi., 12.03.2025, 18:00 - 20:15 Uhr

14021 VHS für alle: Traumhaft lecker
Fr., 28.03. - 23.05.2025, 17:00 - 20:00 Uhr

25057A Smartphone-Fotografie 1: Von der Theorie zur Praxis
Di., 13.05.2025 - 27.05.2025, 18:00 - 20:30 Uhr

23300 Steinbildhauerei im Garten des Herrenhauses
Fr., 22.08.2025, 15:00 - 19:00 Uhr, Sa., 23.08. + So., 24.08.2025, 10:00 - 17:00 Uhr

60704 Lesen und Schreiben für Erwachsene
Di., 11.02. - 26.08.2025, 09:00 - 11:15 Uhr

31070 Autogenes Training und mehr - Entspannung für Körper und Geist
Mo, 03.03. - 03.04.2025, 16:15 - 17:45 Uhr

33010 Selbstverteidigung für Frauen
Sa. + So., 08. + 09.03.2025, 10:30 - 15:45 Uhr

35020 Ayurvedische Küche
Di, 11.03.2025, 17:00 - 20:45 Uhr

90060 Selbstverteidigung für Kinder und Erwachsene ab 12 Jahren
Mo. + Do., 10.02. - 05.05.2025, 18:00 - 19:30 Uhr

90320 Geht nicht, gibt's nicht! – Kochen für Teenies (12 - 16 Jahre)
So., 29.06.2025, 11:00 - 14:00 Uhr

90220 Verwöhnmomente zum Verschenken oder selbst genießen (ab 10 Jahren)
Sa., 08.02.2025, 10:00 - 12:15 Uhr

50525 Jetzt verstehe ich Dich/Sie besser - Kommunikation!
Sa, 08.02.2025, 9:00 - 15:30 Uhr

50515 Einladung zum Glücklichein - das Mentaltraining für Ihren "inneren Schweinehund"
Sa., 15.03.2025, 10:00 - 16:30 Uhr

50815 BU Raus aus dem Hamsterrad – Selbstmanagement im Einklang mit sich und seiner Umwelt
Mo, 24.03. - 28.03.2025, 9:00 - 16:30 Uhr



Online-Kurse zu Hause

80421 Online - Deutsch - für die Pflege / Altenpflege B2 - Teil 2
Di. + Do., 11.02. - 24.06.2025, 19:00 - 21:15 Uhr

42171 Französisch für Anfänger/innen A1
Mi., 15.02. - 18.06.2025, 16:15 - 17:45 Uhr

18007 KI im Alltag – Ihr digitaler Assistent für mehr Lebensqualität
Mi., 12.03.2025, 19:00 - 21:15 Uhr

17027 SCHUFA
Mo., 12.05.2025, 20:30 - 22:00 Uhr

50002 Lohn und Gehalt 1 und weitere Xpert Business - Kurse
Di. + Do., 04.03. - 12.06.2025, 18:30 - 20:30 Uhr

50120 Professionell bewerben I – Bewerbungsunterlagen
Sa., 29.03.2025, 13:00 - 16:15 Uhr

50110 Computerschreiben mit 10 Fingern für Jedermann /-frau
Mo., 16.06. - 27.06.2025, 17:30 - 20:00 Uhr

51813 Word Grundlagen
Do., 06.02. - 13.02.2025, 18:00 - 21:15 Uhr

51817 Excel Grundlagen
Di., 04.03. - 11.03.2025, 18:00 - 21:15 Uhr

51826 Canva-Workshop: Entdecke die Welt der Kreativität
Fr., 07.03.2025, 15:00 - 18:00 Uhr

51810 Zoom Professionelles Auftreten und volle Zoom-Nutzung
Mo., 17.03.2025, 13:30 - 15:00 Uhr

51804 Künstliche Intelligenz (KI) gekonnt im Alltag und Beruf einsetzen
Mo., 31.03.2025, 15:30 - 17:00 Uhr

90502 Online Bewerbung zur richtigen Ausbildungsstelle (für alle zukünftigen Azubis)
Di., 11.03.2025, 17:00 - 19:00 Uhr

90070 KIDSSAFE-Kinderschutztraining für Schüler/innen (1. - 6. Klasse)
Ab 06.03.2025 Zeit frei wählbar

