



Städtische Volkshochschulen
Bad Kissingen und Hammelburg



Sommer- programm 2021

Hinweise:

Für weitere Informationen zu den Inhalten der Kurse oder den genauen Terminen können Sie die Kurse auf der Homepage **www.vhs-kisshab.de** einsehen oder das zuständige vhs-Büro kontaktieren (Kontaktdaten sh. Rückseite).



Welches vhs-Büro zuständig ist, erkennen Sie am Kürzel hinter der Kursnummer:

Zentrale Hammelburg (HA):	Markt Euerdorf (HE)
Stadt Bad Brückenau (HB)	
Zentrale Bad Kissingen (KG):	Markt Bad Bocklet (KB)
Markt Burkardroth (KD)	
Markt Oberthulba (KO)	
Gemeinde Oerlenbach (KL)	
Gemeinde Nüdlingen (KN)	

Die Gesundheits- und Bewegungskurse können erst beginnen, wenn die Inzidenz im Landkreis Bad Kissingen stabil unter 50 liegt. Die Teilnehmerzahl ist auf zehn Personen begrenzt.

Alle Präsenzkurse finden in Kleingruppen ab einer Inzidenz von unter 100 unter Einhaltung der bekannten Hygienevorschriften (Abstand, Hygienemaßnahmen, medizinische Maske, Lüftung) wieder statt.

Die Grundlage für die Durchführung von Kursen bildet die jeweils gültige öffentliche Bekanntmachung durch den Landkreis Bad Kissingen.

Redaktionsschluss 04.05.2021, Änderungen sind vorbehalten

Vorwort

*Liebe Leserinnen,
liebe Leser,*

vielen Dank, dass Sie die aktuelle Broschüre unserer Volkshochschule in Ihren Händen halten.

Wir haben für Sie ein Programm erstellt, welches den Umständen der Corona-Pandemie so gut wie möglich angepasst ist.

Hier können Sie Kurse im Freien nach den Pfingstferien und Online-Kurse entdecken. Zudem befinden sich auf den folgenden Seiten auch Präsenzkurse, die in unseren Veranstaltungsräumen stattfinden, sofern die dann jeweils aktuellen Bestimmungen die Durchführung erlauben. In dieser Reihenfolge werden die Angebote auf den folgenden Seiten aufgeführt.

Sie können ruhigen Gewissens einen Kurs buchen, denn wir werden Sie 1-3 Werktage vor Kursbeginn informieren, welche Hygienemaßnahmen gelten oder ob Ihr Kurs ggf. verschoben werden muss. Auch wenn Ihr Kurs ausfällt, wird Ihre Anmeldung nicht umsonst gewesen sein, denn alle angemeldeten Teilnehmer*innen sind die ersten Personen, die über Folgetermine z.B. im Herbstsemester informiert werden.

Wir möchten Sie dazu ermutigen, bei Interesse auch den ein oder anderen Online-Kurs auszuprobieren. Haben Sie hier keine Angst vor der Technik. Sie werden nicht alleine gelassen und können uns bei technischen Fragen diesbezüglich gerne kontaktieren.

Abschließend möchten wir noch darauf hinweisen, dass zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses die durch die Corona-Pandemie bedingte Lage auch weiterhin eine Variable bleibt. Sie können sich jedoch sicher sein, dass wir die Hygienemaßnahmen und Verordnungen verantwortungsvoll umsetzen, denn Ihre Gesundheit als Teilnehmer*in hat für uns höchste Priorität.

Vielen Dank für Ihr Interesse und Ihre Treue,

Mit besten Grüßen von Ihrem vhs-Team

*Der Städtischen Volkshochschulen
Bad Kissingen und Hammelburg*



Kurse im Freien

Europas-Werte-Wanderweg - Führung

Kurs-Nr.: 11008HA

Dr. Reinhard Schaupp, Edgar Hirt, Dieter Galm

Termin stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest und wird über die Presse und auf www.vhs-kisshab.de veröffentlicht.

Treff: Am Viehmarkt, Hammelburg

In Kooperation mit der Europa-Union Hammelburg e. V.

Geführte Rad-Tour vom Hammelburger Terroir f zum Ramsthaler Terroir f

Kurs-Nr.: 32006HA

Peter Geuthner

Samstag, 26. Juni, 10.00 bis 15.30 Uhr

Treff: Am Viehmarkt, Hammelburg

29,50 €

45 bis 50 Kilometer und ca. 500 bis 600 Höhenmeter

Ausrüstung:

Bike, Helm (Pflicht), Trinkflasche, Ersatzschlauch, Rad-Brille

Exkursion/Besichtigung eines Naturgartens

Kurs-Nr.: 16013HA

Thomas Weimar

Samstag, 24. Juli, 14.00 bis 16.00 Uhr

Treff: Otto-von-Bamberg Str. 5, Aura

10,50 €

Foto-Grundkurs für Spiegelreflex-Kamera mit Stativ – Indoor/Outdoor

Kurs-Nr.: 21030HA

Ralf Bauer

Samstag, 29. Mai, 14.00 bis 18.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

27,50 € (inkl. Download-Skript)

Bitte mitbringen: Kamera, ein vollgeladener Akku und ein Stativ (!)

Geschichte(n) aus Sulzthal

Kurs-Nr.: 17060HA

Ralf Ruppert

Sonntag, 16. Mai, 14.30 bis 16.00 Uhr (Ausweichtermin 27. Juni)

Mehrzweckhalle Sulzthal, Ermstaler Str. 18, Sulzthal

6,- €

Waldbaden mit meditativem Schwerpunkt

Sabine Lamping

- entfällt bei Regen. Bei wetterbedingtem Ausfall folgt ein Ersatztermin
Bitte mitbringen: geeignete Kleidung, Schuhwerk, evtl. Sitzunterlage,
kleine Versorgung (Brotzeit/ Getränke)

Kurs-Nr.: 17100KG

Sonntag, 16. Mai, 8.00 bis 12.00 Uhr

Kurs-Nr.: 17101KG: Sonntag, 4. Juli, 8.00 bis 12.00 Uhr

Treff: Parkplatz vor dem „Wald für die Seele“

18,- €

Mit dem Pedelec sicher auf Tour

Kurs-Nr.: 32011HA

Karlheinz Franz

Dienstag, 18. Mai, 9.00 bis 12.00 Uhr (Ausweichtermin 15. Juni)

Treff: Parkplatz am Bleichrasen, Hammelburg

5,- €

Praxiskurs der Gebietsverkehrswacht Hammelburg

Bitte mitbringen: Verkehrssicheres eigenes Pedelec mit aufgeladenem
Akku, an die jeweilige Witterung angepasste Bekleidung, Fahrradhelm
(Pflicht!), nach Möglichkeit eine signalfarbene Weste, ausreichend
Getränke und kleine Rucksackverpflegung.

Qigong Kurs 1

Kurs-Nr.: 31035HE

Charlotte Wahler

Dienstag, 8.30 bis 9.30 Uhr, 10x

Beginn: 18. Mai

Museum Terra Triassica, Museumsgarten

70,- €

Bei schlechtem Wetter findet der Kurs im Veranstaltungsraum im
neuen Rathaus, Hammelburger Str. 14, 97717 Euerdorf statt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und warme Socken oder
Gymnastikschuhe

Meridian-Qigong

Kurs-Nr.: 31040HE

Charlotte Wahler

Donnerstag, 18.30 bis 19.30 Uhr, 10x

Beginn: 20. Mai

Museum Terra Triassica, Museumsgarten

70,- €

Bei schlechtem Wetter findet der Kurs im Veranstaltungsraum im
Neuen Rathaus, Hammelburger Str. 14, 97717 Euerdorf statt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und warme Socken oder
Gymnastikschuhe

Fahrräder - fit für den Frühling

Kurs-Nr.: 32007HA

Peter Geuthner


Freitag, 21. Mai, 16.00 bis 18.00 Uhr

Grundschule am Mönchsturm (Busplatz),

Friedrich-Müller-Str. 19, Hammelburg

9,50 €

Eigene Fahrräder können mitgebracht werden.



Ausführliche
Kursinfos unter
www.vhs-kisshab.de

Frühlingskräuterwerkstatt

Kurs-Nr.: 36055KN

Daniela Röder

Freitag, 21. Mai, 16.00 bis 20.00 Uhr

Treff: Parkplatz an der Schlossberghalle, Josef-Willmann-Straße 26,- €

Anmeldung bis spätestens 04.05.2021 möglich!

Bitte mitbringen: Brettchen und Messer, Mörser, 3 kleine Schraubgläser, ca. 200 g grobes Meersalz, kleinen Löffel, ca. 400 ml Essig, ca. 500 ml Schraubglas, Backpinsel, wetterangepasste Kleidung und Schuhe

Astronomische Sternenführung

Verein Sternenpark Rhön und Naturerlebniszentrum Rhön

In Kooperation mit dem Naturerlebniszentrum Rhön, Hammelburg

Kurs-Nr.: 16065HA

Freitag, 21. Mai, 22.30 bis 23.59 Uhr

Ruine Aura, An der Burg 181, Aura an der Saale
9,- € (ermäßigt: 3 € für Kinder ab 12 Jahre)

Kurs-Nr.: 16070HA

Montag, 16. August, 22.30 bis 23.59 Uhr

Ruine Aura, An der Burg 181, Aura an der Saale
9,- € (ermäßigt: 3 € für Kinder ab 12 Jahre)

Kurs-Nr.: 16075HA

Freitag, 20. August, 22.00 bis 23.30 Uhr

Treff: Flugplatz „Hohe Lanz“ Lager Hammelburg, Hochstrasse 1, Hammelburg
9,- € (ermäßigt: 3 € für Kinder ab 12 Jahre)

Faszination Pfingstrosen

Kurs-Nr.: 16011HA

Heike Dietrich

Samstag, 22. Mai, 14.00 bis 16.00 Uhr

Garten in Hammelburg (Adresse des Gartens wird angemeldeten Teilnehmern vor Kursbeginn mitgeteilt)
10,50 €

Mit Kindern die Wiese entdecken - Fortbildung von Eltern und Großeltern

Kurs-Nr.: 16024HA

Naturerlebniszentrum Rhön

Samstag, 22. Mai, 14.00 bis 17.00 Uhr

Treff: Marktplatz Hammelburg

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

In Kooperation mit der Werkstatt des Naturerlebniszentrums Rhön, Hammelburg

Tiere der Rhön – Führung durch die Zonen des Biosphärenreservates

Kurs-Nr.: 90199KG

Naturerlebniszentrum Rhön

Mittwoch, 26. Mai, 14.00 bis 16.00 Uhr

Wild-Park Klaushof, Bad Kissingen

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

Die Führung ist geeignet für Familien mit Kindern ab 8 Jahren.

Der Eintritt in den Wild-Park muss vor Ort bezahlt werden.

In Kooperation mit der Werkstatt des Naturerlebniszentrums Rhön, Hammelburg

Tierpfleger-Schnupperkurs (ab 10 Jahre)

Kurs-Nr.: 90110KG

Naturerlebniszentrum Rhön

Montag, 31. Mai, 14.00 bis 16.00 Uhr

Wild-Park Klaushof, Bad Kissingen

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

Der Eintritt in den Wild-Park muss vor Ort bezahlt werden.

Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung

In Kooperation mit der Werkstatt des Naturerlebniszentrums Rhön, Hammelburg

Problemzonentraining - Outdoor/Indoor

Kurs-Nr.: 32045HA

Simone Schmitt, Kerstin Schaub

Montag, 18.30 bis 19.30 Uhr, 5x

Beginn: 7. Juni

Außen-Sportgelände neben Mittelschule oder Turnhalle, Kissinger Str.

80 (Hofeinfahrt), Hammelburg

17,- € (bei 5 Terminen, nur stattgefundenen Kurstage werden berechnet)

Bitte mitbringen: 500g-Hanteln, evtl. Thera-Band, eigene Turnmatte

Feel Fit – Fitnessgymnastik - Outdoor/Indoor

Kurs-Nr.: 32072HA

Simone Schmitt, Kerstin Schaub

Montag, 19.30 bis 20.30 Uhr, 5x

Beginn: 7. Juni

Außen-Sportgelände neben Mittelschule oder Turnhalle, Kissinger Str. 80 (Hofeinfahrt), Hammelburg

17,- € (bei 5 Terminen, nur stattgefundenen Kurstage werden berechnet)

Bitte mitbringen: feste Turnschuhe, 500g-Hanteln, evtl. Thera-Band, Turnmatte

Füße im Fokus: Spiraldynamik® + Yoga

Kurs-Nr.: 31100KG

Christina Pucher

Montag, 9.00 bis 10.00 Uhr, 5x

Beginn: 7. Juni

Treffpunkt in Bad Kissingen wird vor Kursbeginn bekannt gegeben
37,- €

Bitte mitbringen: eigene Matte, bequeme Kleidung, kl. Handtuch, DINA4 Papier, Stift

Yoga unter freiem Himmel

Kurs-Nr.: 31103KG


Simone Endres

Montag, 17.30 bis 18.45 Uhr, 3x

Beginn: 7. Juni

Treff: Volleyballplatz, Saale Mäander, 97688 Bad Kissingen

18,- € (geeignet für sportliche Anfänger und leicht Fortgeschrittene)
Bitte mitbringen: Yogamatte und Decke



Ausführliche
Kursinfos unter
www.vhs-kissshab.de

Baumheilkunde: Führung zu den heilkräftigen Bäumen

Kurs-Nr.: 36060KN

Daniela Röder

Montag, 7. Juni, 18.30 bis 20.30 Uhr

Treff: Parkplatz an der Schlossberghalle, Josef-Willmann-Straße

14,- €

Anmeldung bis spätestens 02.06.2021 möglich!

Es werden Fahrgemeinschaften gebildet.

Bitte mitbringen: Stift und Notizblock,

wetterangepasste Kleidung und Schuhe

Im Freien: Gesundheitsgymnastik - Vormittag

Silke Haugwitz

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Handtuch, Getränk

Kurs-Nr.: 32037KG

Dienstag, 9.00 bis 10.00 Uhr, 5x

Beginn: 8. Juni

Treff: vhs-Gebäude, Maxstraße 20a, Bad Kissingen

25,- €

Kurs-Nr.: 32042KG

Dienstag, 10.15 bis 11.15 Uhr, 5x

Beginn: 8. Juni

Treff: vhs-Gebäude, Maxstraße 20a, Bad Kissingen

25,- €

Meridian-Qigong

Kurs-Nr.: 31013HA

Charlotte Wahler

Dienstag, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10x

Beginn: 8. Juni

Außen-Sportgelände neben Mittelschule oder Turnhalle,

Kissingener Str. 80 (Hofeinfahrt), Hammelburg

70,- €

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und warme Socken oder

Gymnastikschuhe

Rutengehen - Workshop für Einsteiger

Kurs-Nr.: 16110KO

Margarete Gold

Dienstag, 8. Juni, 18.00 bis 21.30 Uhr

Grund- u. Mittelschule (Klassenzimmer EG Nr. 07),

Waldstraße 26, Oberthulba

17,- €

Bitte mitbringen: Halbschuhe, wetterfeste Kleidung,

Maßstab, Kompass (wenn vorhanden), Schreibzeug und Farbstifte

Outdoorfitness - Ausgleich zum Homeoffice

Kurs-Nr.: 32018KG

Monika Glaab-Blumenberg

Dienstag, 19.30 bis 21.00 Uhr, 6x

Beginn: 8. Juni

Treffpunkt: Rot-Weiß-Tennisclub (vor Spielplatz)

37,- €

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Handtuch

Im Freien: BBP und Rücken

Silke Haugwitz

Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk

Treff: vhs-Gebäude, Maxstraße 20a, Bad Kissingen

Kurs-Nr.: 32093KG Mittwoch, 9. Juni, 17.00 bis 18.00 Uhr, 5x

Kurs-Nr.: 32097KG Donnerstag, 10. Juni, 9.15 bis 10.15 Uhr, 5x
25,- €

Im Freien: Gesundheitsgymnastik - Vormittag

Silke Haugwitz

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Handtuch, Getränk

Treff: vhs-Gebäude, Maxstraße 20a, Bad Kissingen

Kurs-Nr.: 32037KG Dienstag, 8. Juni, 9.00 bis 10.00 Uhr, 5x

Kurs-Nr.: 32042KG Dienstag, 8. Juni, 10.15 bis 11.15 Uhr, 5x
25,- €

Im Freien: Faszien-Fitness

Silke Haugwitz

Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk, eigene Matte

Treff: vhs-Gebäude, Maxstraße 20a, Bad Kissingen

Kurs-Nr.: 32113KG Mittwoch, 9. Juni, 18.15 bis 19.15 Uhr, 5x

Kurs-Nr.: 32117KG Donnerstag, 10. Juni, 10.30 bis 11.30 Uhr, 5x
25,- €

Immun-fit afterwork im Park

Kurs-Nr.: 32015KG

Monika Glaab-Blumenberg

Mittwoch, 19.15 bis 20.45 Uhr, 8x

Beginn: 9. Juni

Treffpunkt: Rot-Weiß-Tennisclub (vor Spielplatz)

37,- € (Bei genügend Anmeldung auf Warteliste,
wird ein zweiter Kurs eröffnet)

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Handtuch



Body-Workout - effektives Ganzkörpertraining- Outdoor/Indoor

Kurs-Nr.: 32065HA

Christina Wehner

Mittwoch, 20.10 bis 21.10 Uhr, 5x

Beginn: 9. Juni

Außen-Sportgelände neben Mittelschule oder Turnhalle, Kissinger

Str. 80 (Hofeinfahrt), Hammelburg

20,- € (bei 5 Terminen, nur stattgefundenen Kurstage werden berechnet)

Bitte mitbringen: 2 volle Wasserflaschen (0,5 l - PET, kein Glas) oder
Gewichte (ca. 500 g), Matte, Turnschuhe

PNF-Stretching – Outdoor/Indoor

Kurs-Nr.: 32107HA

Rosi Schuster

Donnerstag, 10.30 bis 11.15 Uhr, 5x

Beginn: 10. Juni

KinderKiste, St. Georg-Str. 3, Diebach – Turnhalle oder Außenbereich

20,- € (bei 5 Terminen, nur stattgefundenen Kurstage
werden berechnet)

Bitte mitbringen: Isomatte, Handtuch, Getränk

Vital sein - vital bleiben - Damengymnastik ab 60 – Outdoor/Indoor

Kurs-Nr.: 32130HA

Vanessa Kippes

Donnerstag, 17.00 bis 18.00 Uhr, 5x

Beginn: 10. Juni

Außen-Sportgelände neben Mittelschule oder Turnhalle,

Kissinger Str. 80 (Hofeinfahrt), Hammelburg

17,- € (bei 5 Terminen, nur stattgefundene Kurstage

werden berechnet)

Bitte mitbringen: Isomatte, Sportkleidung, Sportschuhe,

kleines Kissen oder Handtuch, evt. Getränk

Gesundheitsgymnastik für Damen ab 50 – Outdoor/Indoor

Kurs-Nr.: 32135HA

Vanessa Kippes

Donnerstag, 18.00 bis 19.00 Uhr, 5x

Beginn: 10. Juni

Außen-Sportgelände neben Mittelschule oder Turnhalle,

Kissinger Str. 80 (Hofeinfahrt), Hammelburg

34,- € (bei 10 Terminen, nur stattgefundene Kurstage

werden berechnet)

Bitte mitbringen: Isomatte, Sportkleidung, Sportschuhe,

kleines Kissen oder Handtuch, evtl. Getränk

Bodystyling im Freien

Kurs-Nr.: 32071KG

Daniela Rottenberger

Donnerstag, 19.10 bis 20.10 Uhr, 7x

Beginn: 10. Juni

Treffpunkt in Bad Kissingen wird vor Kursbeginn bekannt gegeben

29,- €

Bitte mitbringen: Handtuch, feste Schuhe, 2 Hanteln (à max. 1 kg)

oder ersatzweise 0,5l Wasserflaschen, eigene Matte

- entfällt bei Regen, Kurstermin wird im Anschluss nachgeholt.

Tanz Dich FREI – Indoor/Outdoor

Kurs-Nr.: 33020HA

Bettina Zink

Donnerstag, 19.30 bis 21.00 Uhr, 2x

Beginn: 10. Juni

KinderKiste Diebach, St. Georg-Str. 3, Diebach oder Diebach im

Freien

17,- €

Bitte mitbringen: Bewegungsfreundliche Kleidung, ein Getränk. Wer

mag barfußig, andernfalls mit Socken oder Gymnastikschläppchen

Moving and Muscles im Freien

Kurs-Nr.: 32061KG

Daniela Rottenberger

Donnerstag, 20.15 bis 21.15 Uhr, 7x

Beginn: 10. Juni

Treffpunkt in Bad Kissingen wird vor Kursbeginn bekannt gegeben

27,- €

Bitte mitbringen: Handtuch, feste Schuhe, Getränk, eigene Matte

- entfällt bei Regen, Kurstermin wird im Anschluss nachgeholt.

Landschaftsfotografie für Fortgeschrittene (Outdoor-Kurs)

Kurs-Nr.: 21035HA

Ralf Bauer

Beginn: Donnerstag, 10. Juni 19:30 Uhr, drei Samstage im Juni/
Juli (ca. 16 bis 18 Uhr) nach Vereinbarung und Abschlusstermin an
einem Donnerstag, 19.30 bis 21.30 Uhr, 5x

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

39,50 €

5 bis 8 Teilnehmer

Bitte mitbringen: Kamera mit vollen Akkus, Stativ, festes Schuhwerk
bei Outdoorterminen

Workshop: Holzbildhauen – Skulptur nach eigenem Entwurf

Kurs-Nr.: 240CKG

Kathrin Hubl

Freitag, 11. Juni, 14.00 - 18.00 Uhr

Samstag, 12. Juni, 09.00 - 17.00 Uhr

Sonntag, 13. Juni, 09.00 - 13.00 Uhr

Museum Obere Saline, Innenhof, Bad Kissingen

170,- € (Materialkosten nach Bedarf 5-20 €)

Bei Bedarf zzgl. Leihgebühr für Schnitzwerkzeug 10 €.

Fossilien präparieren für Kinder

Kurs-Nr.: 90145HE

Martina Wilm-Kiesel

Samstag, 12. Juni, 14.00 bis 16.00 Uhr

Museum Terra Triassica, Museumsgarten

7,- €

Bitte mitbringen: 8,00 € Materialgeld

Ab 8 Jahren

Geführte Pilger-Radtour von Nüdlingen zu verschiedenen Kirchen

Kurs-Nr.: 17090KN

Andreas Metzelaers

Samstag, 12. Juni, 10.00 bis 17.00 Uhr

Treff: Friedenskapelle Nüdlingen

35,- €

In Kooperation mit Andreas Metzelaers, zertifizierter ADFC Radtour-
renleiter

Verpflegungskosten sind im Preis nicht enthalten und werden von
den Teilnehmern selbst getragen.

Geführte Mountainbike-Tour durch die Weinberge vom Hammelburger Terroir f zum Ramsthaler Terroir f

Kurs-Nr.: 32005HA

Peter Geuthner

Samstag, 12. Juni, 10.00 bis 15.30 Uhr

Treff: Am Viehmarkt, Hammelburg

29,50 €

Ausrüstung: MTB-Bike, Helm (Pflicht), Trinkflasche, Ersatzschlauch,
Rad-Brille



Qi Gong Wildgans- Typ I (Workshop)

Kurs-Nr.: 31024KG

Weihong Yang

Samstag, 12. Juni, 14.15 bis 17.15 Uhr

Treff: vhs-Gebäude, Maxstraße 20a, Bad Kissingen

42,- €

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial, Matte

Mit Kindern den Fluss entdecken - Fortbildung von Eltern und Großeltern

Kurs-Nr.: 16022HA

Naturerlebniszentrum Rhön

Samstag, 12. Juni, 14.00 bis 17.00 Uhr

Treff: Museumsinsel Hammelburg (Halle),

Turnhouter Str. 15, Hammelburg

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

In Kooperation mit der Werkstatt des Naturerlebniszentrums Rhön, Hammelburg

Fossilien präparieren für Erwachsene

Kurs-Nr.: 24100HE

Martina Wilm-Kiesel

Samstag, 12. Juni, 17.00 bis 19.00 Uhr

Museum Terra Triassica, Museumsgarten

7,- €, Bitte mitbringen: 8,00 € Materialgeld

Stille Winkel in der Altstadt

Kurs-Nr.: 17000HA

Eva Albert

Sonntag, 13. Juni, 17.00 bis 19.00 Uhr

Treff: Marktplatz Hammelburg

13,50 € (inkl. 2 Gläschen Wein)

Kundalini Yoga

Kurs-Nr.: 31090KG

Ulrike Schwittlick

Donnerstag, 17.45 bis 19.00 Uhr, 5x

Beginn: 17. Juni

Treffpunkt in Bad Kissingen wird vor Kursbeginn bekannt gegeben

25,- €

Bitte mitbringen: Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung, eigene

Matte, bei Bedarf Getränk, Sonnen- und/oder Mückenschutz

- entfällt bei Regen, Ersatztermin wird im Anschluss nachgeholt.

Sommerkräuterwerkstatt

Kurs-Nr.: 36065KN

Daniela Röder

Freitag, 18. Juni, 16.00 bis 20.00 Uhr

Treff: Parkplatz an der Schlossberghalle, Josef-Willmann-Straße

26,- €

Anmeldung bis spätestens 15.06.2021 möglich!

Es werden Fahrgemeinschaften gebildet.

Bitte mitbringen: Sammelkorb, Messer, Stift und Notizblock,

wetterfeste Kleidung und Schuhe, 500 ml Essig, 500 g Honig,

4 Schraubgläser je ca. 500 ml, 2 kleine Schraubgläser, Zucker,

1 L Schnaps, (z. B. Doppelkorn)

12

Workshop: Steinbildhauen - Skulptur

Kurs-Nr.: 240DKG

Reinhard Kraft

Freitag, 18. Juni, 16.00 - 19.00 Uhr

Samstag, 19. Juni, 09.00 - 18.00 Uhr

Sonntag, 20. Juni, 10.00 - 14.00 Uhr

Museum Obere Saline, Innenhof, Bad Kissingen

180,- € (Vorkenntnisse sind nicht erforderlich)

Material, Werkzeug und Arbeitsplatz werden gestellt.

Grillen auf mediterrane Art - Outdoor

Kurs-Nr.: 34025HA

Bernd Rösner

Samstag, 19. Juni, 10.00 bis 13.00 Uhr

Markthalle am Buttenmarkt, Frobeniusstr. 2, Hammelburg

15,50 € (plus ca. 9 bis 10 € für Lebensmittel)

Bitte mitbringen: 2 Geschirrtücher, Schürze, Behälter für Speisereste,

Glas mit Schraubverschluss, Topflappen, für Lebensmittel ca. 9 bis 10 €.

Erlebniswerkstatt Biene – Einblicke in die Imkerei

Kurs-Nr.: 90135KG

Naturerlebniszentrum Rhön

Samstag, 19. Juni, 14.00 bis 17.00 Uhr

Wild-Park Klaushof, Bad Kissingen

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

Die Erlebniswerkstatt ist geeignet für Familien mit Kindern ab 8 Jahren.

Der Eintritt in den Wild-Park muss vor Ort bezahlt werden.

In Kooperation mit der Werkstatt des Naturerlebniszentrums Rhön, Hammelburg

Exkursion/Besichtigung eines Naturgartens für die Seele

Kurs-Nr.: 16015HA

Thomas Weimar

Samstag, 19. Juni, 14.00 bis 16.00 Uhr

Treff: Otto-von-Bamberg Str. 5, Aura

10,50 €

Gesteine der Rhön - eine Führung

Kurs-Nr.: 16105HB

Anna Leonhard

Sonntag, 20. Juni, 14.00 bis 17.00 Uhr

Treff: Alter Rathausplatz, Bad Brückenau

10,- €

Die Teilnehmer können eigene Gesteine zur Bestimmung mitbringen.

Bitte mitbringen: feste Kleidung und Schuhwerk, Proviant

Trimburg-Führung über 1000 Jahre

Kurs-Nr.: 17055HA

Otmar Pfister

Sonntag, 20. Juni, 15.00 bis 16.30 Uhr

Treff: Trimburg unterer Burghof, Trimberg

5,- €



Wildkräuterwanderung zu den Zauberpflanzen und Hexenkräutern

Kurs-Nr.: 36070KN

Daniela Röder

Freitag, 25. Juni, 18.00 bis 20.30 Uhr

Treff: Parkplatz an der Schlossberghalle, Josef-Willmann-Straße 18,- €

Es werden Fahrgemeinschaften gebildet.

Bitte mitbringen: Schreibsachen, Sitzunterlage, wetterangepasste Kleidung und Schuhe

Projekt Naturschutz - Outdoor

Kurs-Nr.: 90140HA

Naturerlebniszentrum Rhön

Samstag, 26. Juni, 9.00 bis 13.00 Uhr

Fläche Hammelburg, wird bei Anmeldung bekannt gegeben

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

In Kooperation mit der Werkstatt des Naturerlebniszentrums Rhön, Hammelburg

Qi Gong Wildgans- Typ I

Kurs-Nr.: 31025KG

Weihong Yang

Donnerstag, 18.30 bis 21.30 Uhr, 2x

Beginn: 1. Juli

Treff: vhs-Gebäude, Maxstraße 20a, Bad Kissingen 42,- €

Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial, Matte

Waldzeit - Waldbaden

Kurs-Nr.: 16030HE

Heike Schmidt

Samstag, 3. Juli, 10.00 bis 14.00 Uhr

Wald - Treffpunkt: Sportplatz Sulzthal

28,- €

Ab 16 Jahren

Bitte mitbringen: Festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, Sitzkissen, Essen und Getränke

Geführte Kräuter-Radtour von Bad Kissingen nach Bad Kissingen

Kurs-Nr.: 17095KN

Andreas Metzelaers

Samstag, 3. Juli, 10.00 bis 14.00 Uhr

Treff: Rosengarten Bad Kissingen, Ecke Villa Thea 25,- €

In Kooperation mit Andreas Metzelaers, zertifizierter ADFC Radtourenleiter

Verpflegungskosten sind im Preis nicht enthalten und werden von den Teilnehmern selbst getragen.

Eros & Mystik - Lieben & Geliebt werden - teilweise Outdoor

Kurs-Nr.: 15110HA

Daniela Then

Samstag, 3. Juli, 14.00 bis 17.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

12,- €

Bitte mitbringen: eine Decke, ein Kissen, bequeme Kleidung, warme Socken

Mit Kindern den Wald entdecken - Fortbildung für Eltern und Großeltern

Kurs-Nr.: 16023KG

Naturerlebniszentrum Rhön

Samstag, 3. Juli, 14.00 bis 17.00 Uhr

Treff: Parkplatz Wild-Park Klaushof, Bad Kissingen

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

In Kooperation mit der Werkstatt

des Naturerlebniszentrums Rhön, Hammelburg

Kreuze, Bildstöcke und Madonnen in Hammelburg

Kurs-Nr.: 17015HA

Eva Albert

Sonntag, 4. Juli, 17.30 bis 19.30 Uhr

Treff: Marktplatz Hammelburg

7,50 €

Wildkräuterwanderung zu den Frauenkräutern

Kurs-Nr.: 36075KN

Daniela Röder

Montag, 5. Juli, 18.00 bis 20.00 Uhr

Treff: Parkplatz an der Schlossberghalle, Josef-Willmann-Straße

14,- €

Es werden Fahrgemeinschaften gebildet.

Bitte mitbringen: Sammelkorb, Schreibsachen

Rutengehen - Aufbaukurs

Kurs-Nr.: 16115KO

Margarete Gold

Dienstag, 6. Juli, 18.00 bis 21.00 Uhr

Grund- u. Mittelschule (Klassenzimmer EG Nr. 07),

Waldstraße 26, Oberthulba

15,- €

Dieser Kurs ist der Aufbaukurs zu dem Kurs Rutengehen -
Workshop für Einsteiger, Kursnr. 16090KO.

Bitte mitbringen: Halbschuhe, wetterfeste Kleidung, Maßstab,
Kompass (falls vorhanden), Schreibzeug, Farbstifte

Konsumkritische Stadtführung

Kurs-Nr.: 16080KG

Naturerlebniszentrum Rhön

Mittwoch, 7. Juli, 16.00 bis 17.30 Uhr

Treff: Marktplatz, Bad Kissingen

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

Die Führung ist geeignet für Erwachsene und Familien
mit Kindern ab 12 Jahren



Waldzeit - Waldbaden

Kurs-Nr.: 16035HA

Carmen Rauschmann, Heike Schmidt

Samstag, 10. Juli, 10.00 bis 14.00 Uhr

Treff: Schloss Saaleck, Hammelburg, Kellereigebäude

28,- €

Bitte mitbringen: Festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, Sitzkissen, Essen und Getränke

Auf den Spuren der „gescheiterten Köpfe“

Kurs-Nr.: 17005HA

Eva Albert

Sonntag, 11. Juli, 17.00 bis 19.00 Uhr

Treff: Marktplatz Hammelburg

7,50 €

Dorfkundgang - Euerdorf und seine Geschichte

Kurs-Nr.: 17075HE

Martina Wilm-Kiesel

Samstag, 17. Juli, 17.00 bis 19.00 Uhr

Treff: Neues Rathaus Euerdorf

7,- €

Workshop: Portrait zeichnen mit anschließendem Portraitrelief-Modellier

Kurs-Nr.: 240EKG

Kathrin Hubl

Freitag, 23. Juli, 16.00 - 19.00 Uhr

Samstag, 24. Juli 10.00 - 17.00 Uhr

Sonntag, 25. Juli 10.00 - 15.00 Uhr

Museum Obere Saline (Innenhof), Bad Kissingen

160,- €

Qi Gong Wildgans: Vertiefung & Korrektur

Kurs-Nr.: 31030KG

Weihong Yang

Samstag, 24. Juli, 10.00 bis 17.00 Uhr

Treff: vhs-Gebäude, Maxstraße 20a, Bad Kissingen

42,- €

Bitte mitbringen: Schreibmaterial, Matte

Die geologische Geschichte der Rhön - eine Führung

Kurs-Nr.: 16100HB

Anna Leonhard

Sonntag, 25. Juli, 14.00 bis 17.00 Uhr

Treff: Alter Rathausplatz, Bad Brückenau

10,- €

Bitte mitbringen: Wanderkleidung und -schuhe, Proviant



Online-Kurse

Deutsch - A2/B1 (Teil 3)* - Präsenz/Online

Kurs-Nr.: 42010HA

Irene Schröder

Dienstag, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10x

Beginn: 20. April (späterer Kurseinstieg möglich, Gebühr wird dann anteilig berechnet)

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg oder vhs.cloud Plattform, edudip Konferenztool

67,- € (bei 6 Teilnehmern)

Buch bitte mit Kursleitung absprechen

Thema: Impfen/Infektionsschutz - Ihre Fragen unsere Antworten – Präsenz/online

Kurs-Nr.: 11007HA

Dr. Reinhard Schaupp, Dr. Hans-Peter Pfeuffer

Termin stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest und wird über die Presse und auf www.vhs-kisshab.de veröffentlicht.

Aula der Grund- und Mittelschule, Friedrich-Müller-Str. 19, Hammelburg oder Jitsi Konferenztool

In Kooperation mit der Europa-Union Hammelburg e. V.

English Conversation* - Online - Interessentenliste

Kurs-Nr.: 43071HA

Monika Seufert

Termin nach Absprache

vhs.cloud Plattform, edudip Konferenztool

50,- € (bei 10 Teilnehmern)

Bewegung mit Pep am Morgen - Online

Kurs-Nr.: 32030KL

Annette Schubert

Mittwoch, 8.15 bis 9.15 Uhr, 10x

Beginn: 12. Mai

40,- €

Bitte bereithalten: Gymnastikmatte, Getränk

Von Malawi über Tansania, Ruanda und Uganda nach Kenia - Online

Kurs-Nr.: 11010KB

Rudi Kleinhenz

Montag, 17. Mai, 19.30 bis 21.00 Uhr

Jitsi Konferenztool

5,- €

Ausführliche
Kursinfos unter
www.vhs-kisshab.de

Healthy & Strong Back meets Body Power - Online

Kurs-Nr.: 32056HA

Nicole Ziegler

Ab Dienstag, 18. Mai 19.00 bis 20.00 Uhr, 3x ; bei Zusatz Body-Power endet die Stunde um 20:30 Uhr

vhs.cloud Plattform, edudip Konferenztool

18 € Healthy & Strong Back meets Body Power 3x1,5 Std., auch nur als Healthy & Strong Back 3x1Std. für 12 € buchbar)

(ab 6 Teilnehmer, sonst Aufzahlung)

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Turnschuhe, Handtuch, Getränke

Patientenverfügung aus der Sicht eines Klinikarztes - Online

Kurs-Nr.: 13080KN

Dr. med. Ulrich Hildenbrand

Dienstag, 18. Mai, 19.00 bis 21.00 Uhr

vhs.cloud Plattform, edudip Konferenztool

8,- €

Die (un)missverständliche Kommunikation – Präsenz/Online

Kurs-Nr.: 53015HA

Katrin Schmitt

Dienstag, 18. Mai, 18.00 bis 21.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg oder Jitsi Konferenztool

19,50 €

Vegetarische und Vegane Ernährung - Online

Kurs-Nr.: 34030KL

Sonja Wetterich

Freitag, 21. Mai, 18.00 bis 19.30 Uhr

6,- €

Das Internet für die Öffentlichkeitsarbeit von Vereinen – Präsenz oder Online

Kurs-Nr.: 51025HA

Markus Weber

Samstag, 22. Mai, 10.00 bis 16.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

39,50 €

Entspannt ins Wochenende: Dynamische Entspannung - Online

Kurs-Nr.: 31110HA

Petra Hartmann

Freitag, 21. Mai, 19.00 bis 20.30 Uhr

vhs.cloud Plattform, edudip Konferenztool

8,- €

Südseeträume Teil 1 - Online

Kurs-Nr.: 11015KB

Rudi Kleinhenz

Freitag, 28. Mai, 19.30 bis 21.00 Uhr

Jitsi Konferenztool

5,- €

Online: Nachts im Museum - Museumsführung mit Weinprobe

Kurs-Nr.: 17120HA

Ulrike Lange, Elfriede Böck

Freitag, 28. Mai, 19.00 bis 21.30 Uhr

digital über Microsoft TEAMS mit Link auch mit Einblick in Museum Herrenmühle (Hammelburg)

37,50 € (inkl. 3 Flaschen Weißwein á 0,75 L, 1 Derrploatzkonfekt vom Hammelburger Bäcker, Moderation und Führung)

Das Weinpaket kann in der Vinothek am Marktplatz, Hammelburg abgeholt oder wahlweise vorab zugesandt

(zzgl. 8,50 € Porto/Verpackung) werden.

Interessenten benötigen für die Teilnahme lediglich einen funktionsfähigen Rechner (Desktop-PC, Laptop, Tablet) oder ein Mobiltelefon sowie einen Internet-Zugang.

Anmeldung über museum@hammelburg.de oder Tel: 09732 902330 (Museum Herrenmühle) oder 09732 7887450 (Weingut Lange, Schloss Saaleck)

Veranstalter: Museum Herrenmühle und Bio-Weingut Schloss Saaleck mit vhs Hammelburg

Deutsch für Anfänger - A1 * - Präsenz/Online

Kurs-Nr.: 42016HA

Irene Schröder

Montag, 18.00 bis 19.30 Uhr, 5x

Beginn: 7. Juni

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg oder vhs.cloud Plattform, edudip Konferenztool

25 € (bei 10 Teilnehmern)

„Ich verdiene mehr!“ - Gehalts- und Entwicklungsgespräche führen – Präsenz/Online

Kurs-Nr.: 53020HA

Katrin Schmitt

Dienstag, 8. Juni, 18.00 bis 21.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg oder Jitsi Konferenztool

19,50 €

Insekten gesucht: Holzbiene und Trauer-Rosenkäfer - online-Vortrag

Kurs-Nr.: 16090HA

Tina Bauer (Biosphärenreservat Rhön)

Mittwoch, 9. Juni, 19.00 bis 20.15 Uhr

Jitsi, Konferenztool

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

In Kooperation mit UNESCO-Biosphärenreservat Rhön

Nützliche Online-Tools für den (Arbeits-) Alltag

Kurs-Nr.: 51015HA

Markus Weber

Donnerstag, 10. Juni, 18.00 bis 21.45 Uhr

vhs.cloud, edudip-Plattform

19,50 €



Selbstverteidigung mit Worten – Präsenz/Online

Kurs-Nr.: 53010HA

Tanja Schuhmann

Samstag, 12. Juni, 9.30 bis 16.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

oder Jitsi Konferenztool

44,- €

Entspannt durch den Alltag – Präsenz/Online

Kurs-Nr.: 31180HA

Tanja Schuhmann

Donnerstag, 18.00 bis 20.00 Uhr, 2x

Beginn: 17. Juni

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

oder Jitsi Konferenztool

19,50 €

Der Pflichtteilsanspruch aus Sicht der Erben und Enterbten – Präsenz/Online

Kurs-Nr.: 13040HA

Stephan Freidhof

Donnerstag, 17. Juni, 19.00 bis 20.30 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg oder Jitsi Konferenztool

8,- €

Bewusst Genießen bei Diabetes mellitus – Vortrag

Lisa Nunn

Kurs-Nr.: 34075KG

Freitag, 18. Juni, 18.30 bis 20.00 Uhr

Jitsi, Konferenztool

13,- €

Sie erhalten alltagstaugliche Tipps, um ihre Ernährung zu überprüfen und anpassen zu können. Im Anschluss wird ein Skript zum Vortrag mitgegeben.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Nebenbei selbstständig – Workshop Präsenz oder Online

Kurs-Nr.: 51010HA

Robert Bauer

Samstag, 19. Juni, 10.00 bis 16.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

38,- €

Glutenfrei Kochen und Backen – Outdoor oder Online

Kurs-Nr.: 34090HA

Marcus Beran

Dienstag, 18.00 bis 21.00 Uhr, 1x

Beginn: 22. Juni

Stadtstrand Hammelburg oder online (Jitsi Konferenztool)

21,- € (plus 18 € Materialkosten)

Webseiten erstellen mit WordPress - Online

Kurs-Nr.: 51020HA

Markus Weber

Donnerstag, 18.00 bis 20.30 Uhr, 4x

Beginn: 8. Juli, 15 Minuten Pause

vhs.cloud, edudip-Plattform

59,50 €



Gesellschaft und Leben

Der fremde Deutsche

Kurs-Nr.: 11000HA

Arunagirinathan Umeswaran

Freitag, 11. Juni, 19.30 bis 21.00 Uhr

Stadtbibliothek Hammelburg, Kirchgasse 4, Hammelburg

8,- € (Abendkasse 8 €)

In Kooperation mit der Stadtbibliothek Hammelburg und unterstützt durch die main-saale-Chirurgie Dr. Armin Döring Hammelburg.

Pandemien und Globalisierung

Kurs-Nr.: 11006HA

Dr. Reinhard Schaupp, Dr. Hans-Peter Pfeuffer, Dr. Herbert Trimbach

Termin stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest und wird über die Presse und auf www.vhs-kisshab.de veröffentlicht.

Aula der Grund- und Mittelschule, Friedrich-Müller-Str. 19, Hammelburg

In Kooperation mit der Europa-Union Hammelburg e. V.

Bronze, Schnitzlack, Porzellan - Graf Karl und seine Kunstschätze aus Ostasien

Kurs-Nr.: 11055KB

N.N.

Donnerstag, 10. Juni, 15.00 bis 16.00 Uhr

Museen Schloss Aschach

7,- €

Ermutigend erziehen - ein Angebot nicht nur für Eltern auch als Schnupperkurs für Ermutigungstraining

Kurs-Nr.: 12012HA

Irmtrud Scharl

Montag, 21. Juni, 19.00 bis 21.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

10,50 €

Vom guten Umgang mit Umbrüchen im Leben

Kurs-Nr.: 12025HA

Irmtrud Scharl

Mittwoch, 7. Juli, 19.00 bis 21.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

10,50 €

Salutogenese. Meine Balance im Leben

Kurs-Nr.: 12030HB

Klaus Ziegler

Montag, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8x

Beginn: 21. Juni, kein Kurs am 25. März, 22. April,

13. Mai, 20. Mai 2021

Georgi-Kurhalle, Ernst-Putz-Str. 11, Bad Brückenau

120,- €



Autonomie. Mut zum Eigensinn

Kurs-Nr.: 12035HB

Klaus Ziegler

Dienstag, 18.30 bis 20.00 Uhr, 7x

Beginn: 22. Juni, kein Kurs am 05.04., 12.04.2021

Georgi-Kurhalle, Ernst-Putz-Str. 11, Bad Brückenau

105,- €

Hochsensibilität – Was ist das eigentlich?

Kurs-Nr.: 12038HB

Maria Albrecht-Martin

Mittwoch, 23. Juni, 19.30 bis 21.00 Uhr

vhs-Raum, Musikschule, Ernst-Putz-Straße 9, Bad Brückenau

10,- €

Hochsensibilität – Tipps für einen kraftvollen Alltag

Kurs-Nr.: 12039HB

Maria Albrecht-Martin

Mittwoch, 30. Juni, 19.30 bis 21.00 Uhr

vhs-Raum, Musikschule, Ernst-Putz-Straße 9, Bad Brückenau

10,- €

Wie dein inneres Kind deine Partnerschaft beeinflusst

Kurs-Nr.: 12040KL

Daniela Weigand

Dienstag, 18. Mai, 19.00 bis 20.30 Uhr

Mittelschule (Zimmer 16), Oerlenbach

6,- €

Bitte mitbringen: Schreibunterlagen für Notizen

Trennung verarbeiten und neue Perspektiven entwickeln

Daniela Weigand

Kurs-Nr.: 12045KL

Dienstag, 8. Juni, 19.00 bis 20.30 Uhr

Mittelschule (Zimmer 16), Oerlenbach

6,- €

Kurs-Nr.: 12046HA

Dienstag, 15. Juni, 19.00 bis 20.30 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

8,- €

Warum SINGLE sein kein Zufall ist - Workshop

Daniela Weigand

Kurs-Nr.: 12056HA

Mittwoch, 9. Juni, 19.00 bis 20.30 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

8,- €

Kurs-Nr.: 12055KL

Mittwoch, 23. Juni, 19.00 bis 20.30 Uhr

Mittelschule (Zimmer 16), Oerlenbach

6,- €

Bitte mitbringen: Schreibunterlagen für Notizen

Worte und Gedanken hinterfragen - Glaubenssätze verändern

Kurs-Nr.: 12065HA

Renate Mieszczanin

Freitag, 11. Juni, 18.00 bis 20.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

9,50 €

Fahrplanlesen leicht gemacht

Kurs-Nr.: 13005HB

Tina Büdel

Donnerstag, 20. Mai, 19.00 bis 20.30 Uhr

vhs-Raum, Musikschule, Ernst-Putz-Straße 9, Bad Brückenau

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

Die Berufsunfähigkeitsversicherung

Kurs-Nr.: 13035HB

Stephan Freidhof

Donnerstag, 27. Mai, 19.00 bis 20.30 Uhr

vhs-Raum, Musikschule, Ernst-Putz-Straße 9, Bad Brückenau

6,- €

Die Erbgemeinschaft

Kurs-Nr.: 13045HA

Stephan Freidhof

Dienstag, 13. Juli, 19.00 bis 20.30 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

8,- €

Immobilienverkauf von Privat - Workshop

Kurs-Nr.: 13055HA

Britta Maier-Brunnhuber

Donnerstag, 1. Juli, 18.00 bis 21.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

20,- € (inklusive Skript 5 €)

Meine Rechte und Pflichten als Grundstückseigentümer

Kurs-Nr.: 13060HA

Dr. Heiko Weidenthaler

Dienstag, 22. Juni, 19.30 bis 21.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

8,- €

Kurzworkshop: Private Vermietung - Wie schütze ich mich vor Mietnomaden?

Kurs-Nr.: 13065HA

Britta Maier-Brunnhuber

Donnerstag, 8. Juli, 18.00 bis 21.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

20,- € (inklusive Skript 5 €)

Mietnebenkosten - die zweite Miete

Kurs-Nr.: 13075HA

Dr. Heiko Weidenthaler

Donnerstag, 20. Mai, 19.30 bis 21.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

8,- €



Ehrenamtliche Betreuung - wie geht das?

Kurs-Nr.: 13086HA

Katja Halbig (Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Schweinfurt)

Dienstag, 22. Juni, 19.00 bis 20.30 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

Patientenverfügung aus der Sicht eines Klinikarztes

Dr. med. Ulrich Hildenbrand (Notararzt und Facharzt für Anästhesie)

Kurs-Nr.: 13093HA

Montag, 12. Juli, 19.00 bis 20.30 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

8,- €

Kurs-Nr.: 13085HB

Donnerstag, 15. Juli, 19.00 bis 21.00 Uhr

vhs-Raum, Musikschule, Ernst-Putz-Straße 9, Bad Brückenau

10,- €

Kurs-Nr.: 13095KL

Dienstag, 13. Juli, 19.00 bis 21.00 Uhr

Mittelschule (Zimmer 16), Oerlenbach

8,- €

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Dr. Walter Kamp

Kurs-Nr.: 13102HE

Dienstag, 6. Juli, 19.30 bis 21.00 Uhr

Neues Rathaus, Hammelburger Str. 10 - 14, Euerdorf

6,- €

Kurs-Nr.: 13100HA

Dienstag, 27. Juli, 19.30 bis 21.00 Uhr

Stadtbibliothek Hammelburg, Kirchgasse 4, Hammelburg

7,- €

Selbst bestimmt vorsorgen - wer möchte das nicht?

Kurs-Nr.: 13103HA

Katja Halbig (Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Schweinfurt)

Freitag, 2. Juli, 19.00 bis 20.30 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

Die nichteheliche Lebensgemeinschaft

Kurs-Nr.: 13105HA

Dr. Heiko Weidenthaler, Stephan Freidhof

Montag, 12. Juli, 19.00 bis 21.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

10,- €

Gestaltung und Nutzung eines Naturgartens

Kurs-Nr.: 16012HA

Thomas Weimar

Freitag, 23. Juli, 19.30 bis 21.30 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

10,50 €

Garten für die Seele - spirituelle Strukturen im Naturgarten

Kurs-Nr.: 16014HA

Thomas Weimar

Freitag, 18. Juni, 19.30 bis 21.30 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

10,50 €

Stromsparen im Haushalt

Kurs-Nr.: 16120HB

Stefan Reith

Mittwoch, 16. Juni, 19.00 bis 21.00 Uhr

vhs-Raum, Musikschule, Ernst-Putz-Straße 9, Bad Brückenau

3,50 € Vorverkauf (Abendkasse 5 €, Anmeldung erforderlich)

Energie-Rechnungen dürfen mitgebracht werden.

In Kooperation mit der Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern.

Energetische Sanierung von Wohnhäusern

Kurs-Nr.: 16130HB

Stefan Reith

Mittwoch, 9. Juni, 19.00 bis 21.00 Uhr

vhs-Raum, Musikschule, Ernst-Putz-Straße 9, Bad Brückenau

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

In Kooperation der Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern.

Mit Spaß das Leben entrümpeln

Kurs-Nr.: 16140KL

Margarete Gold

Mittwoch, 19. Mai, 19.30 bis 21.30 Uhr

Mittelschule (Zimmer 16), Oerlenbach

12,- €



Ausführliche
Kursinfos unter
www.vhs-kisshab.de

Auf den Spuren von J. S. Agnon - Eine Exkursion

Kurs-Nr.: 17085HB

Cornelia Mence

Freitag, 18. Juni, 15.20 bis 18.30 Uhr

Treff: Busbahnhof, Bahnhofstraße, Bad Brückenau

8,- €

Kursgebühr inkl. Busfahrtticket ins Staatsbad;

Treffpunkt am Busbahnhof, gemeinsame Busfahrt ins Staatsbad.

Dauer ca. 3 Stunden.

Macht die Dächer voll - Photovoltaikanlagen auf Altort-Wohnhäusern und in der Siedlung

Kurs-Nr.: 16125HA

Norbert Jenkner, Theo Hein

Termin und Ort standen bei Redaktionsschluss noch nicht fest und werden über die Presse und auf www.vhs-kisshab.de veröffentlicht.

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

Dieses Angebot ist Teil der Vortragsreihe ‚Mitten im Ort - mitten im Gespräch‘ und beschäftigt sich mit verschiedenen Themen im Handlungsfeld ‚Innenentwicklung und Ortskernrevitalisierung‘.

In Kooperation mit dem BUND Naturschutz Kreisgruppe Bad Kissingen, dem Landkreis Bad Kissingen sowie der Allianz Fränkisches Saaletal e. V.



Kultur und Gestalten

Schönere Bilder mit dem Smartphone (12 bis 16 Jahre)

Kurs-Nr.: 21005HA

Ralf Bauer

Samstag, 22. Mai, 14.00 bis 16.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

9,50 €

Bitte mitbringen: Smartphone (aufgeladen)

Besser Fotografieren mit dem Smartphone

Kurs-Nr.: 21010HA

Ralf Bauer

Dienstag, 29. Juni, 19.30 bis 21.30 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

9,50 €

Bitte mitbringen: Smartphone (aufgeladen)

Einführung in die digitale Fotografie

Kurs-Nr.: 21020HB

Ralf Bauer

Mittwoch, 18.30 bis 20.30 Uhr, 4x

Beginn: 7. Juli

vhs-Raum, Musikschule, Ernst-Putz-Straße 9, Bad Brückenau

46,- €

Die Kursgebühr beinhaltet ein Skript zum Download.

Bitte mitbringen: Kamera mit vollen Akkus, Stativ,

Handbuch zur Kamera

E-Books & Co. ausleihen für Anfänger (Onleihe)

Kurs-Nr.: 22020HB

Jan Marberg

Mittwoch, 2. Juni, 18.30 bis 20.00 Uhr

vhs-Raum, Musikschule, Ernst-Putz-Straße 9, Bad Brückenau

Kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

Bitte mitbringen: auf Wunsch können mobile Endgeräte

und Laptops mitgebracht werden

Information zu den Töpferkursen in Bad Brückenau:

Wir treffen uns 2 x: Während des ersten Termins modellieren wir unsere Werke.

3 Tonfarben stehen zur Auswahl: weiß, rot und schwarz.

Nach der Trocknungszeit und dem

erstem Brand treffen wir uns ein weiteres Mal und tragen

mit dem Pinsel wunderbare

Glasuren auf (50 Farben zur Auswahl). Nach dem

Glasurbrand im Töpferofen können die

Werke dann im Tonstudio abgeholt werden.

Die Material- und Brennkosten werden nach dem

persönlichen Verbrauch (Trockengewicht) berechnet und

sind beim Abholen zu bezahlen (z.B. Trockengewicht 500 g

inkl. 1. Brand, Glasur, 2. Brand: 11 Euro)

Bitte mitbringen: Schürze oder altes Hemd, Handtuch.

Wir töpfern Müslischalen, Kaffeebecher, Teetassen - auch für Anfänger!

Kurs-Nr.: 24046HB

Laila Matejka

Sonntag, 16.05.2021, 10-12 Uhr und

Sonntag, 30.05.2021, 10 bis 11:30 Uhr

Villa Intelligentia, Rhönstraße 30, Rossbach-Zeitlofs

38,- € (zzgl. Material- und Brennkosten)

Familientöpfen: Wir töpfern Häuschen!

Kurs-Nr.: 24047HB

Laila Matejka

Samstag, 05.06.2021, 15-17 Uhr und

Samstag, 19.06.2021, 15-16:30 Uhr

Villa Intelligentia, Rhönstraße 30, Rossbach-Zeitlofs

38,- €

Familientöpfen: Wir töpfern Gartenstecker!

Laila Matejka

Kurs-Nr.: 24048HB

Sonntag, 23.05.2021, 15-17 Uhr und

Sonntag, 06.06.2021, 15-16:30 Uhr

Villa Intelligentia, Rhönstraße 30, Rossbach-Zeitlofs

38,- €

Kurs-Nr.: 24049HB

Sonntag, 20.06.2021, 15-17 Uhr und Sonntag, 04.07.2021, 15-16:30 Uhr

Villa Intelligentia, Rhönstraße 30, Rossbach-Zeitlofs

38,- €

Schnupperkurs Drechseln für Einsteiger

Kurs-Nr.: 24091KG

Andreas Scholl

Freitag, 04. Juni, 16.00 bis 19.00 Uhr

Samstag, 05. Juni, 09.00 bis 18.00 Uhr

Sonntag, 06. Juni, 09.00 bis 14.00 Uhr

gr. Halle, Mellrichstädterstr. 24, Stockheim

95,- € (zzgl. ca. 20 € Materialkosten)

Altblockflöte für Anfänger und Wiedereinsteiger: Aufbaukurs

Kurs-Nr.: 23010KG

Christine Stumpf

Donnerstag, 19.45 bis 20.45 Uhr, 8x

Beginn: 10. Juni

vhs-Gebäude (Raum 1), Maxstr. 20a, Bad Kissingen

54,- €





Gesundheit und Fitness

Yoga I

Kurs-Nr.: 31045KD

Ruth Kühnlein

Montag, 17.15 bis 18.45 Uhr, 10x

Bei ausreichender Anzahl an Interessenten wird ein Beginn festgelegt. Bei Interesse melden Sie sich bitte am Standort Burkardroth (Kontakt Daten sh. Rückseite).

Alte Schule, In der Strütt 7, Stralsbach

41,- €

Bitte mitbringen: Yogamatte, kleines Kissen und festes Sitzkissen, Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken

Yoga II

Kurs-Nr.: 31050KD

Ruth Kühnlein

Montag, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10x

Bei ausreichender Anzahl an Interessenten wird ein Beginn festgelegt. Bei Interesse melden Sie sich bitte am Standort Burkardroth (Kontakt Daten sh. Rückseite).

Alte Schule, In der Strütt 7, Stralsbach

41,- €

Bitte mitbringen: Yogamatte, kl. Kissen, festes Sitzkissen, Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken

Yoga für Körper, Geist und Seele

Kurs-Nr.: 31055KL

Andrea Zehner

Montag, 17.30 bis 19.00 Uhr, 5x

Beginn: 7. Juni

Kirchplatz Eltingshausen

30,- €

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Kissen, warme Socken. Bequeme Kleidung tragen!

Yoga für Körper, Geist und Seele (2)

Kurs-Nr.: 31060KL

Andrea Zehner

Montag, 19.30 bis 21.00 Uhr, 5x

Beginn: 7. Juni

Kirchplatz Eltingshausen

30,- €

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Kissen, warme Socken. Bequeme Kleidung tragen!

Yoga auf dem Stuhl

Kurs-Nr.: 31080KL

Andrea Zehner

Montag, 15.00 bis 16.30 Uhr, 5x

Beginn: 7. Juni

Kirchplatz Eltingshausen

30,- €

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Kissen,
warme Socken und bequeme Kleidung tragen.

Kundalini Yoga - für ein bewusstes und glückliches Leben

Kurs-Nr.: 31085KL

Lena Kempker

Mittwoch, 17.00 bis 18.15 Uhr, 6x

Beginn: 16. Juni

Wilhelm-Hegler-Halle (gr. Gymnastikraum), Oerlenbach

30,- €

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Getränk und evtl. ein Kissen

Aranja Yoga (sanftes Yoga)

Karin Persicke

Bitte mitbringen: Yoga-Matte, Decke, Kissen, bequeme Kleidung,
warme Socken

Kurs-Nr.: 31097KL

Donnerstag, 19.00 bis 20.30 Uhr, 8x

Beginn: 10. Juni

Altes Rathaus Ebenhausen

48,- €

Entspannen mit Klangschalen - eine Klangreise zu inneren Kraftquellen

Kurs-Nr.: 31135HA

Anja Pfennig

Montag, 19.00 bis 20.30 Uhr, 3x

Beginn: 5. Juli

KlangRaum, Eifershausener Str. 16, Hammelburg-Westheim

33,- €

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken,
Decke, großes Handtuch, Wasser

Achtsamkeitstraining

Kurs-Nr.: 31165HA

Matthias Dhammavaro Jordan

Samstag, 12. Juni, 10 bis 16 Uhr (45 Min. Pause) und

Sonntag, 13. Juni, 10 bis 15 Uhr (45 Min. Pause)

Pfarrheim Westheim, Petergasse 8, Hammelburg

90,- €

Bitte mitbringen: Yogamatte, Sitzkissen, eine Decke, Schreibzeug,
Pausensnack

Selbstverteidigung für Mädchen/Frauen ab 16 Jahren

Kurs-Nr.: 31190HA

Marco Hoos

Samstag, 26. Juni, 10.00 bis 13.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

13,50 €



Achtsam - bewusst - gelassen

Kurs-Nr.: 31110KO

Ilonka Härterich

Mittwoch, 18.30 bis 20.00 Uhr, 2x

Beginn: 9. Juni

Grund- u. Mittelschule (Klassenzimmer EG Nr. 07),

Waldstraße 26, Oberthulba

18,- €

Bitte mitbringen: Schreibsachen

Mini-Meditationen für den Alltag

Kurs-Nr.: 31115HB

Klaus Ziegler

Mittwoch, 18.15 bis 19.30 Uhr, 8x

Beginn: 26. Mai, kein Kurs am 16.06.2021 und am 07.07.2021

Georgi-Kurhalle, Ernst-Putz-Str. 11, Bad Brückenau

100,- €

Judo für Späteinsteiger / Wiedereinsteiger

Kurs-Nr.: 32015HA

Armin Jobst (DOKAN)

Dienstag, 19.30 bis 20.30 Uhr, 5x

Beginn: 8. Juni

Grundschule am Mönchsturm (Turnhalle), Friedrich-Müller-Str. 19,
Hammelburg

20,- € (bei 5 Terminen, nur stattgefundene Kurstage werden berechnet)

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung

In Kooperation mit dem DOKAN Hammelburg e.V.

Step-Aerobic

Kurs-Nr.: 32025KO

Rosi Schuster

Dienstag, 18.00 bis 18.45 Uhr, 8x

Beginn: 8. Juni

Grund- u. Mittelschule (Turnhalle), Waldstraße 26, Oberthulba

31,- €

Bitte mitbringen: Step-Board (empfohlene Richtwerte: Mindestgröße

90x35 cm; 7,5 kg; Belastbarkeit bis 110 kg), Handtuch, Getränk

BBP (Bauch - Beine - Po)

Kurs-Nr.: 32085KO

Rosi Schuster

Montag, 16.30 bis 17.15 Uhr, 8x

Beginn: 7. Juni

Grund- u. Mittelschule (Turnhalle), Waldstraße 26, Oberthulba

31,- €

Bitte mitbringen: Isomatte, Handtuch, Getränk

PNF-Stretching

Kurs-Nr.: 32105KO

Rosi Schuster

Montag, 17.30 bis 18.15 Uhr, 8x

Beginn: 7. Juni

Grund- u. Mittelschule (Turnhalle), Waldstraße 26, Oberthulba

31,- €

Bitte mitbringen: Isomatte, Handtuch, Getränk

Cardiotraining für Senioren

Kurs-Nr.: 32125KO

Rosi Schuster

Montag, 18.30 bis 19.15 Uhr, 8x

Beginn: 7. Juni

Grund- u. Mittelschule (Musiksaal), Waldstraße 26, Oberthulba
31,- €

Bitte mitbringen: Isomatte, Handtuch, Getränk

Pilates für Anfänger

Kurs-Nr.: 32145KO

Rosi Schuster

Dienstag, 17.00 bis 17.45 Uhr, 8x

Beginn: 8. Juni

Grund- u. Mittelschule (Musiksaal), Waldstraße 26, Oberthulba
31,- €

Bitte mitbringen: Isomatte, Handtuch, Getränk

Pilates-Training

Kurs-Nr.: 32155KO

Rosi Schuster

Donnerstag, 16.45 bis 17.30 Uhr, 8x

Beginn: 10. Juni

Grund- u. Mittelschule (Musiksaal), Waldstraße 26, Oberthulba
31,- €

Bitte mitbringen: Isomatte, Handtuch, Getränk

Zumba® Gold

Kurs-Nr.: 32157HB

Tina Zeller (Team)

Freitag, 17.00 bis 17.50 Uhr, 7x

Beginn: 14. Mai

YOU! Personal Fitness Lounge, Sinnaustr. 12, Bad Brückenau
60,- €

Achtung: Die 7 gebuchten Stunden sind in maximal 8
aufeinanderfolgenden Terminen zu nutzen! Beginn frei wählbar
zwischen 16.04.2021 und 02.07.2021

Bitte mitbringen: leichte Trainingsschuhe
mit wenig Profil, bequeme Sportkleidung, Getränk

Zumba® Fitness - Präsenz

Kurs-Nr.: 32160HA

Laura Zwickl

Einzeltermine werden über die Presse bekanntgegeben.

Turnhalle, Kissinger Str. 80 (Hofeinfahrt), Hammelburg
7,- € pro Kurstag

Jumping Fitness

Kurs-Nr.: 32173HB

Tina Zeller (Team)

Freitag, 18.00 bis 18.50 Uhr, 7x

Beginn: 14. Mai

YOU! Personal Fitness Lounge, Sinnaustr. 12, Bad Brückenau
60,- €

Achtung: Die 7 gebuchten Stunden sind in maximal 8 aufeinanderfolgenden
Terminen zu nutzen!

Beginn frei wählbar zwischen 16.04.2021 und 02.07.2021



Ausführliche
Kursinfos unter
www.vhs-kisshab.de

Bitte mitbringen: leichte Trainingsschuhe mit wenig Profil, bequeme Sportkleidung, Getränk

Tanzen Sie Tango Argentino!

Kurs-Nr.: 33015KL

Peter W. Lamping

Samstag, 12. Juni, 14.00 bis 17.30 Uhr

Wilhelm-Hegler-Halle (gr. Gymnastikraum), Oerlenbach
25,- €

Bitte mitbringen: Schuhe mit Ledersohlen (wenn möglich Tanzschuhe); Röcke sollten nicht zu eng sein.

Die vegetarische indische Küche for you

Kurs-Nr.: 34005KO

Ata Ur Rehman Chaudhry

Donnerstag, 24. Juni, 18.30 bis 21.30 Uhr

Grund- u. Mittelschule (Schulküche), Waldstraße 26, Oberthulba
19,- €

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Topflappen, Schreibstift, Gefäße für Reste, Getränk

Die thailändische Küche for you

Kurs-Nr.: 34015KO

Ata Ur Rehman Chaudhry

Donnerstag, 1. Juli, 18.30 bis 21.30 Uhr

Grund- u. Mittelschule (Schulküche), Waldstraße 26, Oberthulba
19,- €

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Topflappen, Schreibstift, Gefäße für Reste, Getränk

Was koche ich heute? Schnelle Gerichte für jeden Tag

Kurs-Nr.: 34035KL

Bernd Rösner

Mittwoch, 16. Juni, 10.00 bis 13.00 Uhr

Mittelschule (Schulküche - Zi. 37), Schulstraße 10, Oerlenbach
16,- €

Bitte mitbringen: 2 Geschirrtücher, Schürze, Topflappen, Behälter für Speisereste, Materialkosten ca. 9 €

Wraps und Co. Leckerer für Picknick und Party

Kurs-Nr.: 34040KL

Bernd Rösner

Mittwoch, 9. Juni, 18.30 bis 21.30 Uhr

Mittelschule (Schulküche - Zi. 37), Schulstraße 10, Oerlenbach
16,- €

Bitte mitbringen: 2 Geschirrtücher, Schürze, Topflappen, Behälter für Speisereste, Materialkosten ca. 8 €

Der Weg durch den Einkaufsdschungel - Lebensmittelverpackungen richtig verstehen

Kurs-Nr.: 34080KL

Sonja Wetterich

Freitag, 9. Juli, 18.00 bis 19.30 Uhr

Mittelschule (Zimmer 16), Oerlenbach
6,- €

Bitte mitbringen: 1€ Kopiergeld für die Kursunterlagen

Information zu den Back-Kursen in Bad Brückenau:

Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten. Anmeldung im Duo empfohlen (die Küche hat Zwei-Personen-Arbeitsplätze).

Tortendekoration mit Royal Icing Keksen (Kindergeburtstag)

Kurs-Nr.: 34045HB

Alexandra Schlothauer

Samstag, 22. Mai, 11.00 bis 13.00 Uhr

Mittelschule (Küche), Römershager Str. 31, Bad Brückenau

15,- €

Bitte mitbringen: Schürze und Keksdose

Macarons backen

Kurs-Nr.: 34050HB

Alexandra Schlothauer

Samstag, 12. Juni, 11.00 bis 13.00 Uhr

Mittelschule (Küche), Römershager Str. 31, Bad Brückenau

15,- €

Bitte mitbringen: Schürze und Transportbox für Macarons

Zahrentorte für den Geburtstag

Kurs-Nr.: 34055HB

Alexandra Schlothauer

Samstag, 10. Juli, 11.00 bis 13.00 Uhr

Mittelschule (Küche), Römershager Str. 31, Bad Brückenau

18,- €

Bitte mitbringen: Schürze und Kuchen-Transportbox

Make-up: Auffallen ohne aufzufallen

Lisa Stolas

Kurs-Nr.: 35015HA

Freitag, 9. Juli, 18.00 bis 20.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

25,- € (plus Materialkosten: 5 €)

Kurs-Nr.: 35020HA

Samstag, 10. Juli, 10.00 bis 12.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

25,- € (plus Materialkosten: 5 €)

Kurs-Nr.: 35025HA

Freitag, 16. Juli, 18.00 bis 20.00 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

25,- € (plus Materialkosten: 5 €)

Wechseljahre - die natürliche Phase des Übergangs

Kurs-Nr.: 36010KD

Monika Straub

Bei ausreichender Anzahl an Interessenten wird ein Beginn festgelegt. Bei Interesse melden Sie sich bitte am Standort Burkardroth (Kontakt Daten sh. Rückseite).

Pfarrheim, Am Marktplatz 11, Burkardroth

10,- € (inkl. Materialkosten)



Ätherische Öle in den Wechseljahren - sanfte Unterstützung für die Zeit des Wandels

Kurs-Nr.: 36016KG

Doris Wildenauer

Freitag, 9. Juli, 19.15 bis 20.45 Uhr

vhs-Gebäude (Raum 2), Maxstr. 20a, Bad Kissingen
16,- € (inkl. Materialkosten)

Basenfasten - die sanfte Fastenform auch für Anfänger

Kurs-Nr.: 36025KD

Monika Straub

Bei ausreichender Anzahl an Interessenten wird ein Datum festgelegt und der Treffpunkt bekannt gegeben. Bei Interesse melden Sie sich bitte am Standort Burkardroth (Kontaktdaten sh. Rückseite).

115,- €

Erschöpfung vermeiden, energievoll leben

Kurs-Nr.: 36030HA

Gudrun Reinwald

Donnerstag, 24. Juni, 19.00 bis 20.30 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg
6,- €

Ganzheitliche Gesundheit - Einführung

Kurs-Nr.: 36035HA

Patrik Dorsch

Montag, 28. Juni, 18.30 bis 20.30 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg
8,- €

Erste Hilfe mit dem Defibrillator und mehr

Kurs-Nr.: 36095HA

Reimar Glückler

Donnerstag, 17. Juni, 19.00 bis 21.00 Uhr

Rot-Kreuz-Haus Hammelburg, Ofenthaler Weg 22 a, Hammelburg
5,- €

In Kooperation mit BRK-Kreisverband Bad Kissingen

Ätherische Öle in der Erkältungszeit - wirkungsvolle Pflanzenkraft bei Schnupfen, Husten & Halsweh

Kurs-Nr.: 36111KG

Doris Wildenauer

Freitag, 2. Juli, 16.30 bis 18.45 Uhr

vhs-Gebäude (Raum 2), Maxstr. 20a, Bad Kissingen
19,- € (inkl. Materialkosten)

Waldbaden zu Hause - Ätherische Baumöle für Gesundheit und Wohlbefinden

Kurs-Nr.: 36116KG

Doris Wildenauer

Freitag, 2. Juli, 19.15 bis 20.45 Uhr

vhs-Gebäude (Raum 2), Maxstr. 20a, Bad Kissingen
16,- € (inkl. Materialkosten)

Ätherische Öle bei Stress, Unruhe und Niedergeschlagenheit - Unterstützung aus der Natur für unseren Körper

Kurs-Nr.: 36121KG

Doris Wildenauer

Freitag, 9. Juli, 16.30 bis 18.45 Uhr

vhs-Gebäude (Raum 2), Maxstr. 20a, Bad Kissingen

19,- € (inkl. Materialkosten)



Sprachen und Verständigung

Englisch für den Urlaub * - nie mehr sprachlos!

Kurs-Nr.: 43045HA

Edwin Vierheilig

Montag, 19.30 bis 21.00 Uhr, 5x

Beginn: 7. Juni

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

25,- € (bei 10 Teilnehmern)

Ohne Lehrbuch, deshalb bitte 2 € für Kopien pro Kurstag mitbringen.



Beruf und Karriere

Steuerrecht für (angehende) Rentner und Pensionäre

Kurs-Nr.: 51015KG

Daniel Bahn

Samstag, 3. Juli, 10.00 bis 13.00 Uhr

vhs-Gebäude (Raum 2), Maxstr. 20a, Bad Kissingen

Mit Stammtischwissen räumen wir in kurzweiliger Form auf und machen Sie fit für eine optimale Gestaltung und rechtssichere Erklärung Ihrer Alterseinkünfte.

12,- €

Erste Schritte am Computer *

Kurs-Nr.: 52010HA

Edgar Klein

Mittwoch, 18.00 bis 20.15 Uhr, 5x

Beginn: 19. Mai

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

68,- €

Bitte mitbringen: Eigener Laptop mit Windows 10 und Word 2010/2013/2016 sowie Netzteil, Verlängerungskabel, evt. Mehrfachsteckdose.

Falls kein eigener Laptop zur Verfügung steht, kann die vhs einen Laptop zur Verfügung stellen. Bitte bei Anmeldung angeben.

Excel - Grundkurs

Kurs-Nr.: 52030KG

Herbert Wehner

Samstag, 10. Juli, 9.00 bis 16.00 Uhr

Anton-Kliegl-Schule (gr. Informatikraum), Bad Kissingen - Eingang Pfalzstraße

Ab einer Inzidenz von über 100 findet der Kurs online statt.

54,- € (inkl. 2,50 € Materialkosten)

Voraussetzung: Windows-Grundkenntnisse.

Excel - Aufbaukurs

Kurs-Nr.: 52036KG

Herbert Wehner

Samstag, 24. Juli, 9.00 bis 16.00 Uhr

Anton-Kliegl-Schule (gr. Informatikraum), Bad Kissingen - Eingang

Pfalzstraße

54,- € (inkl. 2,50 € Materialkosten)

Präsentieren mit PowerPoint 2016 - Crashkurs *

Kurs-Nr.: 52045HA

Johannes Fischer

Samstag, 12. Juni, 9.30 bis 16.30 Uhr

Alte Volksschule, Kirchgasse 10, Hammelburg

37,- €

Bitte mitbringen: eigener Laptop mit MS Office 2010 oder

neuer/höher, Netzteil, Verlängerungskabel, evtl. Mehrfachsteckdose.

Die eigene Internetseite gestalten und verwalten mit MobiRise - Grundkurs

Kurs-Nr.: 52050KG

Herbert Wehner

Samstag, 12. Juni, 9.00 bis 16.00 Uhr

Anton-Kliegl-Schule (gr. Informatikraum), Bad Kissingen -

Eingang Pfalzstraße

Ab einer Inzidenz von über 100 findet der Kurs online statt.

54,- € (Windows- und Internetgrundkenntnisse erforderlich)

Grundlagen des Grafikdesign - (Flyer, Plakate, Bilder)

Kurs-Nr.: 52055KG

Hans Wild, Jessica Rudolph

Do., 10. Juni, 17.30 - 21.30

Fr., 11. Juni, 17.30 - 21.30

Kompetenzzentrum Digitalisierung, Geschwister-Scholl-Platz 1,

Bad Kissingen

Kurs (Ab einem Inzidenzwert von über 100 findet der Kurs online statt.)

105,- €

Bitte mitbringen: eigenen Laptop (inkl. Maus und Tastatur), Windows 10,

8 GB RAM, Prozessor mind. i5, mind. 50 GB freier Festplattenspeicher.

Die App Wohin-Du-Willst - Der ÖPNV-Planer für die Hosentasche

Kurs-Nr.: 52075HB

Tina Büdel

Donnerstag, 1. Juli, 19.00 bis 20.30 Uhr

vhs-Raum, Musikschule, Ernst-Putz-Straße 9, Bad Brückenau

Kostenfrei (Anmeldung erwünscht)

Online in Kontakt bleiben mit Familie, Freunden und Kollegen – welche Möglichkeiten gibt es?

Kurs-Nr.: 52078KG

Herbert Wehner

Donnerstag, 10. Juni, 14.00 bis 15.00 Uhr

vhs-Gebäude (Raum 2), Maxstr. 20a, Bad Kissingen

6,- €

Bei verstärkter Nachfrage werden Ersatztermine angeboten. Anmeldung auf Warteliste ist möglich. Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Onlinekurse an der vhs - wie nehme ich teil?

Kurs-Nr.: 52079KG

Herbert Wehner

Dienstag, 8. Juni, 14.00 bis 15.00 Uhr


vhs-Gebäude (Raum 2), Maxstr. 20a, Bad Kissingen

Kurzeinführung zur Bedienung und zur Mindestausstattung.

Bei verstärkter Nachfrage werden Ersatztermine angeboten.

Anmeldung auf Warteliste ist möglich.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial



**Ausführliche
Kursinfos unter
www.vhs-kisshab.de**



Pre-Ballett und Ausdruckstanz (ab 4 Jahre)

Kurs-Nr.: 90019HA

Tatyana Palamaryuk

Dienstag, 16.00 bis 17.00 Uhr, 5x

Beginn: 8. Juni

Vereinsheim Ha-Ka-Ge, Friedhofstr. 13, Hammelburg

65,- €

Judo für Kinder und Jugendliche (ab 10 Jahre)

Kurs-Nr.: 90030HA

Armin Jobst (DOKAN)

Dienstag, 18.30 bis 19.30 Uhr, 5x

Beginn: 8. Juni

Grundschule am Mönchsturm (Turnhalle), Friedrich-Müller-Str. 19, Hammelburg

20,- € (bei 5 Terminen, nur stattgefundenen Kurstage werden berechnet)

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung

In Kooperation mit dem DOKAN Hammelburg e.V.

Kinderyoga

Kurs-Nr.: 90035KL

Lisa Seufert

Freitag, 16.00 bis 17.30 Uhr, 8x

Beginn: 4. Juni

Altes Rathaus Rottershausen

48,- €

Bitte mitbringen: Isomatte, Decke, Getränk und bequeme Kleidung

Für Kinder von 6 bis 9 Jahren.

CHILL OUT - der Entspannungskurs für Kids

Kurs-Nr.: 90050HE

Simone Mahler

Samstag, 17.00 bis 18.00 Uhr, 4 x

Beginn: 5. Juni

Entspannungspädagogische Praxis, Kiesweg 13, Wirmsthal

44,- €

Ab 8 Jahren

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken



Bei allen
Veranstaltungen
ist eine
Anmeldung
erforderlich

Das
Anmeldeformular
zum Download
finden Sie auf
www.vhs-kisshab.de

Informationen
zu aktuellen
Hygienevorschriften
finden Sie auf
www.vhs-kisshab.de

Es gelten AGB
und
Datenschutzklärung
finden Sie auf
www.vhs-kisshab.de

vhs-Zentralen

vhs-Büro Bad Kissingen – KG

Maxstraße 23
97688 Bad Kissingen
T +49 (0) 971 807-4211
badkissingen@vhs-kisshab.de
Ansprechpartner/-innen:
Michael Balk, Bettina Bau,
Nikola Werner
Montag 14 - 16 Uhr
Di. – Fr. 9 - 12 Uhr

vhs-Büro Hammelburg – HA

Frobeniusstraße 2
97762 Hammelburg
T +49 (0) 9732 902-434
hammelburg@vhs-kisshab.de
Claudia Beyrle, Kornelia Sikora,
Ursula Bahmer
Mo. – Fr. 10 - 12 Uhr

Außenstellen

Bad Brückenau – HB

Rathausplatz 1
97769 Bad Brückenau
T 09741 804-55
Ansprechpartner:
Jan Marberg / Michaela Queck
Mi./ Do. 10:00-12:30 Uhr
Di./ Mi./ Fr. 14:00-17:00 Uhr
Do. 14:00-18:00 Uhr
Sa. 10:00-14:00 Uhr

Nüdlingen – KN

Kissinger Straße 1
97720 Nüdlingen
T 0971/7271-16
Ansprechpartnerin:
Rita Wilm
Öffnungszeiten:
Mo./ Mi./ Do./ Fr. 8:00-12:00 Uhr
Mo. 13:00-15:30 Uhr
Do. 13:00-17:30 Uhr

Bad Bocklet – KB

Kleinfeldlein 14
97708 Bad Bocklet
T 09708/9122-0
Ansprechpartnerinnen:
Christa Bauer / Maria Koch
Mo.-Fr. 8:00-12:00 Uhr
Do. 14:00-18:00 Uhr

Oberthulba – KO

Kirchgasse 16
97723 Oberthulba
T 09736/8122-14
Ansprechpartnerin:
Franziska Weidner
Mo.-Fr. 8:00-12:00 Uhr
Mo. 14:00-16:00 Uhr
Do. 14:00-18:00 Uhr

Burkardoth – KD

Am Marktplatz 10
97705 Burkardoth
T 09734/9101-23
Ansprechpartnerin:
Veronika Roth
Mo.-Fr. 8:00-12:00 Uhr
Do. 14:00-18:00 Uhr

Oerlenbach – KL

Schulstraße 8 · 97714 Oerlenbach
T 09725/7101-14
Ansprechpartnerin:
Vanessa Parente
Mo.-Fr. 8:00-12:00 Uhr
Mo. 14:00-16:00 Uhr
Mi. 13:00-17:30 Uhr

Euerdorf – HE

Zeilweg 2 · 97717 Euerdorf
T 09704 913124
Ansprechpartnerinnen:
Ingrid Loh / Silke Hack
Mo.-Fr. 8:00-12:00 Uhr
Do. 15:00-18:00 Uhr



Herausgeber und Programmredaktion:

Städtische Volkshochschulen Bad Kissingen und Hammelburg
vhs-Büro Bad Kissingen (V.i.S.d.P.)
Maxstraße 23 · 97688 Bad Kissingen · T +49 (0) 971 807-4210
info@vhs-kisshab.de · www.vhs-kisshab.de