

# Das neue Semester beginnt: VHS - Kursprogramm Frühjahr / Sommer 2026

## VHS Thiestraße

**42169 Französisch zum Kennenlernen**  
Sa., 31.01.2026, 10:00 - 12:15 Uhr

**49003 Dänisch zum Reinschnuppern A1**  
Do., 05.02.2026, 18:15 - 19:45 Uhr

**46590 Chinesisch 1 für Anfänger/innen A1**  
Do., 05.02. - 18.06.2026, 18:00 - 19:30 Uhr

**48120 Japanisch für Anfänger/innen A1**  
Do., 12.02. - 18.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr

**18105 Kinder in Pflege nehmen = Kindern eine Chance geben**  
Di., 17.03.2026, 18:00 - 20:15 Uhr

**16030B Bestattungsvorsorge – rechtzeitig planen, Angehörige entlasten**  
Do., 21.04.2026, 19:00 - 21:15 Uhr

**24012 Cajon-Trommelkurs für Anfänger/innen und Fortgeschrittene**  
Sa., 07.02.2026, 11:00 - 14:00 Uhr

**27020 Nähkurs für Anfänger/innen**  
ab Fr., 13.02.2026, 17:00 - 17:45 Uhr,  
20.02. - 13.03.2026, 15:00 - 18:00 Uhr

**23052 Acrylmalerei**  
So., 08.03.2026, 10:00 - 18:00 Uhr

**31264 Sanftes Yoga für die Gelenke**  
ab Sa., 25.04.2026, 14:00 - 16:30 Uhr

**32035 Feldenkrais® – Bewusstheit durch Bewegung**  
Sa., 07.03.2026, 13:30 - 16:30 Uhr

**50900 BU in der Ruhe liegt die Kraft – Meditation & Achtsamkeit im (Berufs-) Alltag**  
Mo. - Fr., 09.03. - 13.03.2026, 09:00 - 16:15 Uhr

**51732 Android-Smartphone – Leichter Einstieg**  
Mo. + Mi., 02.02. - 04.02.2026, 18:00 - 20:15 Uhr

**51210 Umgang mit dem Computer – Teil 1**  
Mo. - Mi., 02.03. - 04.03.2026, 09:00 - 11:30 Uhr

**51232 Einstieg ins World Wide Web – Möglichkeiten des Internets kennen lernen**  
Mi. - Fr., 18.03. - 20.03.2026, 09:00 - 11:30 Uhr

**90020 Cool bleiben, stark sein – dein Powertraining für Kopf & Herz (10 - 14 Jahre)**  
So., 01.03.2026, 10:00 - 13:00 Uhr

**90047 Walderlebnis: Welcher Vogel singt denn da?**  
Mi., 25.03.2026, 16:00 - 18:15 Uhr

**90125 Coole Caps für coole Kids! (6 - 12 Jahre)**  
Fr., 28.03.2026, 15:00 - 18:00 Uhr

## VHS Kniestedter Herrenhaus

**41532 English Refresher B1**  
Mo., 09.02. - 15.06.2026, 18:30 - 20:00 Uhr

**47100 Kroatisch für Anfänger/innen A1 - SchnupperkursA1**  
Di., 24.02. - 17.03.2026, 18:30 - 20:00 Uhr

**45986 BU Italienisch für "Null" Anfänger/innen A1 – halbtags**  
Mo.- Fr., 23. - 27.02.2026, 09:00 - 12:15 Uhr

**14021 VHS für alle: Traumhaft lecker. Inklusiver Kochkurs**  
Fr., 13.03. - 08.05.2026, 17:00 - 20:00 Uhr

**26050 Goldschmieden (in SZ-Lesse)**  
Sa./So., 21. + 22.02.2026, 10:00 - 16:00 Uhr

**25057A Smartphone-Fotografie 1: Grundlagen**  
Mi., 15.04. - 29.04.2026, 18:00 - 20:30 Uhr

**32812 Tribal Style Bellydance**  
Sa., 07.+14.02.2026, 15:00 - 17:30 Uhr

**35068 Clean Eating Detox: die natürliche Detox Küche**  
Fr., 27.02.2026, 17:00 - 20:45 Uhr

**32040 Faszientraining & mehr**  
Sa., 28.02.2026, 10:00 - 14:00 Uhr

**90049 Walderlebnis: Kräuterwissen für die Küche**  
Mi., 29.04.2026, 11:00 - 13:15 Uhr

**90100 Workshop „Aquarell Kompakt“ - Landschaften**  
Sa. - So., 30.05. - 31.05.2026, 10:30 - 16:00 Uhr

**90115 Trockenfilzen für Kinder (ab 8 Jahren)**  
Mo., 02.02.2026, 10:00 - 13:30 Uhr

**92022 Deutschtraining für Kinder (ab Klasse 5)**  
ab Do., 05.02.2026, 16:45 - 18:15 Uhr

**50570 Rhetorik und Dialektik**  
Sa./So., 28.02. - 01.03.2026, 09:00 - 16:30 Uhr

**92019 Latein/Französisch – Orientierungskurs (4. Klasse)**  
Sa., 14.03.2026, 09:30 - 16:15 Uhr

**50530 Steigern Sie Ihre mentale Fitness**  
Fr., 20.03., 14:00 - 18:00 Uhr,  
Sa., 21.03.26, 09:00 - 16:00 Uhr

**50970 BU Ausbilderschein – Ausbildung der Ausbilder**  
Mo. - Fr., 24.08. - 28.08.2026, 08:30 - 17:00 Uhr

**51211 Umgang mit dem Computer – Teil 1**  
Mo. - Mi., 13.04. - 15.04.2026, 09:00 - 11:30 Uhr

**51224 Umgang mit dem Computer – Teil 2**  
Mo. - Mi., 01.06. - 03.06.2026, 09:00 - 11:30 Uhr

**51245 WhatsApp – So geht moderne Handykommunikation**  
2 x Fr., 12.06.2026, 18:30 - 20:00 Uhr



## Online-Kurse zu Hause

**80422 Online - Deutsch - für die Pflege / Altenpflege B2 - Teil 2**  
Di.+ Do., 10.02. - 30.06.2026, 19:00 - 21:15 Uhr

**42174 Französisch für Wiedereinsteiger/innen A1**  
Mo., 09.02. - 22.06.2026, 17:45 - 19:15 Uhr

**19010 Zwischen Superorganismus und Polizeistaat: Konflikte und Konfliktlösung in den Staaten sozialer Insekten**  
Mo., 02.02.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

**19015 Im Wettlauf mit dem Gehirn: ist künstliche Intelligenz schon intelligent?**  
Mo., 23.02.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

**19035 Antisemitismus - Was gibt es da zu erklären?**  
Mi., 25.03.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

**32200 Online-Power Fit Mix**  
ab Mo., 23.02.2026, 19:30 - 20:00 Uhr

**30038 Vortrag – Mental stark dank Resilienz**  
Mo., 16.03.2026, 19:00 - 20:30 Uhr

**30150 Vortrag – Schokomeditation**  
Do., 16.04.2026, 20:00 - 21:00 Uhr

**50710 Selbstmarketing für Frauen**  
Fr., 06.03.2026, 18:30 - 21:30 Uhr

**50005 Finanzbuchführung 2 und weitere Xpert Business - Kurse**  
Mo. + Mi, 09.03. - 22.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr

**50003 Finanzbuchführung 1 und weitere Xpert Business - Kurse**  
Di. + Do., 10.03. - 30.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr

**51840 Zoom – Professionell präsentieren & begeistern**  
Do., 05.02.2026, 16:00 - 18:15 Uhr

**51910 KI von A bis Z: Künstliche Intelligenz verstehen**  
Fr., 06.02.2026, 09:00 - 16:30 Uhr

**51944 Canva von A bis Z: Designs, Videos und Social Media**  
Sa., 07.02.2026, 09:00 - 16:30 Uhr

**90515 KI – Videos erstellen**  
ab Do., 05.03.2026, 18:00 - 20:00 Uhr

**92010 Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt**  
Di., 17.03.2026, 16:00 - 18:00 Uhr

**90542 Der Medienführerschein für Kinder (9 - 14 Jahre)**  
Mo., 04.05.2026, 17:00 - 18:30 Uhr

