



Liebe Mitbürger:innen und Freunde der vhs,

am **2. Oktober** findet erstmalig die

Lange Nacht der ★
DEMOKRATIE auch in Herzogenaurach statt.

Musikschule, Jugendhaus rabatz, Runder Tisch für Demokratie, Stadtbücherei, Stadtmuseum und Volkshochschule bieten von 16 bis 22 Uhr ein gemeinsames Programm. Für jedes Alter – ohne Anmeldung – der Eintritt ist stets frei. Die vhs präsentiert mit Frau Prof. Dr. Eva Hausteiner (FAU) einen Impulsvortrag mit dem Thema „**Schaden Verschwörungstheorien der Demokratie?**“.

Am **24. November** reist Alina Grandt für einen Abendvortrag aus Berlin nach Herzogenaurach. Ihr aktuelles Buch **MOM BRAIN** ist unser diesjähriger Beitrag zum jährlichen Aktionstag zur „Beseitigung gegen Gewalt an Frauen“.

2027 kommt das neue Altersvorsorgedepot. Dies nehmen wir zum Anlass für den **Semesterschwerpunkt Finanzen & Vermögen**. Der größte Mehrwert der zwölf Veranstaltungen: Sie werden unabhängig, ohne Verkaufsdruck und mit Blick auf Ihre Lebenssituation informiert, damit Sie die neuen Förderungen selbstbestimmt nutzen können. Im Fokus stehen junge Menschen, Frauen, Eltern, Rentner:innen und auch die finanzielle Bildung von Kindern.

Bei unseren **Sprachkursen** finden Sie – ganz neu – Kurse **mit speziellem Schwerpunkt**, z.B. auf das Sprechen: in Französisch oder in Deutsch zur Prüfungsvorbereitung oder mit Fokus auf Länder wie Ecuador oder Venezuela.

Wir haben wieder eine Fülle an Veranstaltungen, die alle nicht ins Vorwort passen. Durch alle Programmbereiche hinweg gibt es viel Neues zu entdecken!

Ihr

Dr. German Hacker
Erster Bürgermeister

Ihr

Oliver Kundler
vhs-Leiter



BILDUNGSREGION
ERLANGEN-HÖCHSTADT

Inhaltsverzeichnis

Allgemeine Informationen

Vorwort	1
Inhaltsverzeichnis	2
Ihre Ansprechpartner:innen	4
Sprachstufen / Language Level	6
Verzeichnis der Kursleiter:innen	90
Qualitätsmanagement / Leitbild	92
Allgemeine Geschäftsbedingungen	93
Impressum und Datenschutz	94
Anmeldeformular DE und EN	95



Vorträge/Exkursionen/ Kurz-Workshops

Lange Nacht der Demokratie: S. 36-38 | **Mom Brain:** S. 39
Schwerpunkt Finanzen & Vermögen: S. 32-33



Gesellschaft und Leben

Gesellschaftsfragen	36
Persönlichkeitsentwicklung	40
Vorsorge und Unterstützung	41
Mensch und Tier	42
Natur	43
Studium Generale	44
Exkursionen	44



Kultur und Gestalten

Fotografie	46
Literatur	48
Musik	48
Textiles Gestalten	50
Basteln & Werken	50
Malen & Zeichnen	52
Gestalten mit Ton	53
Schafkopf	54



Sprachen und Integration

Englisch	7
Französisch	11
Italienisch	13
Spanisch	14
Arabisch	17
Chinesisch	17
Portugiesisch	18
Russisch	18
Deutsch als Zweitsprache / German classes	19



Beruf und Entwicklung

Berufsfindung - Bewerbung - Berufswechsel	26
Skills - Qualifikation	26
Excel lernen	26
Tastaturschreiben	27



Grundbildung

Prüfungsvorbereitung	30
Übergang von der Schule zum Beruf	31
Geld und Vermögen	32



Gesundheit und Fitness

Kosmetik	57
Gesundheitswissen	58
Kochen	60
Getränkekunde	64
Ladies Day	65
Entspannung & Achtsamkeit & Meditation	66
Yoga	67
Qigong & Taiji	71
smovey	72
Gymnastik	73
Wassergymnastik & Schwimmen	78
Pilates	79
Aerobic	81
Zumba Fitness	81
Selbstverteidigung	82



junge vhs

Bewegung	86
Malen	87
Märchen	87
rund um den Computer	88
Sprachen	89



Induktives Hören – für Hörgeräteträger:innen

In den Räumen der vhs, Badgasse 4, können Sie induktiv hören. Fragen Sie in unserer Geschäftsstelle nach, wenn Sie diese Technik für Ihre Kursteilnahme nutzen möchten. Die vhs verfügt über mobile Induktionsgeräte und informiert Sie gerne.



Vorträge · Exkursionen · Kurz-Workshops

12.09.2026	Der HerzoGarten heilkundlich.....	S. 43
17.09.2026	Offene Gartenstunde im HerzoGarten.....	S. 43
23.09.2026	Gesund durch Heilfasten nach Buchinger.....	S. 58
02.10.2026	Demokratie lesen (ab 4 Jahren).....	S. 36
02.10.2026	Ausstellung: Demokratie als Lebensform.....	S. 37
02.10.2026	Führung durch die Ausstellung: Demokratie als Lebensform.....	S. 37
02.10.2026	Theaterstück: Respekt (ab 12 Jahren).....	S. 37
02.10.2026	Schaden Verschwörungstheorien der Demokratie?.....	S. 38
02.10.2026	Führung durch die Ausstellung: Demokratie als Lebensform.....	S. 38
07.10.2026	Die Traditionelle Chinesische Medizin.....	S. 58
10.10.2026	Dokumentationsort Hersbruck/Happurg.....	S. 44
12.10.2026	Vegane Ernährung im Sport.....	S. 59
14.10.2026	Homöopathie für zuhause.....	S. 59
15.10.2026	Was macht der Hospizverein?.....	S. 41
22.10.2026	Studium Generale (9:00 Uhr).....	S. 44
22.10.2026	Studium Generale (11:00 Uhr).....	S. 44
11.11.2026	Gesellschaft im Gespräch.....	S. 44
18.11.2026	Die Patientenverfügung.....	S. 41
24.11.2026	Mom Brain.....	S. 39
25.11.2026	Gesundheit des Verdauungstraktes und Homöopathie.....	S. 59
22.01.2027	Darmbeschwerden natürlich regulieren.....	S. 60
04.02.2027	Gemeinsam gegen Schmerzen.....	S. 39

ZIELE FÜR NACHHALTIGE ENTWICKLUNG

Wir bekennen uns zu den 17 Zielen für nachhaltige Entwicklung.
Ziel 4: Inklusive, gleichberechtigte und hochwertige Bildung
gewährleisten und Möglichkeiten lebenslangen Lernens für alle
fördern.



vhs-Geschäftsstelle / Office

Anmeldung | Service | Verwaltung / administration

Telefon 09132 901 320 | E-Mail vhs@herzogenaurach.de
 Badgasse 4 . 91074 Herzogenaurach
www.vhs-herzogenaurach.de

Petra Beger Mirjam Dippacher Melanie Kotsias



Leitungsteam / Management

Oliver Kundler 09132 901 323
Dr. Fabienne Geißdörfer 09132 901 324

Öffnungszeiten

Opening-Times

Montag/Monday

10:00 – 12:00 | 15:00 – 17:00 Uhr

Dienstag/Tuesday

10:00 – 12:00 Uhr

Mittwoch/Wednesday

10:00 – 12:00 | 15:00 – 17:00 Uhr

Donnerstag/Thursday

15:00 – 17:00 Uhr

Freitag/Friday

10:00 – 12:00 Uhr

... und nach Vereinbarung.

In den Ferien abweichende Öffnungszeiten.

Herbst | Winter 2026-27

autumn | winter 2026-27

Sept.	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30				

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

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

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

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

Feb.	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21

Unterrichtsfreie Tage

Bitte haben Sie dafür Verständnis, dass
 am letzten Schultag vor den Ferien der
 Nachmittags- und Abendunterricht entfällt.

Sprachen und Integration

Englisch	7
Französisch	11
Italienisch	13
Spanisch	14
Arabisch	17
Chinesisch	17
Portugiesisch	18
Russisch	18
Deutsch als Zweitsprache / German classes	19



Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen

Sprachen öffnen Grenzen

Sie reisen gerne beruflich oder privat ins Ausland, aber Sie sprechen die Landessprache nicht?

Das können wir ändern: mit den qualifizierten Sprachkursen der Bayerischen Volkshochschulen. Wir helfen Ihnen, sich im Ausland besser zurechtzufinden und fremde Menschen und Kulturen besser zu verstehen. Sie lernen, sich in alltäglichen, privaten und beruflichen Situationen zu verständigen.

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen wurde 1997 von Sprachexperten der Mitgliedsländer des Europarates entwickelt. Er ist ein Sprachstufen-System, das die vier Sprachfertigkeiten Hören, Lesen, Sprechen und Schreiben in einem Raster von sechs international vergleichbaren Niveaustufen (A1, A2, B1, B2, C1, C2) festlegt. Die Anwendung dieses Instruments schafft qualitativen Unterricht und mehr Transparenz beim Sprachen lernen in Europa. Die grundlegenden Sprachniveaus sind:

A: Elementare Sprachverwendung, B: Selbstständige Sprachverwendung und C: Kompetente Sprachverwendung.

Man schätzt für jede Stufe einen Lernaufwand von ungefähr 100 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten.

Die sechs Sprachlern-Niveaus im Detail:

GER – A1 Anfänger

Am Ende der A1-Stufe können Sie:

Hören – einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen.

Sprechen – sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen.

Lesen – einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern und Plakaten.

Schreiben – Formulare, z.B. im Hotel ausfüllen.

GER – A2 Grundlegende Kenntnisse

Am Ende der A2-Stufe können Sie:

Hören – einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen.

Sprechen – kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen.

Lesen – kurze einfache Texte, z.B. Anzeigen, Speisekarten verstehen.

Schreiben – kurze Notizen und Mitteilungen abfassen.

GER – B1 Fortgeschrittene Sprachverwendung

Am Ende der B1-Stufe können Sie:

Hören – das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird.

Sprechen – in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben.

Lesen – Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen.

Schreiben – persönliche Briefe schreiben.

GER – B2 Selbständige Sprachverwendung

Am Ende der B2-Stufe können Sie:

Hören – im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird.

Sprechen – sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten.

Lesen – Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen.

Schreiben – detaillierte Texte, z.B. Aufsätze oder Berichte schreiben.

GER – C1 Fachkundige Sprachkenntnisse

Am Ende der C1-Stufe können Sie:

Hören – Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen.

Sprechen – sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken.

Lesen – komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen.

Schreiben – sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben.

GER – C2 Annähernd muttersprachliche Kenntnisse

Am Ende der C2-Stufe können Sie:

Hören – ohne Schwierigkeiten die gesprochene Sprache verstehen.

Sprechen – sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen.

Lesen – jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen.

Schreiben – anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken.



Sprachberatung / Language information day

In der Volkshochschule

Nutzen Sie die Möglichkeit zur Sprachberatung. An diesem Tag ist ein Team aus Sprachdozenten der Sprachen Englisch / Italienisch / Spanisch und Deutsch in der vhs-Geschäftsstelle anwesend. Sie werden Ihnen beim Kurseinstieg behilflich sein und Sie über Kursziele und Lehrmaterial informieren.

Language information day

Do you want to learn German / English / Spanish / Italian, but don't know what course you should take? Then come along to the vhs office on Saturday 12th of September from 10 to 11:30 am. Our teachers will be here to answer.

If you want any further information please come to the vhs office during opening hours or send an email to vhs@herzogenaurach.de. We are looking forward to seeing you.

Julie Kähler / Barbara Harig / Alina Gutarra de Gerhards / Dr. Annalisa Buttazzi • S001.262

**1 Vormittag, 12.09.2026
Samstag, 10:00 - 11:30 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 4, 1. OG
kostenfrei



ENGLISCH

A1 BEGINNERS - ANFÄNGER:INNEN

English for Everyone

ohne Vorkenntnisse

Wir fangen ganz entspannt und mit viel Spaß von vorne an. Dieser Kurs ist interaktiv und konzentriert sich darauf, Sie mühelos zum Sprechen und zum Verstehen zu bringen sowie Vokabeln und Grammatik zu lernen. Alltagssituationen geben uns den Redeanlass zum Einüben dieser großartigen Sprache. Sie werden überrascht sein, wie viel Sie auch schon an Kenntnissen mitbringen, die einfach schon da sind. Lassen Sie sich diese Chance nicht entgehen und lernen Sie mit Lynsey.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Go for it! A1, ISBN 978-3-19-102938-8.

Lynsey Milewski • S100.262

**10 Nachmittage, 28.09.2026
Montag, 16:30 - 18:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 6, 1. OG, 5 - 8 Personen
Entgelt: 114,00 €

English not only for Beginners

Kleingruppe

Nach ca. 50 Unterrichtsstunden

Der Kurs hilft Ihnen, auf Reisen weltweit besser zurechtzukommen. Entdecken Sie, wie Sie sich auf Reisen auf Englisch selbstbewusst ausdrücken können und eröffnen Sie sich damit neue Horizonte. Der Kurs wird auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten und gibt Ihnen das Selbstvertrauen, um in unbekannten Sprachsituationen im Ausland erfolgreich zu sein.

Travelling in foreign countries, interacting with foreign people successfully, are some of the situations that will be practiced during the course. Basic grammar will also be checked as part of the program. Welcome to our English course. Lehrbuch: Hueber Verlag, Go for it! A1, ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-102938-8.

MA. Int. Education Teresa Brunner • S102.262

**10 Vormittage, 21.09.2026
Montag, 09:15 - 10:45 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 6, 1. OG, 5 - 8 Personen
Entgelt: 114,00 €



A2 ELEMENTARY LEVEL - GRUNDSTUFE

English A2.1**nach ca. 100 Unterrichtsstunden**

Die Grundlagen sind gelegt und werden Schritt für Schritt ausgebaut. Wie schön! Steigen Sie gerne mit ein. Wenn Sie wissen wollen, ob der Kurs gut für Sie ist, kommen Sie zur Sprachberatung oder buchen Sie eine Schnupperstunde. Ihre Kursleiterin wird immer sehen, dass sie den Unterricht an die Kenntnisse der Teilnehmenden anpasst. Das macht sie sehr gerne, oder wie sie es ausdrückt "I would gladly do it".

Lehrbuch: Hueber Verlag, Go for it! A2, ab Lektion , ISBN 978-3-19-102939-5.

MA. Int. Education Teresa Brunner • S120.262**10 Vormittage, 25.09.2026****Freitag, 09:15 - 10:45 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 6, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 114,00 €

B1/B2 (UPPER) INTERMEDIATE - MITTELSTUFE

English B1**Small group****nach ca. 200 Unterrichtsstunden**

Learn English in a relaxed atmosphere with fun and laughter. We will continue working with our new course book on B1 level. As usual, our focus is on actively participating in discussions and conversations on a wide range of everyday topics. The course helps you strengthen your ability to express yourself and to expand your vocabulary.

Lehrbuch: Cornelsen Verlag, Easy English Upgrade B1.1 ab Unit 5, ISBN 978-3-06-122721-0.

Ulrike Bartels • S130.262**15 Nachmittage, 24.09.2026****Donnerstag, 16:30 - 17:45 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 142,50 €

Start the Week - English B1**nach ca. 200 Unterrichtsstunden**

Sie besitzen bereits erste Vorkenntnisse in Englisch und möchten nun wieder einsteigen? Ihnen ist dabei aber wichtig, in Ihrem eigenen Tempo zu lernen und sich mit ausreichend Zeit und Muße in die Sprache zu vertiefen?

Dieser Kurs gibt Ihnen dazu die Gelegenheit: Langsam und wohl dosiert werden Sie an die englische Sprache herangeführt. Viele Wiederholungen sorgen dafür, dass Sie sich das Gelernte gut einprägen können. Abwechslungsreiche Übungen und kleine, amüsante Anekdoten sorgen für Spaß und Unterhaltung im Unterricht. Zugleich können Sie auch Ihre eigenen Vorkenntnisse mit einbringen und Ihr Wissen über Land und Leute vertiefen.

Would you like to improve your English language skills and have fun doing so? The aim of this course is to get you talking and to practise everyday English in a fun and relaxed setting.

Lehrbuch: Hueber, At Your Leisure B1, ISBN 978-3-19-302936-2.

Julie Kähler • S132.262**15 Vormittage, 21.09.2026****Montag, 10:30 - 12:00 Uhr**

Mehrzweckhalle, Reuther Weg 6, Weisendorf,
Bürgerstuben, 8 - 10 Personen

Entgelt: 112,50 €

English B1.2**nach ca. 250 Unterrichtsstunden**

Learn English in an enjoyable and relaxed atmosphere. The goal of this course is to help you increase fluency in spoken English, expand your vocabulary and become more confident in the use of basic grammar structures.

Lehrbuch: Cornelsen, Easy English Upgrade B1.2, Unit 6, ISBN 978-3-06-122723-4.

Ulrike Bartels • S133.262**15 Abende, 23.09.2026****Mittwoch, 18:15 - 19:45 Uhr**

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach,
Raum 209, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 112,50 €



English B1.2

nach ca. 280 Unterrichtsstunden

Möchten Sie Ihre Englisch-Vorkenntnisse in lockerer Atmosphäre aufbauen und vertiefen? Dann kommen Sie und schließen Sie sich unserer Gruppe an! Wir lernen Englisch mit Spaß für verschiedene Alltagssituationen.

Lehrbuch: Hueber-Verlag, Go For It! B1, ab Lektion 10, ISBN 978-3-19-002940-2.

Gillian Sauter • S134.262

12 Abende, 22.09.2026

Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 209, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 120,00 €

English B1/B2

nach ca. 280 Unterrichtsstunden

This course is for people with several years of English who can understand normal spoken and written English without great difficulty, and who want to improve vocabulary and grammar skills as well as become more fluent in speaking. The lessons take place in a relaxed and friendly atmosphere with fun and laughter.

Lehrbuch: Klett Verlag, On Point B1+ Intermediate English, ab Unit 5, ISBN 978-3-12-501272-1.

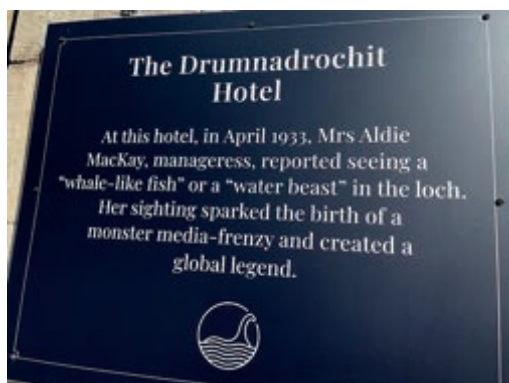
Ulrike Bartels • S135.262

15 Abende, 24.09.2026

Donnerstag, 18:15 - 19:45 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 210, 1. OG, 6 - 12 Personen

Entgelt: 150,00 €



English B1.2

nach ca. 290 Unterrichtsstunden

Would you like to practise and improve your English in a friendly, relaxed atmosphere? We focus mainly on speaking and exchanging ideas with lessons based on texts covering a wide variety of topics.

Lehrbuch: to be decided

Gillian Sauter • S136.262

15 Vormittage, 23.09.2026

Mittwoch, 10:15 - 11:45 Uhr

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16, Herzogenaurach, vhs-Raum, 8 - 10 Personen

Entgelt: 112,50 €

English in the Morning B1/B2

A great way to start the day!

Improve and practise your English language in a relaxed and enjoyable atmosphere. This is a conversational course, but we also use a textbook. We discuss topical issues, read and talk about newspaper articles and other things that interest us. We use the internet to access further materials. A good standard of English is required.

Lehrbuch: wird im Kurs besprochen

Neue Teilnehmer:innen werden herzlich integriert.

Julie Kähler • S137.262

15 Vormittage, 22.09.2026

Dienstag, 08:30 - 10:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4, Herzogenaurach, Raum 4, 1. OG, 7 - 8 Personen

Entgelt: 129,00 €

English B2.1

Upper intermediate

Conversation forms the basis of our lessons but we loosely follow the direction our course book gives us. This group is ideal for all those who want to become more confident in their English skills, extend their vocabulary or refresh their grammar.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Go for it B2, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-202940-0.

**Gillian Sauter • S138.262****12 Vormittage, 23.09.2026
Mittwoch, 08:30 - 10:00 Uhr**Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, vhs-Raum, 5 - 8 Personen

Entgelt: 136,80 €

English B2+

nach ca. 350 Unterrichtsstunden

Practise your English in a friendly group with fun and laughter. On the basis of our course book, we will focus on improving speaking skills and refining our grammar. We will select an English novel to read together, increasing our vocabulary and stimulating discussion in the class.

Lehrbuch: Pearson Education Verlag, Roadmap B2+ . Student's Book and eBook,
ISBN 978-1-292-39313-1.

Dr. Teresa Brannan • S139.262**12 Abende, 06.10.2026
Dienstag, 18:15 - 19:45 Uhr**Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach,
Raum 206, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 136,80 €

CONVERSATION

Conversation English B1+

nach ca. 300 Unterrichtsstunden

Our main focus is on conversation. If you enjoy speaking English and would like to improve your language skills through discussions on all sorts of different topics, come and join our group!

Lehrbuch: Oxford University ELT, Headway: Intermediate. Students's Book with Online Practice, ab Lektion 3, ISBN 978-0-19-452915-0.

Gillian Sauter • S142.262**15 Vormittage, 21.09.2026
Montag, 09:30 - 11:00 Uhr**Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, vhs-Raum, 8 - 9 Personen

Entgelt: 112,50 €

Conversation class B1

Intermediate

If you are looking for a class to learn more vocabulary, and practice speaking English, this conversation class will help you do this. It is a fun and relaxed class and the aim is to get you speaking as much as possible.

Lynsey Milewski • S143.262**15 Abende, 21.09.2026
Montag, 19:50 - 21:20 Uhr**Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach,
Raum 210, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 171,00 €



Conversation B2 upper intermediate

**für Teilnehmer:innen
mit sehr guten Vorkenntnissen**

A warm welcome to those who wish to improve their conversational skills, expand their vocabulary and refresh their grammar. We play games, read articles, and generally have great discussions.

Lehrbuch: to be decided

Lynsey Milewski • S144.262**15 Abende, 21.09.2026
Montag, 18:15 - 19:45 Uhr**Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach,
Raum 210, 1. OG, 8 - 13 Personen

Entgelt: 112,50 €

Lange Nacht der Demokratie: S. 36-38 | **Mom Brain:** S. 39
Schwerpunkt Finanzen & Vermögen: S. 32-33



FRANZÖSISCH

Französisch A1**ohne Vorkenntnisse**

On y va! - Lasst uns beginnen!

Erste Lernziele: sich begrüßen und sich verabschieden, Berufe, Zahlen, Nationalitäten. Sie lernen beim Hören, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren, damit Sie in dieser wunderbaren Sprachmelodie sogleich Worte erkennen und adäquat reagieren können. Starten Sie in Ihre Lernreise.

Lehrbuch: Hueber Verlag, On y va! akt. Ausgabe, Lektion 1, ISBN 978-3-19-103325-5.

Serenella Bolano • S210.262

10 Abende, 23.09.2026

Mittwoch, 19:05 - 20:05 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 203, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 76,00 €

Französisch A1.2**nach ca. 30 Unterrichtsstunden**

Salut.... wir haben die dritte Station unserer Reise in die französische Sprache und Kultur erreicht. Lasst uns gemeinsam weiter lernen und unser Wissen mit neuen Wörtern und Sprechsituationen erweitern. On y va?

Lehrbuch: Hueber Verlag, On y va! akt. Ausgabe, Lektion ca. 5, ISBN 978-3-19-103325-5.

Serenella Bolano • S211.262

15 Abende, 23.09.2026

Mittwoch, 18:00 - 19:00 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 203, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 114,00 €

**Französisch für die Reise:
jede Woche ein Stückchen
besser vorbereitet****für Reisende und Kulturbegiesterte**

Einführung in Sprache und Kultur. Planen Sie eine Reise nach Frankreich oder in ein französischsprachiges Land? Sie erlernen die sprachlichen Grundlagen für einen gelungenen, angenehmen und stressfreien Aufenthalt. Schon bald verständigen

Sie sich sicher in typischen Reisesituationen: vom Begrüßen über das Bestellen im Restaurant und Nach-dem-Weg-Fragen bis zum Buchen einer Unterkunft oder Einkaufen. Wichtige kulturelle Besonderheiten und typische Redewendungen erleichtern Ihnen von nun an den Kontakt mit Einheimischen. Im Mittelpunkt stehen praktische Dialoge und Rollenspiele, die Ihre mündliche Kommunikation fördern - in einer herzlichen und geselligen Atmosphäre.

Voraussetzung: Alle Niveaus vom Anfänger bis A2 sind herzlich willkommen.

Sie wissen nicht, ob der Kurs für Sie geeignet ist? Fragen Sie gerne per Mail nach einer Lösung für sich: vhs@herzogenaurach.de

A. S. Arbaoui • S220.262

10 Abende, 24.09.2026

Donnerstag, 17:30 - 18:30 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 203, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 50,00 €

Französisch für die Reise**KOMPAKT-Workshop - Sprachlevel A1/A2**

Einführung in Sprache und Kultur. KOMPAKT an zwei Samstagen. **Kursbeschreibung vgl. Kurs S220.262**

A. S. Arbaoui • S221.262

2 Vormittage, 16.01.2027 und 23.01.2027

Samstag, 10:00 - 13:15 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4, Raum 1, EG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 50,00 €

Französisch B1**nach ca. 230 Unterrichtsstunden**

Sie sind keine Anfänger:innen mehr. Wenn Sie sprechen, klingt die Sprache und Sie können sich recht gut verständigen. Neue Themen bereichern Ihren Wortschatz und festigen das Gelernte. Lehrbuch: Hueber Verlag, On y va ! B1 - Akt. Ausgabe, ISBN 978-3-19-103354-5.

Ariane Wimmer • S230.262

12 Abende, 19.10.2026

Montag, 17:30 - 19:00 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 203, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 90,00 €



Französisch B1.2

nach ca. 290 Unterrichtsstunden

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer:innen, die die Sprache mit Spaß erlernen oder auffrischen wollen. Wir üben im Tempo der Teilnehmenden das Hörverstehen, die mündliche Kommunikation und das Schreiben von kurzen Texten.

Lehrbuch: wird im Kurs entschieden.

Florence Girault-Sterff • S231.262

**15 Vormittage, 22.09.2026
Dienstag, 08:30 - 10:00 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, vhs-Raum, 8 - 10 Personen

Entgelt: 112,50 €

Französisch B1

Leichte Konversation

Le cours s'adresse aux participants ayant une bonne connaissance de la langue française et qui souhaitent, sans stress, pratiquer la conversation pour les situations de la vie courante. Lectures et articles de journaux nous aident à réviser les structures grammaticales et le vocabulaire.

Florence Girault-Sterff • S240.262

**15 Vormittage, 24.09.2026
Donnerstag, 10:30 - 12:00 Uhr**

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3,
Herzogenaurach, Raum REGIONAL,
1. OG rechts, 8 - 14 Personen

Entgelt: 112,50 €

Französisch C1/C2

Konversationsübungen

Conversation de tous les jours, préparation de voyages, articles de presse, lecture de nouvelles ou de romans, sans oublier quelques révisions de grammaire et de vocabulaire pour vous permettre de mieux vous exprimer et de consolider vos connaissances.

Ariane Wimmer • S241.262

**12 Vormittage, 20.10.2026
Dienstag und Mittwoch, 10:00 - 11:30 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 5, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 136,80 €

Französisch C1

Konversationsübungen

Conversation de tous les jours, préparation de voyages, articles de presse, lecture de nouvelles ou de romans, sans oublier quelques révisions de grammaire et de vocabulaire pour vous permettre de mieux vous exprimer et de consolider vos connaissances.

Ariane Wimmer • S242.262

**10 Abende, 20.10.2026
Dienstag, 18:00 - 19:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 5, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 76,00 €

Deutsch-französische Sprachwoche – Semaine Linguistique

Vom **29. Mai bis 05. Juni 2027** richtet der Freundeskreis Herzogenaurach – Sainte-Luce-sur-Loire e.V. die deutsch-französische Sprachwoche in Herzogenaurach aus. Die vhs gibt einen hierfür konzipierten Deutschkurs. Eine Gruppe Französinen und Franzosen aus der Partnerstadt Sainte-Luce-sur-Loire wird für eine Woche in Herzogenaurach ihre deutschen Sprachkenntnisse verbessern. Vormittags besuchen unsere Gäste den Deutschkurs in der vhs und am Nachmittag werden wir mit ihnen zusammen Ausflüge in die nähere Umgebung machen. Vor der Heimreise ist ein gemeinsamer Abschiedsabend geplant.

Für die Unterbringung der Teilnehmer suchen wir Gastgeber:innen aus Herzogenaurach, die Freude an solch einem Austausch haben.

Französischkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht zwingend erforderlich, da unsere Gäste ja die deutsche Sprache erlernen wollen. Vielleicht wächst bei dieser Begegnung auch der Wunsch, im Jahr 2028 mit zur "Semaine Linguistique" nach Sainte Luce zu fahren und Mitglied im Freundeskreis zu werden - eine wunderbare Möglichkeit zum intensiven Austausch und Erweitern der Sprachkenntnisse.

Nähere Auskünfte bei Vera Gies

Tel. 09132 / 6 38 20 und Informationen zum Freundeskreis unter www.freundeskreis-herzogenste-luce-loire.de



ITALIENISCH

Sprachberatung / Language information day

Nutzen Sie die Möglichkeit zur Sprachberatung am 12.09.2026 von 10 - 11.30 Uhr. An diesem Tag ist ein Team aus Sprachdozenten der Sprachen Englisch / Italienisch / Spanisch und Deutsch in der vhs anwesend. Sie werden Ihnen beim Kurseinstieg behilflich sein und Sie über Kursziele und Lehrmaterial informieren.

Italienisch A1**ohne Vorkenntnisse**

"Oh bella Italia... das war so schön, Limoncello Sprizz, Pasta, Meer und Sonne!" Sie wollen die positiven Gefühle verlängern und bei der nächsten Reise ganz routiniert Ihren Espresso bestellen? Dann starten Sie jetzt mit Francesco Calabrese in die Italienische Sprache. Es lohnt sich.

Lehrbuch: Hueber, Nuovo Espresso A1, Lektion 1, ISBN 978-3-19-105438-0.

Francesco Calabrese • S310.262

15 Abende, 21.09.2026

Montag, 19:05 - 20:35 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 207, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 112,50 €

Italienisch A1.2**nach ca. 60 Unterrichtsstunden**

Sie möchten Ihr Italienisch weiter ausbauen und im Alltag sicherer anwenden? In diesem Kurs üben Sie, von Ihrem Urlaub zu erzählen, über das Wetter zu sprechen und sich in typischen Alltagssituationen auf Italienisch zu verständigen. In der Lektion „Sapori d'Italia“ stehen italienische Spezialitäten sowie Gespräche auf dem Markt und beim Einkaufen im Mittelpunkt.

Voraussetzungen: Kenntnisse im Umfang von etwa 60 Unterrichtsstunden. Der Kurs wird mit den Lektionen 7/8 des Lehrwerks fortgesetzt.

Lehrbuch: Hueber, Nuovo Espresso A1, ab Lektion 7/8, ISBN 978-3-19-105438-0.

Francesco Calabrese • S311.262

15 Abende, 21.09.2026

Montag, 17:30 - 19:00 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 207, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 112,50 €

Italienisch A2**nach ca. 130 Unterrichtsstunden**

Die Gruppe ist schon in der Lage, vieles auf Italienisch mitzuteilen: in verschiedenen Gelegenheiten zurecht kommen, einen Small Talk führen, von der Vergangenheit erzählen... Auch dieses Semester werden wir unseren Wortschatz erweitern und weitere grammatische Strukturen lernen. Wieder- und Quereinsteiger sind herzlich willkommen.

Lehrbuch: Nuovo Espresso 2, ca. ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-225439-0. Führt zu Sprachniveau A2.

Dr. Annalisa Buttazzi • S312.262

12 Abende, 12.10.2026

Montag, 19:00 - 20:30 Uhr

vhs am Burgstaller Weg, Zugang über Burgstaller Weg 2 b, Herzogenaurach, Raum INTER-NATIONAL, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 90,00 €

Ripassiamo! Italienisch A2 vertiefen und wiederholen!**nach ca. 200 Unterrichtsstunden**

Sie haben bereits Italienischkenntnisse auf Niveau A2 und möchten diese auffrischen und festigen? In diesem Kurs wiederholen wir wichtige grammatische Strukturen, erweitern den Wortschatz und üben vor allem das Sprechen in entspannter Atmosphäre. Texte zu Kultur und Alltag in Italien, kurze Videos sowie spielerische Aktivitäten sorgen für Abwechslung und helfen, mehr Sicherheit im mündlichen Ausdruck zu gewinnen.

Ripassiamo insieme!

Il corso è rivolto a chi ha già raggiunto il livello A2 e desidera rinfrescare e migliorare il proprio italiano. Con testi, video e attività di conversazione ripasseremo le strutture grammaticali fondamentali e amplieremo il vocabolario per parlare con più sicurezza.

Materialkosten: 5,00 €, werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

Voraussetzungen: abgeschlossenes Niveau A2.

Petra Beger • S320.262

15 Abende, 24.09.2026

Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 209, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 112,50 €



Italienisch B2

nach ca. 300 Unterrichtsstunden

Continuiamo il nostro "percorso senza libro" prendendo spunto dalla attualità italiana per trascorrere i nostri incontri fra piacevole conversazione e approfondimenti linguistico-grammaticali. Nuovi partecipanti sono sempre benvenuti!

Dr. Annalisa Buttazzi • S330.262

12 Abende, 12.10.2026

Montag, 17:45 - 18:45 Uhr

vhs am Burgstaller Weg, Zugang über Burgstaller Weg 2 b, Herzogenaurach, Raum INTERNATIONAL, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 60,00 €

Italienisch B1 - Konversation

nach ca. 260 Unterrichtsstunden

Temi attuali, esercizi vari, ogni tanto un video ... e tante chiacchiere! Per tutti gli amanti dell'Italia che desiderano migliorare il proprio lessico e ripetere le strutture grammaticali più importanti. Siamo un piccolo gruppo e diamo il benvenuto a nuovi partecipanti!

Dieser Kurs ist für eine Kleingruppe konzipiert.

Lehrbuch / Material: wird im Kurs besprochen.

Gabriele Casu • S341.262

15 Vormittage, 25.09.2026

Freitag, 08:30 - 10:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4, Herzogenaurach, Raum 5, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 171,00 €

Italienisch B1 einfache Konversation

nach ca. 220 Unterrichtsstunden

Desiderate usare la lingua, ampliare il vocabolario e, a volte, ripassare alcuni temi grammaticali? Allora questo corso fa per voi! Conosciamo meglio la società e cultura italiana attraverso letture varie, esercizi di ascolto, ogni tanto un video e altro materiale autentico. In un'atmosfera simpatica e aperta miglioreremo insieme la capacità di espressione.

Lehrbuch / Material: wird im Kurs besprochen.

Gabriele Casu • S342.262

15 Vormittage, 30.09.2026

Mittwoch, 08:30 - 10:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4, Herzogenaurach, Raum 5, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 171,00 €

SPANISCH

Sprachberatung / Language information day

Nutzen Sie die Möglichkeit zur Sprachberatung am 12.09.2026 von 10 - 11.30 Uhr. An diesem Tag ist ein Team aus Sprachdozenten der Sprachen Englisch / Italienisch / Spanisch und Deutsch in der vhs anwesend. Sie werden Ihnen beim Kurseinstieg behilflich sein und Sie über Kursziele und Lehrmaterial informieren.

Language information day

Do you want to learn German / English / Spanish / Italian, but don't know what course you should take? Then come along to the vhs office on Saturday 12th September from 10 to 11.30 am. Our teachers will be here to answer.

Spanisch A1 - am Vormittag

ohne Vorkenntnisse

Entdecken Sie die spanische Sprache mit einer Kursleitung, die ihre Wurzeln in Venezuela hat. Als Muttersprachlerin bringt sie nicht nur ihre Sprache, sondern auch die Lebensfreude, Kultur und Vielfalt Lateinamerikas direkt in den Unterricht.

Freuen Sie sich auf einen lebendigen, praxisnahen Kurs, in dem Sie von Anfang an aktiv sprechen und die Sprache mit Freude anwenden. Authentische Einblicke in Land, Leute und Traditionen machen das Lernen zu einem besonderen Erlebnis – ideal für alle, die Spanisch nicht nur lernen, sondern erleben möchten.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Impressiones A1, Lekt. 1, ISBN 978-3-19-304545-4.

Liseth Carolina Ackermann • S410.262

10 Vormittage, 23.09.2026

Mittwoch, 09:00 - 10:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4, Herzogenaurach, Raum 4, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 114,00 €

Bitte melden Sie sich rechtzeitig für Ihren Kurs an. Please register for your chosen course in good time.



Spanisch A1 - Abendkurs

ohne Vorkenntnisse

Entdecken Sie die spanische Sprache mit einer Kursleitung, die ihre Wurzeln in Venezuela hat. Als Muttersprachlerin bringt sie nicht nur ihre Sprache, sondern auch die Lebensfreude, Kultur und Vielfalt Lateinamerikas direkt in den Unterricht.

Kursbeschreibung vgl. S410.262

Lehrbuch: Hueber Verlag, Impresiones A1, Lekt. 1, ISBN 978-3-19-304545-4.

Liseth Carolina Ackermann • S411.262

**10 Abende, 21.09.2026
Montag, 18:00 - 19:30 Uhr**

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 204, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 75,00 €

Spanisch A1.2

nach ca. 45 Unterrichtsstunden

Der Kurs setzt die Sprachreise fort. Für Lerner:innen mit 45 Stunden Vorkenntnissen. Entdecken Sie eine neue Welt und verbinden Sie sich mit Gleichgesinnten. Ihre Kursleiterin Alina nimmt Sie mit in das Spanische. In diesem Kurs lernen Sie alles, was Sie wissen müssen, um erste Redesituationen zu meistern. In einer Gruppe von maximal 12 Personen erhalten Sie eine gute Basis für Ihre Reise in spanischsprachige Länder.

Lehrbuch: Klett, Con gusto nuevo A1 - Hybride Ausgabe allango, ab Lektion 6, ISBN 978-3-12-514676-1.

Alina Gutarra de Gerhards • S412.262

**10 Abende, 22.09.2026
Dienstag, 19:05 - 20:35 Uhr**

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 210, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 114,00 €

Spanisch A1+ ONLINE

nach ca. 50 Unterrichtsstunden

Ihre Kursleiterin Ana María nimmt Sie sprachlich mit ins Restaurant, zum Shoppen und erklärt Ihnen in vielerlei Redeanlässen die Zahlen ab 100, wie sie bestellen oder Kleidung beschreiben. Kurz: Sie lernen alles, was Sie wissen müssen, um Alltagsbegebenheiten gut zu meistern.

In einer Gruppe von maximal 8 Personen lernen Sie wesentliche Redewendungen für eine gute Sprachbasis für Ihre Reise in spanischsprachige Länder.

Voraussetzung: Vorkenntnisse von ca. 50 Unterrichtsstunden. Sie arbeiten online mit der vhs.cloud.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Impresiones A1, Lektion 9, ISBN 978-3-19-304545-4 und zusätzliches Lernmaterial.

Ana María Fröhling • S413.262

**10 Abende, 23.09.2026
Mittwoch, 18:30 - 19:30 Uhr**

online vhs in der vhs.cloud
max. 8 Personen

Entgelt: 76,00 €



Spanisch - kurz & knackig A1

Schnupperkurs ohne Vorkenntnisse

Hola! Überraschen Sie Kollegen:innen, Freunde und Familie mit Ihrem Spanisch.

Der coole Kurs fürs Wesentliche auf Reisen, kompakt an 2 Terminen. Gibt es das? Ja - auch wenn es Ihnen Spanisch vorkommt.

Materialkosten in Höhe von 6,00 € sind im Kursentgelt enthalten.

Ana María Fröhling • S414.262

**2 Termine, 13.11.2026 und 14.11.2026
Freitag, 18:00 - 20:30 Uhr
und Samstag, 10:00 - 13:15 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4, Herzogenaurach, Raum 6, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 64,00 €

Spanisch A2.1

nach ca. 70 Unterrichtsstunden

Los geht's in die Sprachstufe A2. In diesem Kurs lernen Sie, sich sicherer und spontaner im Alltag auf Spanisch auszudrücken und auch über vergangene oder zukünftige Ereignisse zu sprechen. Sie erweitern Ihren Wortschatz und Ihre Grammatik gezielt, sodass Sie Gesprächen besser folgen und eigene Meinungen, Wünsche und Pläne klar formulieren können. Mit jeder Lektion gewinnen Sie mehr Selbstvertrauen und können Spanisch in immer mehr Situationen aktiv anwenden.

Lehrbuch: Klett, Con gusto nuevo A2. Lektion 1, ISBN 978-3-12-514677-8.



Alina Gutarra de Gerhards • S420.262

**10 Abende, 23.09.2026
Mittwoch, 19:15 - 20:45 Uhr**

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach,
Raum 210, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 114,00 €

Spanisch A2.4

nach ca. 230 Unterrichtsstunden

In den ersten Terminen werden wir das bisher Gelernte wiederholen, mit Texten und Übungen, die zum Gespräch anregen. Anschließend fahren wir mit dem Buch in Einheit 9 fort.
Lehrbuch: Klett-Verlag, Con Gusto nuevo A2, Lektion 9, ISBN 978-3-12-514677-8.

Alina Gutarra de Gerhards • S421.262

**15 Vormittag, 24.09.2026
Donnerstag, 08:30 - 10:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4, Raum 6, 1. OG,
7 Personen

Entgelt: 129,00 €

Spanisch B1.2 - Vormittag

nach ca. 300 Unterrichtsstunden

¿Quieres pasarlo bien? Entonces este es tu curso. Trabajaremos el libro "Con gusto nuevo B1" y paralelamente textos de ECOS, temas actuales y videos. Lo principal es enfatizar la conversación y repasar la gramática. ¡Bienvenido!
Lehrbuch: Klett-Verlag, Con Gusto nuevo B1, ab Lektion 6, ISBN 978-3-12-514684-6.
Der Kurs findet am 18.11. statt.

Alina Gutarra de Gerhards • S430.262

**15 Vormittag, 23.09.2026
Mittwoch, 09:45 - 11:15 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 6, 1. OG, 6 Personen

Entgelt: 150,00 €

Spanisch B2

nach ca. 270 Unterrichtsstunden

¡Explora el mundo del español a través de las noticias más actuales! En este curso de español utilizaremos a parte del libro, textos de periódicos, ECOS y vídeos, para discutir y analizaremos temas

de actualidad. Tendremos conversaciones dinámicas mientras exploramos juntos los eventos más relevantes y debatimos sobre su impacto en nuestra sociedad. ¡Únete a nosotros y descubramos juntos nuevas perspectivas sobre el mundo que te rodea!

Lehrbuch: Klett-Verlag, Con gusto nuevo B2, ab Lektion 4, ISBN 978-3-12-514688-4.

Alina Gutarra de Gerhards • S431.262

**15 Abende, 23.09.2026
Mittwoch, 17:40 - 19:10 Uhr**

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach,
Raum 210, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 171,00 €

Spanisch mit Fokus Ecuador Sprechen auf Reisen

**Jung und jung gebliebene Erwachsene,
Studierende und Berufseinsteiger:innen**

Kursziel: Nach acht Terminen können die Teilnehmenden einfache Alltagssituationen auf Spanisch bewältigen und erhalten **authentische Einblicke in Ecuador** und Lateinamerika.

Spanisch sprechen lernen und **Ecuador entdecken**: In acht abwechslungsreichen Einheiten erwerben Sie erste Sprachkenntnisse für Alltag, Studium und Reisen. Der kommunikative Unterricht verbindet praktische Sprachübungen mit authentischen Einblicken in Kultur, Traditionen und das Leben in Ecuador. Persönliche Geschichten und Erfahrungen des muttersprachlichen Kursleiters machen jede Stunde lebendig und alltagsnah.

Voraussetzungen: Du möchtest kurze spanische Sprachsequenzen erlernen oder auffrischen.
Zielgruppe: Lernende mit bis zu 50 Stunden Vorerfahrung.

Tipp: Dieser Kurs eignet sich hervorragend als Ergänzung zu einem weiteren Spanischkurs.

Hugo David Cáceres Fajardo • S440.262

**8 Abende, 13.10.2026
Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr**

Sie können dienstags nicht? Melden Sie sich bei uns, wir finden eine Lösung.

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach,
Raum 204, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 91,20 €



Spanisch B1

Lectura y conversación

El objetivo de nuestro curso es seguir mejorando la expresión oral de manera dinámica haciendo uso de materiales didácticos como lecturas, textos de actualidad y de interés, entre otros. Por supuesto también repasaremos y profundizaremos aspectos gramaticales. ¡Te esperamos!

Paola Jäger • S441.262

15 Vormittage, 22.09.2026

Dienstag, 10:00 - 11:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 6, 1. OG, 8 - 11 Personen
Entgelt: 112,50 €

Spanisch B2

Conversacion y Gramática

En este curso enfatizaremos los puntos gramaticales más importantes a través de la conversación para que pierdas el miedo a hablar con temas interesantes actuales e históricos. Si esto te interesa, entonces este es el curso para ti. ¡Bienvenido!

Lehrbuch: Klett Verlag: Con gusto nuevo B2, ab
Unidad 7, ISBN 978-3-12-514688-4.

Alina Gutarra de Gerhards • S442.262

15 Abende, 22.09.2026

Dienstag, 17:30 - 19:00 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach,
Raum 210, 1. OG, 4 - 8 Personen
Entgelt: 180,00 €

ARABISCH

Arabisch kompakt - Online

Tagesseminar - kompakt

Sie reisen privat oder beruflich in ein arabischsprachiges Land und kennen die Sprache nicht? Sie benötigen eine kompakte, kurze Einführung in die wichtigsten alltäglichen Redemittel. Sie lernen hier gesprochenes Arabisch für verschiedene typische Situationen.

Nicolas Khoury ist Muttersprachler, dolmetscht bei Gericht und weiß genau, wie er Ihnen das Arabische näher bringt. Er gibt Ihnen außerdem neue und gute Einblicke in die sprachlichen, kulturellen und landeskundlichen Besonderheiten.

Kurszeit 10:00 - 12:00 Uhr und 12:30 - 15:00 Uhr,
30 Minuten Pause.

Material: Umfangreiche Seminarunterlagen werden vom Kursleiter im virtuellen vhs.cloud Raum zur Verfügung gestellt.

Voraussetzung:

Keine Vorkenntnisse der arabischen Buchstaben erforderlich. Onlinekurs in der vhs.cloud.

Nicolas Khoury • S501.262

1 Vormittag, 28.11.2026

Samstag, 10:00 - 15:00 Uhr

online vhs, vhs.cloud, 4 - 10 Personen

Entgelt: 45,00 €



CHINESISCH

Chinesisch Grundstufe A1 HSK1

ohne Vorkenntnisse

Sie planen eine Reise nach China, interessieren sich für die chinesische Kultur oder möchten Chinesischkenntnisse für Studium, Beruf oder geschäftliche Kontakte nutzen? Der Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse und orientiert sich inhaltlich am Niveau HSK 1. HSK ist eine Bezeichnung für einen standardisierten Spracherwerb des Chinesischen.

Sie gewinnen nicht nur sprachliche Sicherheit, sondern auch ein besseres Verständnis für die chinesische Kultur - eine wichtige Grundlage für viele persönliche und berufliche Kontakte.

Ting Wang ist Muttersprachlerin mit langjähriger Unterrichtserfahrung.

Ziel: Alltägliche Kommunikation auf ganz einfachem Niveau.

Wortschatz: ca. 50-100 Vokabeln

Grammatik: einfache Satzstrukturen

Ting Wang • S510.262

15 Abende, 22.09.2026

Dienstag, 18:00 - 19:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 6, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 114,00 €



PORTUGIESISCH

Portugiesisch A1 Online**ohne Vorkenntnisse**

Portugal und Brasilien, Traumländer, nette Menschen und Sie mitten unter Ihnen, Strand und Kultur, Surfspots und Natur. Lernen Sie, wie man sich vorstellt, bedankt, bestellt, reserviert. Sie werden überrascht sein, wie viel Sie ganz schnell und mit wenig Aufwand in kurzer Zeit erlernen können.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Oi, Brasil! aktuell A1, Lektion 1, ISBN 978-3-19-125420-9

Alessandra Gusatto • S570.262**10 Abende, 21.09.2026****Montag, 18:15 - 19:15 Uhr**

online vhs, vhs.cloud, 5 - 8 Personen

Entgelt: 100,00 €

**Portugiesisch B1.3 - Online.
für Teilnehmende mit guten
Vorkenntnissen.****nach ca. 250 Unterrichtsstunden**

Este curso é destinado a alunos que já atingiram o nível B1 do quadro europeu. Neste nível, é possível compreender e utilizar frases do dia a dia, comunicar-se em situações simples e consolidar competências linguísticas para avançar com mais confiança.

Nosso objetivo é adquirir maior autonomia para lidar de forma eficiente com situações comuns do cotidiano. O participante poderá produzir um discurso simples mas articulado e coerente sobre assuntos que lhe são familiares ou do seu interesse. Será capaz de fornecer informações concretas pedidas numa conversa/entrevista/consulta, embora com uma precisão limitada. Será capaz de resumir um conto, um artigo, uma exposição, uma discussão, uma entrevista ou um documentário e dar uma opinião a seu respeito.

Junte-se a nós e consolide as suas competências em português no conforto da sua casa!

Alessandra Gusatto • S571.262**15 Abende, 23.09.2026****Mittwoch, 18:15 - 19:15 Uhr**

online vhs, vhs.cloud, 4 - 8 Personen

Entgelt: 150,00 €



RUSSISCH

Russisch A1 - Online**ohne Vorkenntnisse**

Willkommen zum Russischkurs für Anfänger:innen
Voraussetzung: für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Wir erlernen das russische Alphabet und üben das Lesen der kyrillischen Buchstaben und das Schreiben.

Melden Sie sich jetzt für den Russischkurs an! Bis bald!

Lehrbuch: wird im Kurs entschieden.

Zhanna Wolf • S580.262**10 Abende, 24.09.2026****Donnerstag, 20:10 - 21:10 Uhr**

online vhs, virtuelle vhs, 4 - 8 Personen

Entgelt: 100,00 €

**Russisch A1+ / Online****nach ca. 20 Unterrichtsstunden**

Für Anfänger:innen mit geringen Vorkenntnissen.
Wir lernen weiter das russische ABC, lesen Texte, machen Dialoge zu den Themen, lernen spielerisch Grammatik.

Voraussetzung: Vorkenntnisse von ca. 20 Unterrichtsstunden

Lehrbuch: Hueber Verlag Otlitschno! aktuell A1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-204477-9.

Zhanna Wolf • S581.262**15 Abende, 24.09.2026****Donnerstag, 19:10 - 20:10 Uhr**

online vhs, virtuelle vhs, 4 - 8 Personen

Entgelt: 150,00 €





Russisch A1.3 - Online

nach ca. 80 Unterrichtsstunden

Sie können bereits gut Russisch lesen, schreiben und einfache Dialoge verstehen. Wir üben situationsbezogen die russische Grammatik und den Wortschatz zu den behandelten Themen, lesen Texte über Geschichte und Traditionen.

Im Kurs werden praktisch anwendbare Russischkenntnisse in den Fertigkeiten Sprechen, Hören, Lesen, Schreiben vermittelt. Der Schwerpunkt liegt dabei auf Kommunikation, sodass man sich schnell in den wichtigsten Alltagssituationen verständigen kann.

Lehrbuch: wird im Kurs entschieden.

Zhanna Wolf • S582.262

15 Abende, 24.09.2026
Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr

online vhs, virtuelle vhs, 4 - 8 Personen

Entgelt: 150,00 €



DEUTSCH ALS ZWEITSPRACHE /
GERMAN CLASSES

PRÜFUNG DEUTSCH SPRACHE

Prüfung Deutsch B1 im Oktober

telc Zertifikat

Warum B1-Prüfung?

Für den Beruf (Ausbildung), für den Alltag (Familienmanagement), für die mögliche Einbürgerung in Deutschland brauchen Sie ausreichende Deutschkenntnisse. Diese können Sie mit einem B1-Zertifikat nachweisen.

Anmeldung? Persönlich in der vhs.
ANMELDESCHLUSS: 21.09.2026

Teilnehmer:innen, die zwischen März 2026 und September 2026 einen Deutschkurs oder die Prüfungsvorbereitung bei uns besuchen, zahlen nur 145,00 € für die Prüfung.

vhs Team • S901.262

1 Termin, 17.10.2026
Samstag, 08:00 - ca. 16:00 Uhr

vhs am Burgstaller Weg, Herzogenaurach, Raum INTERNATIONAL, 1. OG, max. 20 Personen

Entgelt: 175,00 €

Vorbereitung Prüfung Deutsch B1 telc Zertifikat

**für Teilnehmer:innen der Prüfung am
17.10.2026**

Sie erfahren alles zur Prüfung: Prüfungsteile, Ablauf und Strategie. Sie sehen eine Probeprüfung.

Sie lernen die anderen Teilnehmer:innen kennen. Sie können Fragen stellen. Sie sehen eine Prüfung zur Probe (Mock Test). Sie erhalten umfangreiches Material.

Teilnehmer:innen der Prüfungsvorbereitung zahlen für die B1-Prüfung 145 € statt 175 €.

Natalia Chamanova • S901V.262

1 Vormittag, 10.10.2026
Samstag, 09:30 - 12:30 Uhr

vhs am Burgstaller Weg, Herzogenaurach, Raum INTERNATIONAL, 1. OG, 3 - 20 Personen

Entgelt: 38,00 €

Prüfung Deutsch B1 im Februar 2027

telc Zertifikat

Warum B1-Prüfung?

Für den Beruf (Ausbildung), für den Alltag (Familienmanagement), für die mögliche Einbürgerung in Deutschland brauchen Sie ausreichende Deutschkenntnisse. Diese können Sie mit einem B1-Zertifikat nachweisen.

Anmeldung? Persönlich in der vhs.
ANMELDESCHLUSS: 25.01.2027

Teilnehmer:innen, die zwischen September 2026 und Februar 2027 einen Deutschkurs oder die Prüfungsvorbereitung bei uns besuchen, zahlen nur 145,00 € für die Prüfung.

vhs Team • S902.262

1 Termin, 20.02.2027
Samstag, 08:00 - ca. 16:00 Uhr

vhs am Burgstaller Weg, Herzogenaurach, Raum INTERNATIONAL, 1. OG, max. 20 Personen

Entgelt: 175,00 €



Vorbereitung Prüfung Deutsch B1 telc Zertifikat

für Teilnehmer:innen der Prüfung am 20.02.2027

Sie erfahren alles zur Prüfung: Prüfungsteile, Ablauf und Strategie. Sie sehen eine Probeprüfung.

Sie lernen die anderen Teilnehmer:innen kennen. Sie können Fragen stellen. Sie sehen eine Prüfung zur Probe (Mock Test). Sie erhalten umfangreiches Material.

Teilnehmer:innen der Prüfungsvorbereitung zahlen für die B1-Prüfung 145 € statt 175 €.

Natalia Chamanova • S902V.262

1 Vormittag, 13.02.2027

Samstag, 09:30 - 12:30 Uhr

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3, Herzogenaurach, Raum REGIONAL, 1. OG rechts, 3 - 20 Personen

Entgelt: 38,00 €

A1 ANFÄNGER:INNEN - BEGINNERS

Sprachberatung / Language information day

Nutzen Sie die Möglichkeit zur Sprachberatung am **12.09.2026 von 10 - 11.30 Uhr**. An diesem Tag ist ein Team aus Sprachdozenten der Sprachen Englisch / Italienisch / Spanisch und Deutsch in der vhs anwesend. Sie werden Ihnen beim Kurseinstieg behilflich sein und Sie über Kursziele und Lehrmaterial informieren.

Language information day

Do you want to learn German / English / Spanish / Italian, but don't know what course you should take? Then come along to the vhs office on

Saturday 12th September from 10 to 11.30 am.

Our teachers will be here to answer.

Deutsch als Zweitsprache A1.1 und A1.2

Kursziel: in 16 Wochen und 100 Stunden zu Sprachlevel A1

Voraussetzung: Für Teilnehmer:innen ohne Kenntnisse der deutschen Sprache.

Kursziel: In 16 Wochen und 100 Stunden erreichen sie das Sprachlevel A1. Sie können danach die A1-Prüfung machen.

Der Kurs startet im September und endet im Januar 2027.

This course is for absolute beginners.

Ce cours s'adresse à des apprenants débutants,

n'ayant aucune connaissance de la langue allemande.

Acest curs se adreseaza participan?ilor care nu au cuno?tin?e de limba germana.

Questo corso è adatto a persone che non parlano per niente tedesco.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Miteinander! Deutsch für Alltag und Beruf A1.1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-001891-8.

Ganna Riabenko • S910.262

28 Abende, 21.09.2026

Montag und Mittwoch, 17:00 - 19:45 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 208, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 385,00 €

Deutsch als Zweitsprache A1.1

Kursziel: 50% von Sprachlevel A1

Dein Start in die deutsche Sprache.

Du hast nur Zeit bis November? Dann buche diesen A1.1-Kurs.

Kursziel: In 50 Stunden erreichst du 50% des Sprachlevels A1.

Voraussetzung:

Für Teilnehmer:innen ohne Kenntnisse der deutschen Sprache.

This course is for absolute beginners.

Ce curs s'adresse à des apprenants débutants, n'ayant aucune connaissance de la langue allemande.

Acest curs se adreseaza participan?ilor care nu au cuno?tin?e de limba germana.

Questo corso è adatto a persone che non parlano per niente tedesco.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Miteinander! Deutsch für Alltag und Beruf A1.1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-001891-8.

Ganna Riabenko • S9101.262

14 Abende, 21.09.2026

Montag und Mittwoch, 17:00 - 19:45 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 208, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 199,00 €

Deutsch als Zweitsprache A1.2 startet im November

Kursziel: Sprachlevel A1

Du hast schon 50 Unterrichtsstunden Deutsch gelernt?

Dann buche diesen Kurs und beende das Sprach-



level A1 bis Februar.

Voraussetzung: Abgeschlossenes Sprachniveau A1.1, nach ca. 50 Unterrichtsstunden.
Kursziel: Sie erreichen wahrscheinlich das Sprachniveau A1. / You reach probably the Level A1.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Miteinander! Deutsch für Alltag und Beruf A1.2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-501891-3.

Ganna Riabenko • S9102.262

**14 Abende, 16.11.2026
Montag und Mittwoch, 17:00 - 19:45 Uhr**

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 208, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 199,00 €

A2 GRUNDSTUFE - ELEMANTARY LEVEL

Deutsch als Zweitsprache A2.1 und A2.2

**Kursziel:
in nur 100 Stunden zu Sprachlevel A2**

Voraussetzung: Abgeschlossenes Sprachniveau A1, nach ca. 100 Unterrichtsstunden.
Start in das Sprachniveau A2.
Kursziel: Sie erreichen bis Februar das Sprachlevel A2.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Miteinander! Deutsch für Alltag und Beruf A2.1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-001893-2

Es besteht die Möglichkeit, dass einzelne Kurs- termine nach Absprache mit den Teilnehmenden online über Zoom stattfinden.

Irina Ivanovich • S920.262

**28 Abende, 21.09.2026
Montag und Mittwoch, 17:30 - 20:15 Uhr**

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 206, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 385,00 €

Deutsch als Zweitsprache A2.1

Kursziel: 50% von Sprachlevel A2

Voraussetzung: Abgeschlossenes Sprachniveau A1, nach ca. 100 Unterrichtsstunden.

Start in das Sprachniveau A2.

Kursziel: Sie erreichen 50% des Sprachlevels A2.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Miteinander! Deutsch für Alltag und Beruf A2.1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-001893-2.

Irina Ivanovich • S9201.262

**14 Abende, 21.09.2026
Montag und Mittwoch, 17:30 - 20:15 Uhr**

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 206, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 199,00 €

Lehrbücher, Lieblingsländer-
Reiseführer und Lektüre gibt's bei



Wir freuen uns wie verrückt auf Sie!!

**Ihr Team von
Bücher, Medien & mehr**
Hauptstraße 18
91074 Herzogenaurach

Telefon: 09132 – 4383 + Mail:
info@buecher-medien-und-mehr.de







Deutsch als Zweitsprache A2.2 startet im November

Kursziel: Sprachlevel A2

Voraussetzung: Abgeschlossenes Sprachniveau A1, sowie A2.1, nach ca. 150 Unterrichtsstunden.
Kursziel: Sie erreichen wahrscheinlich das Sprachniveau A2. / You reach probably the Level A2.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Miteinander! Deutsch für Alltag und Beruf A2.2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-501893-7.

Irina Ivanovich • S9202.262

14 Abende, 16.11.2026

Montag und Mittwoch, 17:30 - 20:15 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 206, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 199,00 €

B1 MITTELSTUFE

Deutsch als Zweitsprache B1.1 und B1.2

Kursziel: Sprachlevel B1

Voraussetzung: Abgeschlossenes Sprachniveau A1 und A2, nach ca. 200 Unterrichtsstunden.

Kursziel: Bei regelmäßiger Teilnahme erreichen Sie das Sprachniveau B1.

Sie können im Februar 2027 zur B1-Prüfung.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Miteinander! Deutsch für Alltag und Beruf B1.1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-001895-6.

Julia Hermann • S930.262

30 Abende, 21.09.2026

Montag und Mittwoch, 17:00 - 19:45 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 205, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 412,50 €

Deutsch als Zweitsprache B1.2 startet im November

Kursziel: Sprachlevel B1

Voraussetzung: Abgeschlossenes Sprachniveau A1 und A2, sowie B1.1, nach ca. 250 Unterrichtsstunden.

Sie lernen Teil 2 des Sprachlevels B1.

Kursziel: Sie erreichen wahrscheinlich das Sprach-

niveau B1. Sie können im Februar die B1-Prüfung machen.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Miteinander! Deutsch für Alltag und Beruf B1.2, ISBN 978-3-19-501895-1.

Julia Hermann • S9302.262

15 Abende, 23.11.2026

Montag und Mittwoch, 17:00 - 19:45 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach, Raum 205, 1. OG, 1 - 4 Personen

Entgelt: 206,25 €

Deutsch als Zweitsprache B1.1 und B1.2 ONLINE

Kursziel: Sprachlevel B1

Der Kurs findet online statt in der vhs.cloud.

Voraussetzung: Abgeschlossenes Sprachniveau A1 und A2, nach ca. 200 Unterrichtsstunden.

Kursziel: Bei regelmäßiger Teilnahme erreichen Sie das Sprachniveau B1.

Sie können im Februar 2027 zur B1-Prüfung.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Miteinander! Deutsch für Alltag und Beruf B1.1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-001895-6.

Natalia Chamanova • S930Z.262

30 Abende, 21.09.2026

Montag und Mittwoch, 17:00 - 19:45 Uhr

online vhs, vhs.cloud, 8 - 12 Personen

Entgelt: 412,50 €



B2 HOHE MITTELSTUFE

Deutsch als Zweitsprache B2.1

Kursziel: 50% des Sprachlevels B2

Voraussetzung: Abgeschlossenes Sprachniveau A1, A2 und B1, nach ca. 300 Unterrichtsstunden.
Start in das Sprachniveau B2.

Kursziel: Sie erreichen voraussichtlich 50% des Sprachlevels B2.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Sicher! Aktuell B2.1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-641207-9.



Irina Ivanovich • S940.262

28 Abende, 22.09.2026

Dienstag und Donnerstag, 17:30 - 19:45 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach,
Raum 205, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 315,00 €

Deutsch als Zweitsprache B2.1 Plus+

Kursziel: Sprachlevel B2.1

Im Kurs werden mündliche Kompetenzen trainiert, indem insbesondere Themen aus den B2 Prüfungen als Grundlage für die Konversation genutzt werden.

Voraussetzung: Abgeschlossenes Sprachniveau A1, A2, B1, sowie B2.1, nach ca. 350 Unterrichtsstunden. Dieser Kurs ist die Fortsetzung aus dem Sommersemester.

Lehrbuch: Hueber Verlag. Sicher! Aktuell B2.1, **ab Lektion 5**, ISBN 9783196212075.

Einzelne Kurstermine können nach Absprache mit den Teilnehmenden online über Zoom stattfinden.

Natalia Chamanova • S941.262

27 Abende, 23.09.2026

Montag und Mittwoch, 20:00 - 21:00 Uhr

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach,
Raum 204, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 135,00 €

Marion Fellermeier • S923.262

8 Vormittage, 09.11.2026

Montag, 10:00 - 11:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 5, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 81,00 €

B1+ / B2 Konversation - Online

Kursfokus: Sprechen!

Voraussetzung: Abgeschlossenes Sprachniveau A1, A2 und B1, nach ca. 300 Unterrichtsstunden. Kursziel: spontanes Sprechen, grammatisch korrekt und in Haupt- und Nebensätzen. Diese drei Kriterien sind entscheidend bei jeder mündlichen Deutschprüfung.

Verbessere deine Sprachkenntnisse und spreche sicherer im Alltag.

Praxisnahe Themen wie Nachbarn, Wohnungssuche, Vorstellungsgespräche, Kinder sind die Grundlage und ein guter Einstieg.

Tipp: buche diesen Kurs zusätzlich zu einem anderen Deutschkurs dazu, denn dies ist die perfekte Ergänzung.

Natalia Chamanova • S944.262

8 Nachmittage, 09.10.2026

Freitag, 14:30 - 16:00 Uhr

online vhs, online, 4 - 8 Personen

Entgelt: 120,00 €



KONVERSATION KURSZIEL SPRECHEN

A2 Konversation Deutsch

Fokus: Sprechen auf Sprachlevel A2

Voraussetzung: Abgeschlossenes Sprachniveau A1 und A2, nach ca. 150-200 Unterrichtsstunden.

Sie sind hier richtig, wenn Sie das Sprechen und die Aussprache trainieren wollen.

Das Sprachlevel der Teilnehmenden ist A2.

In einer kleinen, freundlichen Gruppe üben wir Deutsch in wertschätzender Atmosphäre. Wir lesen kurze Texte, hören Dialoge und verstehen die wichtigsten Inhalte. Danach sprechen wir zusammen und nutzen Deutsch aktiv.

Lehrbuch: Hueber Verlag, Hören & Sprechen A 2, ISBN 978-3-19-897493-3.

Allgemeiner Integrationskurs

Die vhs Herzogenaurach ist Integrationskursträger seit 2016 -

Informationen zu unseren Integrationskursen sind auf der Webseite der vhs Herzogenaurach: www.vhs-herzogenaurach.de

Integrationskurse werden vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (www.bamf.de) gefördert. Sie beenden den Allgemeinen Integrationskurs mit zwei Prüfungen und erhalten das Zertifikat Integrationskurs.

Wir beraten Sie gerne. Schreiben Sie uns eine E-Mail an vhs@herzogenaurach.de



B1+ Konversation - Online

Kursfokus: Sprechen-Üben für die B1 Prüfung

Voraussetzung:

Abgeschlossenes Sprachniveau A1, A2 und B1, nach ca. 300 Unterrichtsstunden.

Kursziele:

du lernst spontan zu sprechen, grammatisch korrekt und in Haupt- und Nebensätzen. Diese drei Kriterien sind entscheidend bei jeder mündlichen Deutschprüfung. Du lernst außerdem die Unterhaltung mit einem Gesprächspartner. Diese Fähigkeit ist ein wesentlicher Teil der Prüfung. Wenn du das kannst, bekommst du viele Prüfungspunkte.

Kursinhalt:

Praxisnahe Themen wie Nachbarn, Wohnungssuche, Vorstellungsgespräche, Kinder sind die Grundlage und ein guter Einstieg. Das Sprechen wird aktiv gefördert, durch das häufige Anwenden der deutschen Sprache lernst du typische Redewendungen und bekommst durch die Übung immer mehr Sicherheit beim Sprechen. Deine Sprache wird authentischer und nähert sich mehr und mehr dem natürlichen Sprechen an.

Melde dich jetzt an und werde sprachlich fit für die Prüfung!

Tipp: buche diesen Kurs zusätzlich zu einem ande-

ren Deutschkurs dazu, denn dies ist die perfekte Ergänzung. Die kleine Teilnehmergruppe und das Online-Format garantieren, dass viel gesprochen wird.

Natalia Chamanova • S945.262

8 Nachmittage, 11.12.2026

Freitag, 14:30 - 16:00 Uhr

online vhs, online, 4 - 8 Personen

Entgelt: 120,00 €



We do not send confirmation of course registration, but we will notify you if a course is already full or is cancelled.

Vom Profi aus einer Hand

Wir füllen Ihr neues Bett gerue nach Ihrem persönlichen Wärmebedarf.

- Daunenbetten aus eigener Herstellung
- Allergiebetten
- Matratzen + Lattenroste
- Bettenreinigung
- Marken-Bettwäsche
- Marken-Nachtwäsche

Welker Schlafkultur
die Betten- & Wascheprofis

Schlafsysteme nach Maß

Hauptstr. 51 • 91074 Herzogenaurach • Tel.: 0 91 32 - 47 87
Di - Fr 9 - 18 Uhr • Sa 9 - 13 Uhr • Montag Ruhetag

Kostenlose Parkplätze im Hof, Einfahrt Steggasse

P

Beruf und Entwicklung

Berufsfindung - Bewerbung - Berufswechsel	26
Skills - Qualifikation	26
Excel lernen	26
Tastschreiben	27





BERUFSFINDUNG - BEWERBUNG - BERUFSWECHSEL

Das Angebot Bewerbungscoaching **für Schüler:innen** sehen Sie auf Seite 31.

Persönliches Coaching für Berufswechsler:innen und Berufseinsteiger:innen

Sie denken über einen beruflichen Wechsel nach?

Wir bieten Ihnen eine professionelle Analyse und Unterstützung bei Ihrer nächsten Bewerbung. Das persönliche Coaching ist eine intensive und absolut vertrauliche Beratung zwischen Ihnen und unserem erfahrenen Coach. Anzahl und Thematik der Gespräche bestimmen Sie selbst (von der Stellenakquise bis zur eigenen Präsentation - inkl. Videoauswertung).

Ihr Coach ist Diplombetriebswirtin (FH) und arbeitet als Personalleiterin in einem international tätigen Unternehmen. Sie entwickelt und begleitet Assessment Center und führt Beratungen für Mitarbeiter:innen und Führungskräfte in allen Fragen der Personalentwicklung durch.

Das Einzelcoaching findet in den Räumen der vhs, oder in einem digitalen Teams Meeting statt.

Ingrid Schaefer • B220.262

Fortlaufende individuelle Terminvereinbarung möglich. Individuelle Uhrzeit und Dauer nach Vereinbarung mit Ihrem Coach.

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4

Entgelt: 47,00 € pro 45 Minuten

Die lange Nacht der Demokratie findet in zahlreichen Städten – zeitgleich – am Vorabend zum Tag der Deutschen Einheit statt. Zum ersten Mal sind wir hier in Herzogenaurach mit dabei. Wir wollen diskutieren und zuhören, wir wollen Musik und Kultur genießen und **unsere demokratischen Freiheiten bewusst werden.**

SKILLS - QUALIFIKATION

Klarer sehen mit Sketchnotes

**Mehr Struktur. Mehr Übersicht.
Mehr Aha-Momente.**

In diesem 90-Minuten-Sketchnote-Crashkurs entdecken Sie, wie visuelles Denken Ihre Notizen klarer, Ihre Ideen greifbarer und Ihre Präsentationen lebendiger macht - ganz ohne zeichnen können zu müssen. Mit einfachen Symbolen und verständlichen Schritten bauen Sie Ihre eigene visuelle Struktur auf und lernen, Informationen kreativ und logisch darzustellen. Der perfekte Einstieg in eine neue, bildstarke Art zu denken und zu kommunizieren.

• **B310.262**

**1 Abend, 19.11.2026
Donnerstag, 17:00 - 18:30 Uhr**

online vhs, 4 - 12 Personen

Entgelt: 15,00€



EXCEL LERNEN

Voraussetzung für alle Excel-Kurse: Du solltest mit den Grundlagen der PC-Nutzung vertraut sein und die Grundlagen der Software Microsoft Word gut kennen.

Excel-Grundlagen-Basiskurs

**für Teilnehmer:innen mit PC-Erfahrung
und junggebliebene Erwachsene**

Egal, ob du Excel-Anfänger:in bist oder bereits etwas Erfahrung hast, wir gehen auf das Tempo der Gruppe ein und passen die Inhalte den Lernbedürfnissen an. Du wirst erstaunt sein, welche Fortschritte du machst.

Egal, ob du berufliche Ziele verfolgst, deine Finanzen besser verwalten möchtest oder einfach nur neugierig auf Excel bist: Unser Ziel ist es, dass du am Ende des Kurses mit neuen Excel-Fähigkeiten herausgehst.

Alexandra Goller • B103.262

**3 Abende, 05.10.2026
Montag, 17:00 - 18:30 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 5 - 10 Personen

Entgelt: 45,00 €



Excel - 1 Termin, 1 Thema: Formeln

für Teilnehmer:innen mit PC-Erfahrung

In diesem Kurs erlernst du, wie du Formeln in Excel-Tabellen sinnvoll anwendest.

Formeln sind in Excel sehr mächtig, weil sie es dir ermöglichen, Berechnungen automatisch durchzuführen. Anstatt jeden Wert manuell zu addieren, subtrahieren oder vergleichen, kannst du Formeln verwenden, um diese Aufgaben zu automatisieren. Das spart Zeit, minimiert Fehler und ermöglicht es, Daten effizienter zu analysieren. Schwierig sind sie nicht.

Alexandra Goller • B104.262

1 Abend, 26.10.2026

Montag, 17:00 - 18:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 5 - 10 Personen

Entgelt: 20,00 €

Excel - 1 Termin, 1 Thema: SVerweis

für Teilnehmer:innen mit PC-Erfahrung

Du lernst an diesem Termin, wie du innerhalb einer sehr großen Exceltabelle mit Hilfe des sogenannten SVerweises die Daten durchsuchen lässt, damit du möglichst schnell eine Antwort findest. Somit ist der SVerweis eine Möglichkeit, die Tabelle möglichst effizient zu nutzen. Das spart Zeit und Nerven.

Alexandra Goller • B105.262

1 Abend, 16.11.2026

Montag, 17:00 - 18:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 5 - 10 Personen

Entgelt: 20,00 €

Excel - 1 Termin, 1 Thema: Pivottabelle

für Teilnehmer:innen mit PC-Erfahrung

Du lernst an diesem Termin, große Datenmengen einer Exceltabelle neu zu sortieren, um aus dem Ergebnis qualifizierte Entscheidungen treffen zu können. Stell dir vor, du hast eine Liste von Menschen und ihren Kleidungsstücken: Hüte, T-Shirts, Pullover und vieles mehr. Die Liste ist riesig und du möchtest wissen, welches Kleidungsstück am

beliebtesten ist. Die Pivot-Tabelle hilft dir, die Liste so zu organisieren, dass du ganz leicht sehen kannst, welche Kleidungsstücke die meisten Leute in welcher Anzahl besitzen. Im privaten Bereich, könntest du deine Haushaltsausgaben analysieren: Wofür und wie häufig gibst du für etwas Geld aus.

Alexandra Goller • B106.262

1 Abend, 23.11.2026

Montag, 17:00 - 18:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 5 - 10 Personen

Entgelt: 20,00 €

TASTSCHREIBEN

Computerschreiben mit 10 Fingern

für Erwachsene

Mit einer neuartigen Methode lernen Sie an nur zwei Terminen, das Tastenfeld eines Computers mit allen Fingern zu bedienen, ohne hinzusehen. Es handelt sich um einen ganzheitlichen mentalen Ansatz. Es wird nicht nur der Tastsinn angesprochen, sondern es werden viele Sinne aktiviert. Sie prägen sich die Lage der einzelnen Buchstaben schnell ein. Kein stures Einhämmern auf Tasten und keine frustrierenden Wiederholungen.

Schulungsunterlagen in Höhe von 15,00 € sind Voraussetzung für den Kurs und im Kursentgelt bereits enthalten.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, Getränk, Pausensnack

Alexandra Goller • B108.262

2 Nachmittage, 05.11. und 06.11.2026

Donnerstag und Freitag, 13:00 - 16:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 5 - 10 Personen

Entgelt: 75,00 €

Tastschreiben für Schüler:innen und Computerkurse wie Excel, Powerpoint und Internetrecherche für junge Leute finden Sie hinten im Heft bei **junge vhs** ab Seite 85.

XPERT BUSINESS LERNNETZ

Das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatssystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen.

Flexibel bleiben: Online lernen und mit Aufzeichnungen den Stoff vertiefen, festigen und wiederholen.

Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau.

In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich. Und das Beste: Einen abgeschlossenen Kursbaustein können Sie sogar in mehrere Abschlüsse einbringen.

Credit-Points fürs Studium

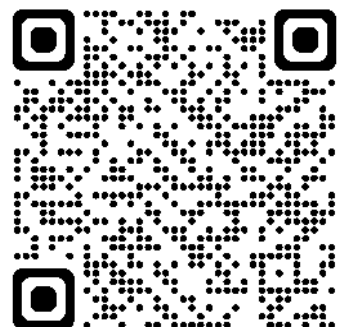
An vielen Hochschulstandorten und Kammern werden für Xpert Business-Abschlüsse wertvolle Credit-Points fürs Studium angerechnet. So z.B. an 31 Standorten der FOM-Hochschule, mehreren Handwerkskammern und bundesweit an der Euro-Fernhochschule. Genaue Informationen über Hochschul- und Kammer-Anerkennungen und Credit-Points erhalten Sie auf der Xpert Business-Webseite (<http://www.xpert-business.eu/hochschule>).

Zu allen Xpert-Business-Kursen lesen Sie bitte weitere und ausführliche Informationen auf www.vhs-herzogenaurach.de Suchwort: xpert

Kursübersicht Xpert-Kurse im Herbst 2026

Kursstart am 2. November 2026

B700	Techniktest für alle Xpert Business LernNetz-Kurse
B701	Finanzbuchführung 1
B702	Finanzbuchführung 2
B703	Finanzbuchführung mit DATEV
B704	Lohn und Gehalt 1
B705	Lohn und Gehalt 2
B706	Lohn und Gehalt mit DATEV
B707	EÜR - Einnahmen-Überschussrechnung
B708	Kosten- und Leistungsrechnung
B710	Bilanzierung
B711	Controlling
B712	Betriebliche Steuerpraxis
B713	Personalwirtschaft



Grundbildung

Prüfungsvorbereitung	30
Übergang von der Schule zum Beruf	31
Geld und Vermögen.	32



PRÜFUNGSVORBEREITUNG

Abitur - Prüfungsvorbereitung im Fach Mathematik

**für Abiturient:innen der
13. Jahrgangsstufe**

Abiturfach Mathematik, Prüfung am **05.05.2027**

Der Kurs begleitet Schüler:innen des Abitur-Jahrgangs 2026/27 bei der Vorbereitung auf die verpflichtende schriftliche Abiturprüfung im Fach Mathematik. Der Kurs ist darauf ausgelegt, die Grundlagen aus der 12. Jahrgangsstufe sowie aktuelle Themen zu erarbeiten und im Hinblick auf das neue G9er-Abitur aufzubereiten.

Ziel des Kurses ist es, den Teilnehmer:innen einen realistischen Eindruck der Abiturprüfung zu vermitteln.

Die relevanten Inhalte der Teilgebiete Analysis, analytische Geometrie sowie Stochastik werden zunächst theoretisch wiederholt und darauf aufbauend in beispielhaften Aufgaben angewandt. Dabei soll die Schwierigkeit der Aufgaben auf die Abiturprüfung vorbereiten und insbesondere auch unter realistischen Zeitangaben bewältigt werden.

Materialkosten (Kopien) werden mit dem Kursleiter abgerechnet.

Alexander Allousch • V401.262

**10 Abende, 22.10.2026
Donnerstag, 17:30 - 19:00 Uhr**

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach,
Raum 206, 1. OG, 5 - 12 Personen

Entgelt: 97,00 €

Abitur - Prüfungsvorbereitung im Fach Mathematik

**für Abiturient:innen der
13. Jahrgangsstufe**

Abiturfach Mathematik, Prüfung am **05.05.2027**

Weiterführung des voran genannten Kurses.

Alexander Allousch • V402.262

**10 Abende, 28.01.2027
Donnerstag, 17:30 - 19:00 Uhr**

Realschule, Burgstaller Weg 3, Herzogenaurach,
Raum 206, 1. OG, 5 - 12 Personen

Entgelt: 97,00 €

Abitur - Prüfungsvorbereitung im Fach Französisch

**für Abiturient:innen der
13. Jahrgangsstufe**

Prüfungsvorbereitung im Fach Französisch
(Schriftlich & Mündlich)

für Abiturient:innen der 13. Jahrgangsstufe
Prüfung im **Mai 2027**

Der Kurs begleitet Schülerinnen des Abitur-Jahrgangs 2026/27 des Gymnasiums bei der Vorbereitung auf die schriftlichen und mündlichen Abiturprüfungen im Fach Französisch.

Wir werden die Grundlagen aus der 12. Jahrgangsstufe sowie aktuelle Themen erarbeiten. Ziel ist es, den Teilnehmer:innen eine stressfreie und bewusste Vorbereitung auf ihr Französisch-Abitur zu ermöglichen. Der Fokus des schriftlichen Teils liegt auf dem vertieften Textverständnis (Compréhension écrite) und dem strukturierten Verfassen eines argumentativen Textes (Commenaire/Analyse). Für die mündliche Prüfung stehen der mündliche Ausdruck, die Interaktion sowie die flüssige Präsentation kultureller oder literarischer Themen im Vordergrund. Diese Methoden werden zunächst theoretisch wiederholt und darauf aufbauend in beispielhaften Aufgaben angewendet.

Für Frühjahr 2027 ist eine Fortsetzung geplant.

Je normaler es für dich wird, einfach Französisch zu sprechen, desto leichter fällt dir die mündliche Prüfung. Sprechen lernt man nur durch Sprechen. Hier hast du die Chance dazu.

A. S. Arbaoui • V403.262

**8 Vormittage, 24.10.2026
Samstag, 10:00 - 11:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 51,75 €

Englisch und Chinesisch für Schüler:innen, auch zur Prüfungsvorbereitung, finden Sie bei **junge vhs** auf **Seite 88**. Sie haben Fragen zu den Kursen? Zögern Sie nicht, schreiben Sie uns eine E-Mail an vhs@herzogenaurach.de

ÜBERGANG VON DER SCHULE ZUM BERUF

Persönliches Bewerbungscoaching für Schüler:innen und Schulabgänger:innen

Die richtige Bewerbung für einen Ausbildungsplatz

Wir bieten dir eine professionelle Unterstützung bei der Suche eines geeigneten Ausbildungsberufes und einer geeigneten Ausbildungsstelle. Unser Coach hilft dir bei der individuellen Gestaltung deines persönlichen Anschreibens bzw. Lebenslauf und der Zusammenstellung deiner Bewerbungsunterlagen. Auf deinen Wunsch bereitet dich unser Coach auf ein Vorstellungsgespräch, den Einstellungstest oder ein Assessment Center vor. Das persönliche Coaching ist eine intensive und absolut vertrauliche Beratung zwischen dir und unserem erfahrenen Coach. Anzahl und Thematik der Gespräche bestimmst du selbst (von der Berufsberatung bis zum Vorstellungsgespräch).

Dein Coach ist Diplombetriebswirtin (FH) und Personalleiterin. Sie arbeitet als Personalentwicklerin und war mehrere Jahre Ausbildungsleiterin in einem international tätigen Unternehmen. In

dieser Zeit entwickelte sie Einstellungstests, Assessment Center und führte selbst die Einstellungsgespräche für Auszubildende durch.

Das Einzelcoaching findet nach individueller Terminabsprache in der vhs, Badgasse 4 oder in einem digitalen Teams Meeting statt. Für weitere Auskünfte stehen dir die vhs und unser Coach jederzeit gerne zur Verfügung.

Ingrid Schaefer • B210.262

Fortlaufende individuelle Terminvereinbarung möglich. Individuelle Uhrzeit und Dauer nach Vereinbarung mit deinem Coach.

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4

Entgelt: 41,50 € pro 45 Minuten



**Engagiere Dich als
Freizeitassistent (m/w/d)**

Neugierig?
Dann melde Dich bei Sibylle Wolter
Tel: 09132 / 78 10-182
E-Mail: oh-fza@lebenshilfe-herzogenaurach.de

Lebenshilfe
Erlangen-Höchstadt

GELD UND VERMÖGEN

Finanziell Fit - ONLINE: Finanzen verstehen & Zukunft gestalten Dein Schlüssel zum selbstbe- stimmten Vermögensaufbau

**für junge Leute nach der Schule /
in der Ausbildung / im Studium**

Du bist jung, willst finanziell unabhängig sein, deine Träume verwirklichen und dabei clever mit deinem Geld umgehen? Dann ist dieser Workshop genau das Richtige für dich.

Viele junge Menschen machen sich Gedanken über ihre finanzielle Zukunft - zu Recht!

Die gesetzliche Rente allein wird oft nicht ausreichen, und die Inflation lässt die Preise für Alltagsprodukte immer weiter steigen. Umso wichtiger ist es, frühzeitig mit dem Vermögensaufbau zu starten.

In unserem Workshop erfährst du:

- Warum ein durchdachtes Finanzkonzept so wichtig ist
- Was ETFs wirklich können und wo ihre Grenzen liegen
- Welche Anlageformen es gibt und wie du sie sinnvoll kombinieren kannst
- Wie du deine persönliche Strategie entwickelst, ganz ohne Finanzkaudermwisch
- Wann professionelle Beratung sinnvoll ist und worauf du dabei achten solltest

Du bekommst ehrliche Einblicke, praktische Tipps und Inspiration aus echten Erfahrungen - ganz ohne komplizierte Fachsprache. Egal ob du gerade erst anfängst oder schon erste Schritte gemacht hast, dieser Workshop hilft dir, deine Finanzen selbstbewusst in die Hand zu nehmen.

Jetzt anmelden und den ersten Schritt in Richtung finanzielle Freiheit machen!

Christian Neuburger • V201.262

**1 Abend, 26.01.2027
Dienstag, 19:00 - 20:30 Uhr**

online vhs, online, 7 - 20 Personen

Entgelt: 10,00 €



Altersvorsorgedepot ab 2027: Staatliche Förderung clever nutzen - ohne teure Fehler

Unabhängige Finanzinformation

Ab 2027 kommt das neue Altersvorsorgedepot - und ersetzt die bisherige Riester-Förderung. Doch was bedeutet das konkret für mich? Lohnt sich der Einstieg? Und worauf sollte ich achten, damit ich am Ende wirklich von der staatlichen Förderung profitiere?

In diesem Vortrag erhalten Sie eine verständliche und unabhängige Einführung in das neue System. Sie erfahren, wer künftig gefördert wird (auch Selbständige), wie die Förderung funktioniert und welche Chancen und Risiken es gibt. Zudem bekommen Sie praktische Orientierung, worauf es bei der Auswahl eines passenden Produkts ankommt - und wie Sie typische Fehler vermeiden, die später teuer werden können.

Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Altersvorsorge selbstbestimmt und informiert angehen möchten - ohne Verkaufsdruck und mit klarem Blick auf die eigenen Bedürfnisse.

Frank Hofmann • V204.262

**1 Abend, 12.10.2026
Montag, 18:00 - 19:30 Uhr**

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3,
Herzogenaurach, Raum REGIONAL, 1. OG rechts,
6 - 15 Personen

Entgelt: 10,00 €

Finanzen und Vermögen sind in diesem Semester ein Bildungsschwerpunkt.

Weitere acht Online-Veranstaltungen unter dem Motto „Finance Goes Digital – Mein Geld in der digitalen Welt“ sehen Sie auf der Webseite unter <https://tinyurl.com/FinanceGoesDigital>



Altersvorsorgedepot ab 2027: Staatliche Förderung clever nutzen - ohne teure Fehler

Unabhängige Finanzinformation

Weiterer Termin.

Kursbeschreibung vgl. V204.262

Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Altersvorsorge selbstbestimmt und informiert angehen möchten - ohne Verkaufsdruck und mit klarem Blick auf die eigenen Bedürfnisse.

Frank Hofmann / Christian Neuberger • V205.262

1 Abend, 10.11.2026

Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3, Herzogenaurach, Raum REGIONAL, 1. OG rechts, 6 - 15 Personen

Entgelt: 10,00 €

Altersvorsorgedepot ab 2027: Staatliche Förderung clever nutzen - ohne teure Fehler

Unabhängige Finanzinformation

Weiterer Termin.

Kursbeschreibung vgl. V204.262

Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Altersvorsorge selbstbestimmt und informiert angehen möchten - ohne Verkaufsdruck und mit klarem Blick auf die eigenen Bedürfnisse.

Frank Hofmann / Christian Neuberger • V207.262

1 Vormittag, 16.01.2027

Samstag, 10:30 - 12:00 Uhr

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3, Herzogenaurach, Raum REGIONAL, 1. OG rechts, 6 - 15 Personen

Entgelt: 10,00 €

Altersvorsorgedepot ab 2027: Staatliche Förderung clever nutzen - ohne teure Fehler

Unabhängige Finanzinformation

Weiterer Termin.

Kursbeschreibung vgl. V204.262

Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Altersvorsorge selbstbestimmt und informiert angehen möchten - ohne Verkaufsdruck und mit klarem Blick auf die eigenen Bedürfnisse.

Frank Hofmann / Christian Neuberger • V206.262

1 Abend, 13.01.2027

Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3, Herzogenaurach, Raum REGIONAL, 1. OG rechts, 6 - 15 Personen

Entgelt: 10,00 €

Finance Goes Digital – die Themen:

- Wallet statt Portemonnaie: Bezahlen, Banking und Trading im digitalen Zeitalter, 22.09.2026.
- Wem kann ich mein Geld anvertrauen? Anlageberatung von KI, Robo-Advisors und Finfluencern im Check, 20.10.2026.
- Grün und Rendite? Investieren mit Gewissen, 17.11.2026
- Demografie vs. Geldbeutel: Warum wir über die Rente sprechen sollten! 08.12.2026
- Finanzielle Selbstverantwortung für Frauen, 12.01.2027
- Taschengeld 2.0: Wie Sie die Finanzkompetenz Ihrer Kinder zukunftsfähig fördern, 09.02.2027
- Wie funktioniert unser Geldsystem? Der Fluss des Geldes durch die Institutionen, 16.03.2026

Die Veranstaltungen finden jeweils dienstags von 18.30 bis 19.45 Uhr statt.

Sie sind Teil der Reihe „Finance Goes Digital – Mein Geld in der digitalen Welt“

Sie werden finanziell vom Bayerischen Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz (StMUV) gefördert.

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei und online. **Den Link erhalten Sie nach der Anmeldung.**

Werden auch *Sie* Teil unseres Teams!

#mitgestaltend
#begeisternd
#up to date
#verbunden



**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

**Verstärken Sie unser Team in der
Filiale Herzogenaurach als**

– Privatkundenberater (m/w/d)

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung,
gerne auch als **Quereinsteiger (m/w/d)**,
unter teilhaverbank.de/karriere



TeilhaverBank

Erlangen | Höchststadt | Herzogenaurach

Gesellschaft und Leben

Gesellschaftsfragen.	36
Persönlichkeitsentwicklung.	40
Vorsorge und Unterstützung.	41
Mensch und Tier.	42
Natur.	43
Studium Generale.	44
Exkursionen.	44





GESELLSCHAFTSFRAGEN

Lange Nacht der DEMOKRATIE

Die **lange Nacht der Demokratie** findet in zahlreichen Städten – zeitgleich – am Vorabend zum Tag der Deutschen Einheit statt. Zum ersten Mal sind wir hier in Herzogenaurach mit dabei. Wir wollen diskutieren und zuhören, wir wollen Musik und Kultur genießen und **uns unserer demokratischen Freiheiten bewusst werden**.

Am **2. Oktober** findet dieses Jahr erstmalig die **Lange Nacht der Demokratie** in Herzogenaurach statt. Die Veranstaltungen sind kostenfrei und können ohne Anmeldung besucht werden.

Los geht es um **16:00 Uhr** mit **Demokratie lesen** in der Stadtbücherei für Kinder (ab 4 Jahren) und ihre Eltern.

Ab **17:00 Uhr** bis 22:00 Uhr öffnet das Stadtmuseum die Türen für die **Wanderausstellung** der Theodor-Heuss-Stiftung **Demokratie als Lebensform**.

Um **17:30 Uhr** und noch einmal um **21:00 Uhr** lädt Dr. Christian Hoyer zur **Führung durch diese Ausstellung** ein. Die Abendführung im Museum um 21:00 Uhr beginnt mit Michael Falter am Akkordeon.

Im Jugendhaus rabatz findet ab **17:30 Uhr** das **Theaterstück „Respekt“** des Kinder-/Jugendtheaters Chapeau Claque für Jugendliche (ab 12 Jahren) und junge Erwachsene statt.

Das **Jazz-Ensemble** der Musikschule (mit Karl Meerwald, Philipp Hey, Christoph Scholz und Johannes Göller) eröffnet um **18:30 Uhr** das Abendprogramm im Sitzungssaal.

Anschließend folgen **Grußworte des Landrats** und um **19:00 Uhr** ein Vortrag von **Prof. Dr. Eva Hausteiner** (FAU Erlangen-Nürnberg) mit dem Thema **Schaden Verschwörungstheorien der Demokratie?**

Bereits ab **18:00 Uhr** präsentiert der **Runde Tisch Demokratie Herzogenaurach** im 3. OG (vor dem Sitzungssaal) des Rathauses seine Tätigkeit.

Dieser Abend ist eine **Gemeinschaftsaktion** von Jugendhaus rabatz, Musikschule, Stadtbücherei, Stadtmuseum und Volkshochschule mit Unterstützung des Runden Tisches Demokratie bewahren Herzogenaurach und des Landratsamtes Erlangen-Höchststadt.

Demokratie lesen

Lesestunde (ab 4 Jahre) zur Langen Nacht der Demokratie

Demokratiebildung fängt bereits im Kindergartenalter an. Schon beim Vorlesen von Bilderbüchern können Kleinkindern demokratische Werte vermittelt werden. Dies wird exemplarisch mit dem Bilderbuchkino "Ich bin für mich oder Der Wahlkampf der Tiere" von Martin Baltscheit vorgeführt.

"Wer ist für mich?", ruft der Löwe, wenn die Tiere alle vier Jahre einen König wählen – nämlich ihn.

Doch alles kommt anders als sich die Maus als Gegenkandidat aufstellen lässt. Mit einem riesigen Wahlplakat und dem Slogan "Besser ich" beginnt der aberwitzigste Wahlkampf, den die Welt je gesehen hat.

Plötzlich wollen alle Tiere mitmachen und jede Art schickt einen Kandidaten in die Wahlversammlung.

Begleitend zeigt die Stadtbücherei kindgerechte Bücher zum Thema "Demokratie lesen". Eingeladen sind Familien mit Kindern ab 4 Jahren und alle Interessierten.



• C010.262

**1 Nachmittag, 02.10.2026
Freitag, 16:00 - 17:00 Uhr**

Stadtbücherei, Marktplatz 11,
Herzogenaurach, max. 40 Personen
kostenfrei



Demokratie als Lebensform

Ausstellung zur Langen Nacht der Demokratie



Vom 24. September bis zum 1. November zeigt das Stadtmuseum die Wanderausstellung **Demokratie als Lebensform** der Stiftung Bundespräsident Theodor-Heuss-Haus.

Die Ausstellung befasst sich kurzweilig und informativ mit der Lebensgeschichte von Theodor Heuss, der 1949 zum ersten Bundespräsidenten der Bundesrepublik Deutschlands gewählt wurde.

Schon in der Weimarer Republik setzte er sich als Journalist und Politiker für die Demokratie ein, arbeitete nach dem Zweiten Weltkrieg an der Erstellung des Grundgesetzes mit und förderte demokratische Strukturen als Staats- und Lebensform wegweisend.

Die interaktive Ausstellung bringt Schüler:innen genauso wie Erwachsenen das Leben und Wirken von Theodor Heuss auf Augenhöhe näher.



• C020.262

**1 Abend, 02.10.2026
Freitag, 17:00 - 22:00 Uhr**

Stadtmuseum, Kirchenplatz 2,
Herzogenaurach, Ausstellungsräume
kostenfrei



Demokratie als Lebensform

Führung durch die Ausstellung zur Langen Nacht der Demokratie

Dr. Christian Hoyer • C030.262

**1 Abend, 02.10.2026
Freitag, 17:30 - 18:15 Uhr**

Stadtmuseum, Kirchenplatz 2,
Herzogenaurach, Ausstellungsräume,
max. 30 Personen

kostenfrei



Respekt

Theaterspiel (ab 12 Jahre) zur Langen Nacht der Demokratie



Drei Jugendliche werden aufgrund ihrer Herkunft, ihres sozialen Status sowie ihrer sexuellen Orientierung in der Schule ausgeschlossen und diskriminiert.

In drei verschiedenen Szenen wird gezeigt, wie respektlos der Umgang junger Menschen untereinander ablaufen kann. Die dargestellten Opfer erfahren psychische und physische Gewalt.

Anschließend erarbeitet Chapeau Claque mit den jugendlichen Zuschauer:innen Möglichkeiten des konstruktiven Umgangs und Handelns.

Mit welchen Mitteln lässt sich eine solche Gewaltspirale durchbrechen?

Welche Aufgabe hat hier der Staat und was kann ich dafür tun, um gegen Gewalt, Diskriminierung und für Vielfalt einzustehen und damit die Werte der Demokratie zu schützen?

Chapeau Claque Kinder- und Jugendtheater • C040.262

**1 Abend, 02.10.2026
Freitag,
17:30 - 19:00 Uhr**

**Spieldauer
25 - 30 Minuten**

rabatz, Erlanger Str. 56 A,
Herzogenaurach,
max. 40 Personen

kostenfrei





Schaden Verschwörungstheorien der Demokratie?

Vortrag (mit Diskussion) zur Langen Nacht der Demokratie

Prof. Dr. Eva Hausteiner berichtet aus ihrer aktuellen Forschung. Freuen Sie sich auf einen interessanten Impulsvortrag.

Eva Hausteiner ist Professorin und Instituts-sprecherin für Politische Wissenschaft sowie Lehrstuhlinhaberin für Politische Theorie und Ideengeschichte an der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU).

Es lohnt sich, auch schon vor 19:00 Uhr anwesend zu sein. Der Runde Tisch Demokratie bewahren Herzogenaurach wird ab 18:00 Uhr im Foyer (3.OG) vor dem Sitzungssaal seine Tätigkeit präsentieren (inkl. Getränkeverkauf).

Im Sitzungssaal startet dann um 18:30 Uhr das Jazz-Ensemble der Musikschule in den Abend.

Es folgen Grußworte des Landrats um 18:50 Uhr.

Prof. Dr. Eva Hausteiner • C050.262

**1 Abend, 02.10.2026
Freitag, 19:00 - 20:30 Uhr**

Stadt Herzogenaurach, Marktplatz 11,
Herzogenaurach, Sitzungssaal, 3. OG,
max. 200 Personen

kostenfrei



Prof. Dr. Eva Hausteiner

Demokratie als Lebensform

Führung durch die Ausstellung zur Langen Nacht der Demokratie

Zur Begrüßung spielt Michael Falter (Musikschule) am Akkordeon.

Dr. Christian Hoyer • C060.262

**1 Abend, 02.10.2026
Freitag, 21:00 - 21:45 Uhr**

Stadtmuseum, Kirchenplatz 2,
Herzogenaurach, Ausstellungsräume,
max. 30 Personen

kostenfrei



stiftung
bundespräsident-
theodor-heuss-haus



Ihr Kurs ist nicht dabei?

Bitte nehmen Sie mit uns
Kontakt auf, wenn Sie
einen Kurswunsch haben.

Lange Nacht der
DEMOKRATIE ★

Mom Brain

Wie Mutterschaft dein Gehirn verändert und du deine volle Kraft aktivierst

Vom Funktionieren zum Wachsen

In der Schwangerschaft verändert sich nicht nur der Körper - auch das Gehirn wird tiefgreifend umgebaut. Was du fühlst und denkst, ist kein Zufall, sondern Ausdruck eines neuropsychologischen Wandels: das Mom Brain.

Das klingt nach Vergesslichkeit, ist aber ein evolutionäres Upgrade mit Fähigkeiten wie mehr Empathie und ungeahnter Resilienz.



Alina Grandt zeigt, was im Gehirn werdender und junger Mütter wirklich passiert. Wissenschaftlich fundiert und verständlich erklärt, geht es darum, was Mütter bewegt: Identitätsfragen, emotionale Ambivalenzen, Bindungsmuster.

Inmitten großer Umbrüche gibt dir dieses Buch Orientierung, Sprache und ein kraftvolles Selbstbild - für Mütter, die sich nicht länger verlieren, sondern neu finden wollen.

Alina Grandt ist psychologische Beraterin für werdende und junge Mütter, die sie in ihrer

neuropsychologischen Wandlungsphase begleitet.

In ihrem Podcast >Mom Brain Reloaded< lädt sie bekannte Frauen ein und geht mit ihnen ins Gespräch über Veränderungen als Mutter.

Ihr Ziel ist es, die Brain Revolution voranzutreiben und das Mom Brain als Kraftquelle zu stärken.

Alina Grandt • C100.262

1 Abend, 24.11.2026

Dienstag, 19:30 - 21:00 Uhr

Stadt Herzogenaurach, Marktplatz 11, Herzogenaurach, Sitzungssaal, 3. OG

Entgelt: 10,00 €



Gemeinsam gegen Schmerzen besser leben im Alter

Chronische Schmerzen sind im Alter weit verbreitet - doch es gibt wirksame Hilfe.

Das interdisziplinäre Team des Schmerzzentrums am Uniklinikum Erlangen zeigt, wie moderne multimodale Schmerztherapie wirkt. Ärztliche, psychologische und bewegungstherapeutische Ansätze greifen ineinander, um Schmerzen zu lindern, Beweglichkeit zu fördern und Lebensfreude zurückzugeben.

Ein Vortrag mit praktischen Impulsen für Betroffene und Angehörige.

Dr. med. Anne Ingenhorst & Dipl.-Psych. Peter Mattenklodt (Schmerzzentrum Uniklinik Erlangen) Pavla Chadová (Sporttherapeutin, medi train Bewegungstherapie und Physiotherapie)

Dipl.-Psych. Peter Mattenklodt / Dr. med. Anne Ingenhorst / Pavla Chadová • C150.262

1 Abend, 04.02.2027

Donnerstag, 17:00 - 18:30 Uhr

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16, Herzogenaurach, Großer Gruppenraum, max. 50 Personen

kostenfrei



**Uniklinikum
Erlangen**





PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

Konflikte verstehen und wandeln Klarheit und Verbindung schaffen

GfK-Workshop

Streit nervt und trennt. Doch Konflikte sind auch Chancen.

In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie Spannungen konstruktiv nutzen können. Sie üben, hinter Vorwürfen Bedürfnisse zu hören. Damit finden Sie neue Wege, mit sich selbst und anderen wertschätzend zu bleiben. Das Modell der Gewaltfreien Kommunikation des Psychologen Marshall B. Rosenberg hilft Ihnen dabei.

Jörg Gugel • C200.262

1 Abend, 28.10.2026

Mittwoch, 19:00 - 21:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 5, 1. OG, 4 - 8 Personen

Entgelt: 20,00 €

Raus aus dem Dauerfunktionieren

neue Klarheit, eigene Stärken und mehr E!gensinn

Dieser Workshop lädt dazu ein, innezuhalten und den Blick wieder stärker auf die eigene Situation, die eigenen Stärken und mögliche nächste Schritte zu richten.

Er richtet sich an Menschen, die sich beruflich oder persönlich neu sortieren und wieder klarere auf die eigene Situation und die eigenen Möglichkeiten blicken möchten.

Peter Janetschke • C210.262

1 Vormittag, 07.11.2026

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 2, 1. OG, 5 - 10 Personen

Entgelt: 25,00 €

Wie geht Schenken? Wertschätzung ausdrücken

GfK-Workshop

In der Adventszeit lohnt es sich innezuhalten und nachzuspüren, wem oder was wir dankbar sind. Vielleicht möchten Sie beim Schenken erforschen, was Sie dazu bewegt und wie Sie Ihre Zuneigung ausdrücken können?

Der amerikanische Psychologe M. B. Rosenberg bringt es bei seinem Konzept der Gewaltfreien Kommunikation mit diesen Worten auf den Punkt: "Alles, was Menschen jemals sagen, ist Bitte und Danke." Im Workshop erforschen und üben wir es vor allem, Wertschätzung zu kultivieren.

Jörg Gugel • C220.262

1 Abend, 03.12.2026

Donnerstag, 19:00 - 21:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 5, 1. OG, 4 - 8 Personen

Entgelt: 20,00 €

Umgang mit eigenem Frust und Ärger lernen

GfK-Workshop

„Zuhören heißt nicht: zustimmen. Verstehen heißt nicht: einverstanden sein.“, so der Psychologe M. B. Rosenberg in seinem Konzept der Gewaltfreien Kommunikation.

Im Workshop trainieren wir das Zuhören und Im-Gespräch-bleiben, auch wenn sich Ansichten und Meinungen der Gesprächspartner:innen sehr unterscheiden.

Jörg Gugel • C230.262

1 Vormittag, 16.01.2027

Samstag, 10:00 - 12:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 6, 1. OG, 4 - 8 Personen

Entgelt: 20,00 €

**Bitte melden Sie sich
rechtzeitig für Ihren Kurs
an. Please register for your
chosen course in good time.**

VORSORGE UND UNTERSTÜTZUNG

Was macht der Hospizverein?

Im Mittelpunkt steht die Begleitung von unheilbar kranken und sterbenden Menschen.

Ehrenamtliche Hospizhelfer:innen, die für diese Aufgabe qualifiziert wurden, begleiten die Kranken und schließen dabei auch die Angehörigen in ihre Fürsorge mit ein.

Sie haben Zeit für Gespräche, zum Schweigen, zum Wachen am Bett, nach Wunsch der Patient:innen.

Bettina Quandt (Vorsitzende) und Andrea Häckel (Kordinatorin) geben Einblicke in die ambulante Arbeit des Hospizvereins Herzogenaurach e.V. und stehen sehr gerne für Fragen zur Verfügung.

Bitte melden Sie sich vorher an, um den Abend besser planen zu können.

Bettina Quandt / Andrea Häckel • C300.262

1 Abend, 15.10.2026

Donnerstag, 19:30 - 21:00 Uhr

vhs Herzogenaurach,
Badgasse 4, Herzogenaurach,
Raum 5, 1. OG, 1 - 8 Personen

kostenfrei



Die Patientenverfügung

Der Wunsch nach einem Sterben in Würde

Neben Formulierungshilfen ist das Hauptthema des Abends:

Wie verbindlich sind solche Verfügungen für die behandelnden Ärzte?

Welche Rolle spielen andere Personen (Angehörige, gerichtlich bestellte Betreuer, Bevollmächtigte) bei einer Entscheidung?

Dr. Angela Horcher • C310.262

1 Abend, 18.11.2026

Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3,
Herzogenaurach, Raum REGIONAL, 1. OG rechts,
5 - 12 Personen

Entgelt: 11,40 €

HOSPIZVEREIN HERZOGENAURACH e.V.

Wir begleiten Menschen in ihrer letzten Lebensphase und deren Angehörige, egal welchen Glauben sie haben und ob sie Mitglied in unserem Verein sind. Nehmen Sie dieses Geschenk gerne an.

Hospizdienst

Wir sind für Sie und Ihre Angehörigen da.
Trauen Sie sich,
uns zu rufen!

Trauercafé

jeden letzten
Freitag im Monat
16 - 18 Uhr

Beratung

zur Patienten-/
Betreuungsverfügung
und Vorsorgevollmacht

Alle Angebote des Hospizvereins sind kostenlos.

Unterstützen Sie unsere wertvolle Arbeit und werden Sie Mitglied!

Hospizverein Herzogenaurach e.V. vorm. Verein für ambulante Krankenpflege

Erlanger Straße 14 · 91074 Herzogenaurach · Bürozeiten: Mittwoch 10:30 - 12:00 Uhr

Telefon: 09132 - 73 58 78 · Mobil: 179 - 92 92 888 · www.hospizverein-herzogenaurach.de





Hospizarbeit mit Leidenschaft

Der Hospizverein Herzogenaurach existiert seit 2003. Seither lädt er regelmäßig zum Trauercafé ein und bietet umfassende Beratung zum Thema Patienten- und Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht an. Das Herzstück des Vereins ist und bleibt jedoch die Hospizarbeit, die derzeit von 24 Frauen und Männern geleistet wird. Ihre ehrenamtliche Tätigkeit ist ein Geschenk für diejenigen, die nicht mehr lange zu leben haben. Denn die Hospizbegleiterinnen und -begleiter bringen Zeit mit, Zeit zum Reden und zum Zuhören, Zeit zum Vorlesen, zum gemeinsamen Lachen und Schweigen. Sie sind da für die Sterbenden, genauso wie für deren Angehörigen, mit allem, was sie ausmacht, mit ihrem Humor, ihrer Ruhe, ihrem Mitgefühl und ihrer Kraft. Eine Betroffene hat es einmal so ausgedrückt: „Für mich und meinen inzwischen verstorbenen Mann war der Alltag plötzlich wieder bunt und lebendig. Ich fühlte mich leichter und vor allem angenommen mit meinen Gefühlen zwischen Machtlosigkeit und Trauer. Ich würde nur eines anders machen, wenn ich wieder in diese Situation käme, ich würde früher zum Telefon greifen.“

Für die ausgebildeten Hospizbegleiterinnen und -begleiter spielt es keine Rolle, welcher Konfession Sie angehören und ob Sie Mitglied im Verein sind oder nicht. Sobald sie gerufen werden, sind sie da und leisten ihren Dienst am Menschen.

Dabei unterliegen sie der Verschwiegenheitspflicht genauso wie Ärzte und Pflegepersonal.

Die Angebote des Hospizvereins sind kostenfrei, und das wird auch so bleiben, obwohl die Renovierungsarbeiten in der Erlanger Straße 14 recht teuer sind. In Zukunft finden Sie alles im Erdgeschoss, sowohl das Trauercafé als auch die Beratungsstelle für die Patientenverfügungen. Ein weiteres Plus: Es entstehen eigene Räume für Mitarbeitertreffen und Schulungen. Die Kosten der Umbaumaßnahmen werden durch Spenden und Mitgliedsbeiträge finanziert.

Deshalb freut sich der Verein gleich doppelt über jeden 'Neuzugang', der die großartige Gemeinschaft und die damit verbundene Arbeit unterstützt. Fühlen Sie sich jetzt angesprochen? Oder möchten Sie sogar selber aktiv mitarbeiten? Dann absolvieren Sie die Ausbildung dazu am besten direkt beim Hospizverein Herzogenaurach! Sie dauert insgesamt etwa ein halbes Jahr, beinhaltet rund 120 Stunden und entspricht den Richtlinien des Bayerischen Hospiz- und Palliativverbands. Das Wissen wird sowohl theoretisch als auch praxisbezogen vermittelt und beleuchtet psychische, physische, praktische und spirituelle Gesichtspunkte rund um das Thema Tod und Sterben.

Es gibt keine Altersbeschränkung, auch keine Verpflichtung, anschließend aktiv im Verein mitzuarbeiten. Sie können den Kurs also einfach nur für sich selbst machen und dabei erleben, wie bereichernd er ist.

Silke Görner

MENSCH UND TIER

Erst der Kurs und dann der Hund

für angehende Hundehalter:innen

Sie überlegen, einen Hund zu adoptieren und möchten, dass Sie und Ihr Hund von Anfang an ein gutes Team werden?

Das Seminar richtet sich an angehende Hundehalter:innen. Nach vier Theorietermen in der vhs stimmt Ihr Dozent mit Ihnen einen weiteren Praxistermin in einem Tierheim (evtl. auch an einem Samstag mit ca. 90 Minuten) ab. Der Dozent ist erfahrener und zertifizierter Hundeeziehungsberater.

Anmeldeschluss: 30.10.2026

Christian Engemann • C610.262

**4 Abende, 05.11.2026 zzgl. 1 Praxistermin
Donnerstag, 19:45 - 21:15 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 5, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 62,00 €



Imkern

Grundwissen für Einsteiger:innen

Sie möchten die faszinierende Welt der Honigbienen kennenlernen und überlegen, ob Sie selbst mit der Imkerei beginnen?

In diesem Einführungskurs erhalten Sie an zwei Theorieabenden und zwei Praxisterminen einen verständlichen Einblick in die Imkerei. Sie lernen Grundlagen und sammeln erste Erfahrungen direkt am Bienenvolk. Der Kurs bietet einen idealen Einstieg in eines der spannendsten Hobbies für Erwachsene **ohne Vorkenntnisse**.



Inhalte

- Die Honigbiene und das Bienenvolk verstehen
- Ausrüstung, Beute und Arbeiten im Jahresverlauf
- Sicheres Arbeiten am Bienenstand
- Bienenvolk öffnen und Waben kennenlernen
- Königin, Brut, Honig und Pollen kennenlernen
- Saisonarbeiten und praktische Tipps

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Einzelne Bienenstiche lassen sich trotz Schutzausrüstung nicht vermeiden. Es empfiehlt sich evtl. Allergien vorab ärztlich abklären zu lassen.

Sandra Hack • C650.262

4 Abende, 25.01., 22.02., 22.03., 26.04.2027
Montag, 18:45 - 20:45 Uhr

Sandys Beestore,
Wirtsgrund 3,
Aurachtal,
3 - 10 Personen

Entgelt: 130,00 €



Offene Gartenstunde im HerzoGarten

Der HerzoGarten steht allen Interessierten jederzeit fürs Gärtnern zur Verfügung und ist immer geöffnet.

Jeden Donnerstag von 17:00 bis 18:00 Uhr treffen sich in einer offenen Gartenstunde die Bürger:innen, die seit Beginn den Garten mitgestalten und pflegen im HerzoGarten.

Jede:r kann hier dazukommen, sich informieren, mitgärtnern, biologische Vielfalt kennenlernen. Egal ob jung oder alt, mit oder ohne Gartenerfahrungen, alle sind herzlich willkommen!

• **C700.262**

ab 17.09.2026

Donnerstag, 17:00 - 18:00 Uhr

HerzoGarten, An der Schütt
(Bushaltestelle Badgasse)

kostenfrei



Der HerzoGarten heilkundlich

Im HerzoGarten ist der Herbst eingezogen. Die ideale Sammelzeit, um die heilsamen Inhaltsstoffe der Pflanzen zu extrahieren.

Die Kräuterexpertin Daniela Reisch zeigt, aus welchen Kräutern und Wildpflanzen sich Tinkturen, Öle und Tee für die Hausapotheke herstellen lassen (mit abschließendem Praxisteil).

Materialkosten in Höhe von 5,00 € sind im Entgelt enthalten.

Daniela Reisch • C750.262

1 Nachmittag, 12.09.2026

Samstag, 14:00 - 16:00 Uhr

HerzoGarten, An der Schütt
(Bushaltestelle Badgasse), 7 - 12 Personen

Entgelt: 25,00 €

NATUR





STUDIUM GENERALE

Studium Generale (9:00 Uhr)**Moderator: Bernd Maron**

Das Studium Generale bietet die Möglichkeit, die eigene Sicht und das Wissen in einem breiten Spektrum von Wissenswerten wie u.a. Geschichte, Leben, Kultur und Wissenschaft zu erweitern.

Die jeweiligen Inhalte mit den Referent:innen an den einzelnen Terminen werden zeitnah online über www.vhs-herzogenaurach.de publiziert.

Bernd Maron • C800.262**8 Vormittage, 22.10.2026
Donnerstag, 09:00 - 10:30 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Großer Gruppenraum,
9 - 12 Personen

Entgelt: 100,00 €

Studium Generale (11:00 Uhr)**Moderator: Bernd Maron**

Kursbeschreibung siehe Kurs C800.262

Bernd Maron • C801.262**8 Vormittage, 22.10.2026
Donnerstag, 11:00 - 12:30 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Großer Gruppenraum,
9 - 12 Personen

Entgelt: 100,00 €

Gesellschaft im Gespräch**Herzogenaurach diskutiert
Diskutieren Sie mit(einander) !**

Über Themen die uns alle angehen.

Grund- und Zukunftsfragen unseres gesellschaftlichen Zusammenlebens sowie aktuelle Themen bilden den Rahmen.

Dieses Veranstaltungsformat der vhs bietet den öffentlichen Raum, sich in kleiner, lockerer Runde auszutauschen, Sichtweisen und Menschen kennen zu lernen, sich eine eigene Meinung zu bilden oder zu hinterfragen.

Zu Beginn einer jeden Diskussionsrunde findet eine kurze Einführung in das jeweilige Thema statt.

Die Themen können auf Wunsch der Teilnehmer:innen im jeweiligen vorhergehenden Termin vorgeschlagen werden.

Bernd Maron (Moderator) • C805.262**3 Abende, 11.11., 25.11. und 16.12.2026
Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 5, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 19,50 €

EXKURSIONEN

**Dokumentationsort
Hersbruck/Happurg****Exkursion zum ehem. KZ-Außenlager
Hersbruck und den Doggerstollen**

Seit dem Krieg wurde das Gelände des Lagers weitgehend überbaut und heute erinnert nur wenig an die traurige Vergangenheit des Geländes. In Hersbruck befand sich von Juli 1944 bis April 1945 das zweitgrößte Außenlager des Konzentrationslagers Flossenbürg.

Neben der Geschichte des Lagers und seiner Topographie werden bei der Exkursion der Dokumentationsort sowie der Eingang zu einem Doggerstollen aufgesucht.

Bitte mitbringen

Wetterfeste Kleidung und Schuhwerk.
Anfahrt mit eigenem Pkw.

Eine Veranstaltung mittelfränkischer Volkshochschulen. **Anmeldeschluss: 05.10.2026**

Anmeldung/Auskunft nur über die vhs Erlangen,
www.vhs-erlangen.de

**Kornelius Schlehle / Barbara Raub •
C900.262****1 Nachmittag, 10.10.2026
Samstag, 14:00 - 16:00 Uhr**

Parkplatz, Amberger Str. 76, Hersbruck,
10 - 15 Personen

Entgelt: 10,00 €

Unter www.vhs-herzogenaurach.de finden Sie stets aktuelle Informationen und können sich direkt zu unseren Kursen anmelden.

Further information on our multilingual webpage www.vhs-herzogenaurach.de.
You can also register for a course online.

Kultur und Gestalten

Fotografie	46
Literatur	48
Musik	48
Textiles Gestalten	50
Basteln & Werken	50
Malen & Zeichnen	52
Gestalten mit Ton	53
Schafkopf	54





FOTOGRAFIE

Raus aus der Automatik

Lerne deine Digitalkamera kennen

In diesem praxisorientierten Workshop zeigen wir dir, wie du die wichtigsten Einstellungen deiner Digitalkamera - Blende, Verschlusszeit und ISO - bewusst einsetzt, um die volle Kontrolle über deine Bilder zu erlangen.

Lerne, wie du Schärfe und Tiefenschärfe gezielt steuerst, Bewegungen einfriert oder kreativ verschwimmen lässt und auch bei schwierigen Lichtverhältnissen beeindruckende Ergebnisse erzielst.

Egal ob Spiegelreflex- oder spiegellose Kamera: nach diesem Workshop verstehst du deine Kamera besser und kannst deine fotografischen Ideen endlich gezielt umsetzen - für Bilder, die begeistern!

Bitte mitbringen

- Kamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten (Spiegelreflexkamera, spiegellose Systemkamera, Bridgekamera, etc.)
- Bedienungsanleitung der Kamera (optional)
- Stativ (optional)

Im Entgelt sind 2,00 € für das Kursskript enthalten.

Sina Geerling / Mirco Geerling • K100.262

1 Vormittag, 10.10.2026

Samstag, 10:00 - 15:30 Uhr

Es sind ca. 30 Minuten Pause eingeplant.

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 6, 1. OG, 6 - 9 Personen

Entgelt: 45,00 €

Raus in die Stadt

Fotografieren in der Stadt

Dieser Kurs legt den Schwerpunkt auf die praktische Anwendung deiner Kamera und ist damit quasi die ideale Fortsetzung von "Raus aus der Automatik - Lerne deine Kamera kennen".



Wir verlassen den Vortragsraum und machen die Stadt zu unserem großen Outdoor-Studio.

Zusammen ziehen wir durch die Straßen und Gassen, fotografieren die alten Fachwerkhäuser, die Türme und Kirchen.

Für Fragen, Tipps und Erklärungen stehen wir stets an deiner Seite und helfen dir die richtigen Einstellungen deiner Kamera zu finden.

Voraussetzung

Grundkenntnisse der manuellen Kameraeinstellungen (entsprechend dem Kurs "Raus aus der Automatik").

Bitte mitbringen

- Kamera (mit Akku und Speicherkarte)
- Regenschutz für die Kamera (bei Bedarf)
- Stativ (optional)
- Kamerafilter (optional)
- festes Schuhwerk
- wetterangepasste Kleidung

Sina Geerling / Mirco Geerling • K101.262

1 Nachmittag, 24.10.2026

Samstag, 15:00 - 18:30 Uhr

Treffpunkt:

Georgsbrunnen auf dem Marktplatz,
Herzogenaurach, 6 - 9 Personen

Entgelt: 30,00 €

Raus in Wald und Wiese

Landschaftsfotografie



Auch dieser Kurs legt den Schwerpunkt auf die praktische Anwendung. Hier geht es raus in die Natur: Wald, Wiesen und Gewässer werden zu unserem großen Outdoor-Studio.

Wir setzen das gelernte Wissen über Blende, Verschlusszeit und ISO sofort um und vertiefen aktiv vor Ort die wichtigsten Regeln und Techniken der Landschaftsfotografie - von der richtigen Belichtung über Bildkomposition bis zum Umgang mit Licht und Wetter.

Gemeinsam machen wir eine kleine „Wanderung“ vom Treffpunkt zur Hubertuskapelle, welche zwischen Feldern und Fischweihern, idyllisch am Waldrand steht.

Voraussetzung

Grundkenntnisse der manuellen Kameraeinstellungen (entsprechend dem Kurs "Raus aus der Automatik").

Bitte mitbringen

- Kamera (mit Akku und Speicherkarte)
- Regenschutz für die Kamera (bei Bedarf)
- Stativ (optional)
- Kamerafilter (optional)
- festes Schuhwerk
- wetterangepasste Kleidung

Treffpunkt:

Parkplatz am Friedhof in Grobenseebach (Schulstraße 22, 91091 Grobenseebach)

Sina Geerling / Mirco Geerling • K102.262

1 Nachmittag, 14.11.2026

Samstag, 14:00 - 17:30 Uhr

Treffpunkt:

Parkplatz am Friedhof in Grobenseebach, Schulstraße 22, Grobenseebach, 6 - 9 Personen

Entgelt: 30,00 €

Fotografische Bildbesprechung

Der Blick hinter den Auslöser

Vom Schnappschuss zur bewussten Komposition. In einer exklusiven Kleingruppe von maximal sechs Teilnehmenden besprechen wir mitgebrachte Fotografien in einer konstruktiven und inspirierenden Atmosphäre.

Du bringst bis zu drei eigene Fotografien mit, egal ob digital auf dem USB-Stick oder als Print.

Wir gehen unter anderem Fragen nach zur Bildsprache & Gestaltung, zum Storytelling, zur Technik und welche Stellschrauben das Ergebnis noch verbessern könnten.

Jedes Genre ist willkommen. Der Fokus liegt nicht auf der Kameraausrüstung, sondern auf dem fertigen Bild und deiner individuellen Sichtweise.

Nutze die Chance, durch die Augen der anderen zu sehen und deine fotografische Handschrift weiterzuentwickeln.

Sina Geerling / Mirco Geerling • K103.262

1 Abend, 17.11.2026

Dienstag, 18:00 - 21:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4, Herzogenaurach, Raum 4, 1. OG, 3 - 6 Personen

Entgelt: 30,00 €

Ihr Kurs ist nicht dabei?

Bitte nehmen Sie mit uns Kontakt auf, wenn Sie einen Kurswunsch haben.

Fotografische Bildbesprechung

Der Blick hinter den Auslöser

Kursbeschreibung siehe Workshop K103.262

Sina Geerling / Mirco Geerling • K104.262

1 Abend, 19.01.2027

Dienstag, 18:00 - 21:00 Uhr

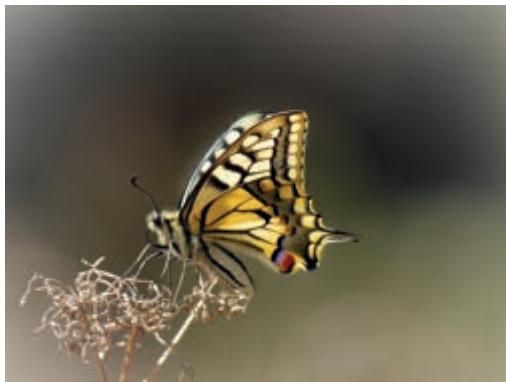
vhs Herzogenaurach, Badgasse 4, Herzogenaurach, Raum 4, 1. OG, 3 - 6 Personen

Entgelt: 30,00 €

Fränkische Naturjuwelen multimedial präsentiert

genau hingeschaut

Der Naturfotograf Walter Hufnagel nimmt Sie mit in die fränkische Natur. Erleben Sie die faszinierenden Einblicke in Film und Foto, ästhetisch und realistisch dargestellt und musikalisch ansprechend hinterlegt.



Lassen Sie sich entführen u.a. in das bunte Reich der Schmetterlinge, seltener Orchideen und genießen Sie beeindruckende Detailaufnahmen aus außergewöhnlichen Perspektiven und Dokumentationen.

Informative und unterhaltsame Live-Kommentare sind inklusive.

Walter Hufnagel • K200.262

1 Abend, 28.10.2026

Mittwoch, 19:30 - 21:10 Uhr

Musikschule, Kirchenplatz 11, Herzogenaurach, Saal, max. 100 Personen

kostenfrei





LITERATUR

Literaturkreis

Wir beschäftigen uns mit der aktuellen Literatur und den Autoren der Zeit sowie einem Autor aus einer vergangenen Epoche.

Am 19.11.2026 findet kein Kurs statt.

Margit Böhm-Hümmer • K250.262

8 Abende, 08.10.2026

Donnerstag, 19:00 - 20:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 2, 1. OG, 9 - 12 Personen

Entgelt: 59,00 €

Alte deutsche Schreibschrift lesen (Kurrent, Sütterlin)

für Einsteiger:innen

Über Jahrhunderte hinweg wurden Dokumente in Kurrentschrift geschrieben: Urkunden, Verträge, Einträge in Kirchenbücher, Briefe, Postkarten, Familienbücher.

Aber wer kann das noch lesen?

Sie erhalten an diesem Vormittag elementare Grundkenntnisse und Hilfestellungen für das Lesen von Kurrentschrift. Danach üben wir das Lesen anhand von ausgewählten Dokumenten. Bei ausreichendem Interesse ist ein Vertiefungskurs denkbar.

Rudi Viertel • K260.262

1 Vormittag, 28.11.2026

Samstag, 09:00 - 12:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 6, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 20,00 €

MUSIK

Atem - Stimme - Gesang

Aubaukurs 1 Stimmbildung

Dieser Kurs wendet sich an alle, die mit den Grundlagen des Singens vertraut sind.

Auf dem Weg zum kontrollierten Singen werden in diesem Kurs weitere Etappensiege errungen.

Am 18.12.2026 findet kein Kurs statt.

Marco Schneider • K300.262

14 Vormittage, 25.09.2026

Freitag, 10:00 - 10:45 Uhr

Musikschule, Kirchenplatz 11, Herzogenaurach,
Musikzimmer 8, 3 - 5 Personen

Entgelt: 128,00 €

Atem - Stimme - Gesang

Aufbaukurs 4 Stimmbildung

Kursbeschreibung siehe K300.262

Am 18.12.2026 findet kein Kurs statt.

Marco Schneider • K301.262

14 Vormittage, 25.09.2026

Freitag, 11:00 - 11:45 Uhr

Musikschule, Kirchenplatz 11, Herzogenaurach,
Musikzimmer 8, 3 - 5 Personen

Entgelt: 128,00 €

Vom Rockblues zum Jazzstandard

Jazz-Workshop

Wir werden uns mit verschiedenen Erweiterungen der Bluesform (Jazzblues) beschäftigen und uns mit diesem Wissen dem Spielen von einfachen Jazzstandards nähern. Ganz nach dem Motto:

"Blues, the backbone of Jazz".

Der Spielspass steht im Vordergrund.

Kenntnis der einfachen Bluesform (die berühmten drei Akkorde) und der Mollpentatonik sind von Vorteil.



Peter Pelzner studierte am Hermann-Zilcher-Konservatorium Würzburg und hat über 40 Jahre Bühnenerfahrung mit verschiedensten Bands und Projekten. Er führt regelmäßig eigene Blueswork-

shops durch und ist seit Jahren Dozent beim Fürther Jazzworkshop und beim Erlanger Jazzworkshop.

www.peterpelzner.de

Peter Pelzner • K320.262

3 Termine

Freitag, 16.10.2026, 17:00 - 20:00 Uhr

Samstag, 17.10.2026, 10:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 18.10.2026, 10:00 - 16:00 Uhr

Musikschule, Kirchenplatz 11, Herzogenaurach,
Musikzimmer 6, 3 - 10 Personen

Entgelt: 240,00 €

Jazz Solo Coaching Workshop für alle Melodieinstrumente

In diesem Workshop stehen offene Einzelstunden im Vordergrund, um auf individuelle Fragen eingehen zu können, während die anderen hospitieren oder Besprochenes erarbeiten.

Nacheinander können sich alle Teilnehmer:innen mit persönlichen musikalischen Anliegen an Professor Hubert Winter wenden.

Das gemeinsame Ziel, das alle verbindet, lautet: Ein improvisiertes Jazz-Solo zu spielen und wie man sich darin verbessern kann.

Hubert Winter lehrt als Professor für Jazz-Saxophon, -Harmonielehre, -Gehörbildung und -Ensemble an der Hochschule für Musik Würzburg.



Prof. Hubert Winter • K330.262

3 Termine

Freitag, 16.10.2026, 17:00 - 20:00 Uhr

Samstag, 17.10.2026, 10:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 18.10.2026, 10:00 - 17:00 Uhr

Musikschule, Kirchenplatz 11, Herzogenaurach,
Musikzimmer 8, 4 - 6 Personen

Entgelt: 240,00 €

Kostenlose
Schnupperstunde

KLAVIER und KEYBOARD STUDIO OBERMICHELBACH

- ob Anfänger oder Fortgeschrittener
- ob jung oder alt
- hier lernen Sie alles, was Sie zum Keyboard- und Klavierspielen brauchen!
- bitte vereinbaren Sie eine unverbindliche Schnupperstunde



Verena Uebler, Steinackerweg 14
90587 Obermichelbach – Tel.: 0160 – 98 00 12 76



TEXTILES GESTALTEN

Bunte Blätter

Wandquilt

Wir wollen einen Wandquilt mit klarem Design gestalten. Dabei arbeiten wir mit einer weniger bekannten Art der Reserveapplikation. Die Technik ist nicht schwer zu erlernen und macht richtig viel Spaß! Besonders schön wirken handgefärbte oder auch Batikstoffe.

Livia Vogel • K500.262

Vorbesprechung

Dienstag, 22.09.2026, 17:30 - 18:15 Uhr

2 Tages-Workshop

Freitag, 09.10.2026, 16:00 - 21:00 Uhr

Samstag, 10.10.2026, 10:00 - 17:00 Uhr

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3,
Herzogenaurach, Raum WELTOFFEN, 1. OG links,
6 - 9 Personen

Entgelt: 85,00 €

Häuser und Bäume im Winter

Wir lernen Bäume und Häuser in zeitgemäßem Design zu gestalten. So entstehen kleine Wandbilder, Tischläufer und mehr - je nach gewählten Stoffen weihnachtlich oder für das ganze Jahr. Dieser Kurs ist auch für Anfänger:innen geeignet.

Livia Vogel • K510.262

Vorbesprechung

Dienstag, 17.11.2026, 17:30 - 18:15 Uhr

2 Tages-Workshop

Freitag, 04.12.2026, 16:00 - 21:00 Uhr

Samstag, 05.12.2026, 10:00 - 17:00 Uhr

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3,
Herzogenaurach, Raum WELTOFFEN, 1. OG links,
6 - 9 Personen

Entgelt: 85,00 €

Optische Täuschung

Durch einen gestalterischen „Trick“ entsteht ein Patchwork-Muster mit Tiefenwirkung: die Quadrate scheinen zu schweben. Trotzdem ist es einfach zu nähen, so dass auch Anfänger:innen schnell ein Erfolgserlebnis bekommen.

Mein Vorschlag ist eine Decke, es kann aber auch eine Tischdecke oder ein Läufer genäht werden.

Livia Vogel • K520.262

Vorbesprechung: 19.01.2027, 17:30 - 18:15 Uhr

2 Tages-Workshop

Freitag, 05.02.2027, 16:00 - 21:00 Uhr

Samstag, 06.02.2027, 10:00 - 17:00 Uhr

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3,
Herzogenaurach, Raum WELTOFFEN, 1. OG links,
6 - 9 Personen

Entgelt: 85,00 €

BASTELN & WERKEN

Körbchenflechten aus Peddigrohr

für Anfänger:innen

Aus natürlichem, nachhaltigem Peddigrohr fertigen wir ein Körbchen (als Flaschenhülle, Stiftebecher, Osternest o.ä.).

Sie lernen die Grundtechniken des Flechtens und üben sich in Konzentration und Koordination.

Materialien (Peddigrohr, Flechtfäden, weitere Kursunterlagen) und Werkzeuge werden vom Kursleiter zur Verfügung gestellt.



Eine Materialpauschale in Höhe von 10,00 € wird mit dem Kursleiter abgerechnet.

Rudi Viertel • K600.262

1 Vormittag, 10.10.2026

Samstag, 09:00 - 12:00 Uhr

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3,
Herzogenaurach, Raum REGIONAL, 1. OG rechts,
5 - 6 Personen

Entgelt: 27,40 €



Silberclay (Art Clay, Knetsilber)

**Schmuckstücke aus reinem Silber
wie aus Ton gestalten**

Es handelt sich hier um einen Werkstoff aus feinsten Silberpartikeln in einem ungiftigen Bindemittel. Mit einer schlickerartigen Paste können z.B. geäderte Blätter abgeformt werden.

Bitte mitbringen

Schraubglas (und falls vorhanden, eigenes Modellierwerkzeug und feine Pinsel), evtl. Blätter zum Abformen (Die Blätter sollten frisch sein - nicht getrocknet!)

Materialkosten ab ca. 45,00 € pro Schmuckstück und eine Werkzeug- und Brennpauschale in Höhe von 8,00 € werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

Es sind ca. 30 Minuten Pause eingeplant.
Bitte bringen Sie für sich eine Verpflegung mit.

Renate Brandel-Motzel • K610.262

**1 Vormittag, 04.10.2026
Sonntag, 10:00 - 17:30 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Großer Gruppenraum,
5 - 10 Personen

Entgelt: 65,50 €

Silberringe de Luxe

Luxuriöse Ringe mit und ohne Stein

Sie gestalten mit den angebotenen Ringbändern Ihren ganz individuellen Silberring, den Sie zusätzlich mit einem echten oder synthetischen Edelstein verzieren können. Auch eine asymmetrische Ausgestaltung der Ringschiene, von breit nach schmal, ist möglich.

Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

ca. 45,00 € bis 120,00 € pro Ring

Renate Brandel-Motzel • K620.262

**1 Abend, 05.10.2026
Montag, 17:30 - 21:00 Uhr**

Generationen.Zentrum,
Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach,
Großer Gruppenraum,
6 - 7 Personen

Entgelt: 30,00 €



Freundschafts- Stapel- und Wickelringe aus Silber

Trendy Silberringe für Sie und Ihn

Sie fertigen einen an allen Stellen gleich breiten Ring ohne Stein, einen sog. „Freundschaftsring“. Möglich sind auch ein oder mehrere Stapelringe oder auch einen aus silbernem Draht oder Bandmaterial gewickelten „Wickelring“ aus echtem Silber 925 Sterling.

Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

Freundschaftsringe: 23,00 € bis 113,00 €

Stapelringe: 23,00 € bis 52,50 €

Wickelringe: 50,00 € bis 116,00 €

Renate Brandel-Motzel • K630.262

**1 Abend, 09.11.2026
Montag, 17:30 - 21:00 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Großer Gruppenraum,
6 - 10 Personen

Entgelt: 30,00 €

**Bitte melden Sie sich rechtzeitig für
Ihren Kurs an. Please register for your
chosen course in good time.**

Bienenwachskerzen kreativ kneten

**mit 100 % reinem Naturwachs
aus der Imkerei**

Sie arbeiten ausschließlich mit den Händen. Ohne Formen oder Gießen kneten Sie Ihre eigene Kerze aus Bienenwachs. Auf Wunsch können Sie mehrere Kerzen gestalten, dekorieren und schön verpacken.

Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

ab 5,00 € pro Kerze (je nach Größe)

Sandra Hack • K640.262

**1 Abend, 19.10.2026
Montag, 18:45 - 20:45 Uhr**

Sandys Beestore, Wirtsgrund 3, Aurachtal,
3 - 8 Personen

Entgelt: 20,00 €



MALEN & ZEICHNEN

Intuitives Malen

Geben Sie intuitiv inneren Bildern und Impulsen eine Gestalt und überraschen Sie sich selbst. Kleine Fantasiereisen, Imaginationen, spielerische Gestaltungsimpulse dienen als Einstieg, um Zugang zum Reichtum der inneren Bilder zu finden. Dabei ist vor allem der kreative Prozess das, was wichtig ist und die Freude am Tun.

Bitte mitbringen

Eigene Pinsel und Farben (z.B. wahlweise Gouache, Tempera, Wasserfarben oder Acrylfarben), Aquarellbögen DIN A2 oder DIN A3 und Lappen. Zusätzliches Material kann bei der Kursleiterin für ein Materialgeld von ca. 10,00 € je nach Verbrauch erworben werden.

Ariadna Perez Gomez • K700.262

**3 Abende, 15.10., 22.10., 29.10.2026
Donnerstag, 18:00 - 20:15 Uhr**

Atelier l'artoteca, Luitpoldstraße 22, Erlangen,
5 - 6 Personen

Entgelt: 55,00 €

vhs mittendrin

Kreiere deine eigene Abstract Art

Hast du Lust, kreativ zu werden und einfach mal loszulegen?

In diesem Kurs tauchst du in die Welt der abstrakten Kunst ein und probierst verschiedene Mixed-Media-Techniken aus.

Ohne Leistungsdruck entwickelst du Schritt für Schritt dein eigenes Kunstwerk - von der ersten Grundierung bis zum finalen Finish. Dabei kannst du experimentieren, kombinieren und deinen ganz persönlichen Stil entdecken.

Im Mittelpunkt stehen Spaß, Kreativität und der Austausch in der Gruppe.

Acrylfarben, verschiedene Malmittel sowie Wasser, Tee und Kaffee sind inklusive - du kannst also direkt loslegen.

Bitte mitbringen

Eine Leinwand (Wunschgröße bis max. 100×100cm oder alternativ zwei kleinere)

Monika Lehner-Kranzfelder • K710.262

1 Tag, 17.10.2026

Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr

Atelier KunstLust, Neustädter Str. 8, Weisendorf,
3 - 6 Personen

Entgelt: 61,00 €

Malerei und Mischtechniken im kleinen Format

In diesem Kurs entstehen vielschichtige Bildserien und Bilder im kleinen bis mittleren Format. Wir experimentieren mit einer Methode, bei der eine Serie als Methode zur Bildfindung gewählt wird.

Die gelungenen Arbeiten werden aussortiert, der Rest weiterbearbeitet. Sie übermalen, überzeichnen, überlagern, verdichten immer wieder das, was schon entstanden ist.

Bitte mitbringen

Die Bilder leben von ihrer Materialvielfalt. Bringen Sie also gerne auch andere Malmittel oder Materialien mit, die Sie ggf. zuhause haben und längst wieder einmal einsetzen wollten, wie z.B. Malpapier, Bleistifte, Wachsmalkreiden, Wasserfarben oder Acrylfarben, Pinsel und Kleber

Ariadna Perez Gomez • K720.262

2 Termine

Samstag, 24.10.2026, 10:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 25.10.2026, 10:30 - 15:00 Uhr

Atelier l'artoteca, Luitpoldstraße 22, Erlangen,
5 - 6 Personen

Entgelt: 90,00 €

Kreiere deine eigene Abstract Art

Kursbeschreibung siehe K710.262

Bitte mitbringen

Eine Leinwand (Wunschgröße bis max. 100×100cm oder alternativ zwei kleinere)

Monika Lehner-Kranzfelder • K730.262

2 Termine

Freitag, 20.11.2026, 17:00 - 21:00 Uhr

Samstag, 21.11.2026, 10:00 - 16:00 Uhr

Atelier KunstLust, Neustädter Str. 8, Weisendorf,
3 - 6 Personen

Entgelt: 87,00 €



GESTALTEN MIT TON

Aufbaukeramik

für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Dieser Kurs bietet freies, kreatives Arbeiten mit verschiedenen Tonmassen sowie Engoben, Dekorfarben und Glasurkombinationen zur vielfältigen Oberflächengestaltung. Sie modellieren Figuren, Tiere oder winterfeste Objekte oder auch Weihnachtsgeschenke

Die Kosten für das Brennen sind im Entgelt enthalten. Materialkosten werden über die Kursleiterin abgerechnet.

Ingeborg Howein • K800.262

8 Abende, 21.09.2026

Montag, 18:00 - 20:00 Uhr

Private Grund- und Mittelschule Liebfrauenhaus,
Erlanger Str. 35, Herzogenaurach, Werkraum,
Raum A 0.8, 8 - 10 Personen

Entgelt: 114,00 €

Tolle Keramik für Herbst und Winter töpfern

Die Möglichkeiten sind vielfältig ... von frostfesten Gartenstelen im Hundertwasserstil, Kürbissen, Pilzen, Raben, Lichter- oder Futterhäuschen über Adventsdekorationen bis hin zu kleinen Schälchen für Dips oder Seife.

Die Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet: 8,50 € pro kg ungebranntem Ton

Bitte mitbringen

Einen kleinen Eimer, Lappen und ein Handtuch

Inge Stimper • K810.262

2 Abende

Mittwoch, 07.10.2026, 18:00 - 21:00 Uhr

Mittwoch, 21.10.2026, 18:00 - 20:00 Uhr

Anwesen Trescher, Kirchenstr. 1, Weisendorf,
Töpferwerkstatt, 8 - 10 Personen

Entgelt: 51,00 €

SCHLOSS KULTUR

KABARETT, 16.10.
CHRISTIAN SCHULTE-LOH
„IMPORT EXPORT“

KONZERT, 7.11.
DIE NOWAK
„STEINIGE GRÜSSE VON DER GRENZENLOSEN WIESE“

LESUNG, 18.10.
ANNEGRET LIEPOLD
„UNTER GRUND“

FAMILIENSHOW (AB 9 J.), 8.11.
CLAUDIO GNANN
„ZAUBERKUNST“

FAMILIENKONZERT (AB 6 J.), 18.10.
DOUBLE DRUMS
„GROOVIN' KIDS“

KONZERT, 17.10.
DOUBLE DRUMS
„ALL YOU CAN BEAT“

PREMIERE, 6.11.
OPER PLUS
„STERNSTUNDEN DER OPER“

herzo

INFO & TICKETS

herzoerleben
herzoerleben
für Familien

TeilhaberBank
Bürgern | Mitarbeitern | Herzogenaurach

STADT HERZOGENAUACH



Frostfeste Keramik töpfen

Kursbeschreibung siehe Kurs K810.262

Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet: 8,50 € pro kg ungebranntem Ton

Bitte mitbringen

Einen kleinen Eimer, Lappen und ein Handtuch

Inge Stimper • K820.262

2 Abende

Donnerstag, 14.01.2027, 18:00 - 21:00 Uhr

Donnerstag, 28.01.2027, 18:00 - 20:00 Uhr

Anwesen Trescher, Kirchenstr. 1, Weisendorf,
Töpferwerkstatt, 8 - 10 Personen

Entgelt: 51,00 €

SCHAFKOPF

Schafkopf

Karteln für Anfänger:innen

In diesem Kurs lernen Sie spielerisch und zunächst mit offenen Karten die Regeln, gemeinsam üben wir einfache Grundzüge und Spiele.

Dabei werden aus dem Wirtshaus bekannte Sprüche wie auch Merkregeln vermittelt und Sie lernen, wie ein "Rufspiel" funktioniert, wie wichtig das richtige Zählen der Punkte ist und wann man besser ein "Solo" lassen sollte.

Wichtig dabei: **Humor, Spaß und fränkische Gemütlichkeit kommen nicht zu kurz.**

Die Teilnehmer:innen erhalten eine "Bedienungsanleitung", die künftig hilft, mitzureden und natürlich mitzuspielen.

Frauen sind ausdrücklich willkommen!

Dittmar Adelhard • K900.262

1 Abend, 19.10.2026

Montag, 19:00 - 22:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 4 - 12 Personen

Entgelt: 33,00 €

Schafkopf

Aufbaukurs

Sie kennen die Grundregeln, haben Schafkopf gespielt und möchten Ihr Wissen auffrischen?

Oder haben Sie den Grundlagenkurs besucht und möchten nun Ihr Können vertiefen, neue Taktiken erlernen und Sonderspiele ausprobieren?

Dann kommen Sie zu diesem Kurs!

Es werden speziellere Regeln erklärt, z.B. "Davonlaufen" oder Merksätze wie "mit 'nem Unter gehst net unter".

Und wir werden die „no risk no fun“-Variante probieren, die einen besonders hohen Spaßfaktor bei Erfolg beinhaltet.

Frauen sind ausdrücklich willkommen!

Dittmar Adelhard • K910.262

1 Abend, 23.11.2026

Montag, 19:00 - 22:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 4 - 12 Personen

Entgelt: 33,00 €



Mom Brain – Wie Mutterschaft dein Gehirn verändert und du deine volle Kraft aktivierst.
Vortrag/Lesung und Diskussion. Alina Grandt

24.11.2026 – 19:30 Uhr

Rathaus, Sitzungssaal, Marktplatz 11, 91074 Herzogenaurach, mit Rollstuhl erreichbar

Beschreibung: Seite 39

Jetzt anmelden unter: <https://tinyurl.com/MomBrainInfo>

Gesundheit und Fitness

Kosmetik	57
Gesundheitswissen	58
Kochen	60
Getränk Kunde	64
Ladies Day	65
Entspannung & Achtsamkeit & Meditation	66
Yoga	67
Qigong & Taiji	71
smovey	72
Gymnastik	73
Wassergymnastik & Schwimmen	78
Pilates	79
Aerobic	81
Zumba Fitness	81
Selbstverteidigung	82





Deine Woche voller Erholung, Spaß & Bewegung



**Abwechslung
für jeden Tag.**



Montag: Saunatag (Freizeitbad geschlossen)

Dienstag: Seniorennachmittag*

Mittwoch: Sauna Grillabend

Donnerstag: Aqua Zumba

Freitag: Familientag*

*nicht in den Bayerischen Ferien und an Feiertagen

www.atlantis-bad.de



KOSMETIK

Face Yoga

Workshop

Face Yoga ist eine natürliche, nicht-invasive Methode, um die Gesichtsmuskeln gezielt zu trainieren, kräftigen, dehnen und durch sanfte Massagen die Durchblutung zu fördern.

Bitte mitbringen:

Getränk (am besten stilles Wasser) sowie Gesichts-Öl oder -creme für die Gesichtsmassage.

(Bitte Kontaktlinsen und Make-up entfernen.)

Ein Handout für Zuhause ist im Entgelt inklusive.

Astrid Friedl • G001.262

1 Vormittag, 26.09.2026

Samstag, 09:00 - 11:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 4, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 16,00 €

Face Yoga

Kurs

Hinweis/ Bitte mitbringen:

siehe Informationen zum Workshop G001.262

Astrid Friedl • G002.262

5 Abende, 05.10.2026

Montag, 17:30 - 18:30 Uhr

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Kleiner Gruppenraum,
6 - 10 Personen

Entgelt: 33,35 €

Top gestylt in 5 Minuten

Haare, Kleidung und Make-up werden auf Ihren persönlichen Typ abgestimmt. Finden Sie Ihren eigenen Stil, mit dem Sie sich rundum wohlfühlen! Schon kleine Kniffe können große Wirkung zeigen.

Erleben Sie in diesem Workshop, wie ein typgerechtes, dezentes Make-up die Schönheit Ihres Gesichts hervorhebt.

Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden mit der Kursleiterin (Visagistin) abgerechnet.

Bitte mitbringen:

Standspiegel (soweit vorhanden) und Haarband

Helga Dollhofer-Veleta • G003.262

1 Abend, 21.10.2026

Mittwoch, 17:30 - 21:15 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 5 - 6 Personen

Entgelt: 33,90 €

Face Yoga

Workshop

Hinweis/ Bitte mitbringen:

siehe Informationen zum Workshop G001.262

Astrid Friedl • G004.262

1 Vormittag, 21.11.2026

Samstag, 09:00 - 11:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 4, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 16,00 €

Zu natürlicher Schönheit mit den richtigen Farben

Farbberatung

für Damen nach 10 Jahreszeiten

An diesem Abend erfahren Sie vieles über die Zusammenhänge zwischen dem persönlichen Hautton und der natürlichen Haarfarbe sowie über die Harmonie der Farben.

Zusätzlich zur detaillierten Farbberatung werden die für Sie passenden Make-up-Farben besprochen.

Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden mit der Kursleiterin (Visagistin) abgerechnet.

Bitte mitbringen:

vorhandenes Schminkmaterial von zu Hause (zur Beurteilung), Standspiegel (soweit vorhanden).

Helga Dollhofer-Veleta • G005.262

1 Abend, 11.12.2026

Freitag, 17:30 - 21:15 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 5 - 6 Personen

Entgelt: 33,90 €

Melden Sie sich online an.

www.vhs-herzogenaurach.de

Bequem, sicher, 24/7, rund um die Uhr.



GESUNDHEITSWISSEN

Gesund durch Heilfasten nach Buchinger

ärztlich begleitete Heilfastenwoche

Sie haben schon öfter darüber nachgedacht zu fasten, möchten es aber nicht allein ausprobieren?

Heilfasten nach Buchinger ist eine moderne, wissenschaftlich begleitete Form des Fastens, die heute erfolgreich zur Unterstützung von Gesundheit und Wohlbefinden eingesetzt wird.

Fastenkuren können schmerzlindernd und entzündungshemmend wirken - besonders bei Rheuma, Fibromyalgie und chronischen Schmerzzuständen. Darüber hinaus zeigen sie positive Effekte bei Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes, Fettleber, Bluthochdruck und weiteren Stoffwechselstörungen.

Auch für gesunde Menschen bietet Fasten wertvolle Impulse.

Es hilft, sich neu zu fokussieren, den eigenen Lebensstil zu reflektieren und nachhaltige Ernährungsgewohnheiten zu entwickeln.

Ihre Kursleiterin Denise Seibert ist Ärztin und fastet seit über 20 Jahren regelmäßig selbst. In ihrer naturheilkundlichen Praxis begleitet sie viele Patient:innen kompetent und sicher durch Fastenkuren nach Buchinger.

Diese ärztlich betreute Heilfastenwoche richtet sich sowohl an Menschen, die erstmals fasten möchten, als auch an erfahrene Fastende, die sich eine strukturierte und professionelle Begleitung wünschen.

Kursablauf

1. Treffen am Mittwoch, 23.09.2026

Einführung in das Heilfasten nach Buchinger, Grundlagen und Wirkmechanismen, Ablauf der Fastenwoche, Hinweise zu den zwei Entlastungstagen und Fastenbeginn am 26.09.2026. Alle Teilnehmenden erhalten ein ausführliches Skript mit Informationen, Materialliste, Rezepten und Tipps, um gut durch die Fastenzeit zu kommen.

2. Treffen am Montag, 28.09.2026 (3. Fastentag)

Erfahrungsaustausch, Selbstreflexion, Tipps bei Fastenbeschwerden, Anleitung zum Leberwickel sowie unterstützende naturheilkundliche Maßnahmen, Informationen zum Fastenbrechen am Freitag, 02.10.2026.

3. Treffen am Freitag, 02.10.2026 (Fastenbrechen)

Rückblick auf die Fastenzeit, Reflexion von Erkenntnissen und Vorsätzen, sowie zum gesunden Ernährungseinstieg. Abschluss mit Leberwickel und Achtsamkeitsübung.

Bei schweren Grunderkrankungen (z. B. Herzkreislauf-Erkrankungen, Autoimmunerkrankun-

gen, Stoffwechselstörungen) sowie bei regelmäßiger Einnahme von Medikamenten bitten wir Sie, vor Kursbeginn Kontakt mit der Kursleiterin aufzunehmen. Sie führt in diesen Fällen ein kurzes, kostenfreies ärztliches Vorgespräch, um sicherzustellen, dass das Heilfasten für Sie geeignet ist und gegebenenfalls Anpassungen in der Medikation vorgenommen werden sollten.

Während der Fastenwoche ist Frau Dr. Seibert für medizinische Rückfragen außerhalb der Kurstreffen jederzeit erreichbar.

Diese individuellen Beratungen werden - falls sie in Anspruch genommen werden - nach der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) berechnet.

Denise Seibert • G100.262

3 Termine

Mittwoch, 23.09.2026, 18:30 - 20:30 Uhr

Montag, 28.09.2026, 19:00 - 20:30 Uhr

Freitag, 02.10.2026, 19:00 - 20:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 6, 1. OG, 3 - 10 Personen

Entgelt: 83,00 €

Die Traditionelle Chinesische Medizin

Workshop

Sie lernen einzelnen Bereiche der TCM kennen und erfahren, wie Yin und Yang in eine gesunde Balance gebracht werden können. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Ernährung im Herbst und Winter.

Einfache Qigong-Übungen und wirkungsvolle Akupressur runden den informativen Abend ab.

Dagmar Kraus • G101.262

1 Abend, 07.10.2026

Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3,
Herzogenaurach, Raum REGIONAL, 1. OG rechts,
5 - 14 Personen

Entgelt: 11,40 €





Vegane Ernährung im Sport

Leistungsoptimierung durch Pflanzenpower

Eine gut geplante vegane Ernährung fördert durch hohe Nährstoffdichte und Antioxidantien die Regeneration, senkt Entzündungen und unterstützt den Muskelaufbau.

Wichtig sind neben einer ausreichenden Kalorienzufuhr, die gezielte Kombinationen (Hülsenfrüchte, Nüsse) sowie die Supplementierung kritischer Nährstoffe wie Vitamin B12, Eisen und Vitamin D.

Der Vortrag zeigt Vorteile einer veganen Ernährung, räumt mit Mythen auf und gibt alltagstaugliche Tipps. Besonderer Fokus liegt auf der Fettzufuhr, nach neusten wissenschaftlichen Studien.

Martina Putzker • G102.262

**1 Abend, 12.10.2026
Montag, 19:00 - 20:30 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 2, 1. OG, 5 - 10 Personen

Entgelt: 11,40 €

Homöopathie für zuhause

Erkältungskrankheiten und leichte Infekte

Sie erfahren, was Homöopathie ist, wie sie wirkt und auf was Sie bei der Anwendung der Homöopathie achten müssen.

Außerdem werden Sie geeignete Arzneimittel bei Infekten im Kurs kennenlernen. Die Nutzung von Büchern der Homöopathie und deren Anwendung ist ebenfalls Thema.

Angela Kohrs • G103.262

**1 Abend, 14.10.2026
Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr**

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3,
Herzogenaurach, Raum REGIONAL, 1. OG rechts,
5 - 14 Personen

Entgelt: 17,00 €

Gesundheit des Verdauungstraktes und Homöopathie

Grundkenntnisse

Sie erwerben ein Grundverständnis über das Thema und haben die Möglichkeit, Ihren Magen-Darm-Trakt zu unterstützen und zu pflegen. Bewährte Hausmittel und Pflanzen können Symptome lindern.

Angela Kohrs • G104.262

**1 Abend, 25.11.2026
Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr**

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3,
Herzogenaurach, Raum REGIONAL, 1. OG rechts,
5 - 14 Personen

Entgelt: 17,00 €

Milchkefir

Das Getränk der Hundertjährigen

Milchkefir-Kulturen verwandeln herkömmliche Milch in nur 24 Stunden in leckeren Kefir: ein cremiges, joghurtartiges Getränk.

Verwendet werden kann der Kefir im Müsli, als Salatdressing, selbstgemachtes Eis, Smoothie, Kräuterdip usw.

Alle Teilnehmenden erhalten einen fertigen Ansatz mit nach Hause und können ab dem nächsten Tag binnen einer Minute ihren eigenen Milchkefir zubereiten.

Materialkosten in Höhe von 5,00 € sind im Entgelt enthalten.

Bitte mitbringen: ein Schraubglas

Kerstin Joschko • G105.262

**1 Abend, 02.12.2026
Mittwoch, 18:30 - 20:30 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 20,20 €

Wasserkefir

Die probiotische DIY-Limonade

Spritzig, vielfältig und lecker, so könnte man den Wasserkefir beschreiben. Doch Wasserkefir kann noch viel mehr.

Durch Fermentation entsteht binnen zwei Tagen aus Zuckerwasser ein vitaminreiches, zuckerarmes und probiotisches Getränk, individuell nach dem eigenen Lieblingsgeschmack.

Gemeinsam bereiten wir Wasserkefir zu, verkosten verschiedene Geschmacksrichtungen und lernen unterschiedliche Einsatzmöglichkeiten kennen.

Alle Teilnehmer:innen nehmen einen Ansatz mit nach Hause und können ab dem nächsten Tag binnen zwei Minuten Aufwand ihr eigenes probiotisches Getränk genießen.

Materialkosten in Höhe von 3,00 € sind im Entgelt enthalten.

Bitte mitbringen: ein Schraubglas



Kerstin Joschko • G106.262

1 Abend, 20.01.2027

Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 18,20 €

Darmbeschwerden natürlich regulieren

Selbsthilfestrategien aus der Naturheilkunde

Reizdarm, Verdauungsprobleme oder chronisch entzündliche Darmerkrankung? Mit naturheilkundlichen Methoden lassen sich viele Beschwerden sanft und effektiv lindern.

Sie erhalten praxisnahe Tipps, um Ihre Darmgesundheit nachhaltig zu unterstützen.

Denise Seibert / Ulrike Kukuk • G107.262

1 Abend, 22.01.2027

Freitag, 19:00 - 21:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 2, 1. OG, 5 - 10 Personen

Entgelt: 20,00 €

KOCHEN

Chole Bhature

ein nordindischer Streetfood-Klassiker

Diese Kombination aus würzigem Kichererbsen-curry (Chole) und fluffig frittiertem Fladenbrot (Bhature) begeistert durch intensive Aromen, aromatische Gewürze und eine perfekte Balance aus Herzhaftigkeit und Leichtigkeit.

Materialkosten in Höhe von 12,00 € sind im Entgelt enthalten.

Dr. Yamini Avadhut • G200.262

1 Abend, 24.09.2026

Donnerstag, 18:00 - 22:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 42,40 €

Bringen Sie zu den Kochkursen Schürze,
Geschirrtuch und ein kleines Behältnis mit.

Papa mit Kind als Koch-Team

ab 8 Jahre

Mit Papa Zeit zu verbringen ist toll. Warum nicht einmal zusammen kochen? In diesem Papa-Kind Kochkurs können Kinder gemeinsam mit ihrem Papa am Herd stehen.

Wir werden leckere Sellerieschnitzel mit Kartoffel- und Gurkensalat machen. Als Nachtisch gibt es Pancakes mit Vanillejoghurt.

Materialkosten in Höhe von 5,00 € pro Teilnehmer:in sind im Kursentgelt enthalten.

Bitte bringt ein Getränk, Behälter für Kostproben und ggf. eine Schürze mit.

Stephanie Drebinger • G201.262

1 Vormittag, 26.09.2026

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 9 Personen

Entgelt: 23,50 € (pro Person)

Arabischer Vorspeisenteller

vegetarisch

An diesem Abend werden wir eine leckere Auswahl an vegetarischen Vorspeisen zubereiten. Dabei sein werden Bulgar mit Tomaten, Matabbal (Auberginen) und weiteres Gemüse.

Materialkosten in Höhe von 10,00 € sind im Entgelt enthalten.

Manal Abdukahleq • G202.262

1 Abend, 29.09.2026

Dienstag, 18:00 - 21:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 36,60 €

Seelenschmeichler

Leckere, gesunde, wärmende Gerichte für die graue Jahreszeit:
Immunbost-Suppe, Abwehr-Smoothie, buntes Wintergemüse, aber auch süße Desserts aus dem Ofen, die der Seele schmeicheln.
Es wird ein Abend mit Rezepten garantiert gegen Winterblues.

Materialkosten in Höhe von 15,00 € sind im Entgelt enthalten.



Sandra Gareis • G203.262

**1 Abend, 02.10.2026
Freitag, 18:00 - 21:30 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen
Entgelt: 41,60 €

High Protein Baked Oats mit roten Linsen und Skyr

Fairtrade-Kochkurs

Dieses unkomplizierte Gericht beweist, dass lecker nicht immer mit großer Mühe verbunden sein muss. Es ist praktisch, schnell zubereitet und bietet einen festlichen Touch. Haferflocken, knackige Nüsse getoppt mit einer Creme aus Skyr und Zimt.

Materialkosten in Höhe von 12,00 € sind im Entgelt enthalten.

Martina Putzker • G204.262

**1 Abend, 07.10.2026
Mittwoch, 18:00 - 21:30 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen
Entgelt: 38,60 €



Bringen Sie zu den Kochkursen Schürze, Geschirrtuch und ein kleines Behältnis mit.

Persisch kochen

Reis als wichtigster Bestandteil der iranischen Küche, viel Gemüse, frische Kräuter, all das verspricht eine Geschmacksexplosion aus 1001 Nacht. Der Duft alleine wird Sie begeistern.

Materialkosten in Höhe von 14,00 € sind im Entgelt enthalten.

Ebrahim Mirbagheri • G205.262

**1 Abend, 09.10.2026
Freitag, 18:00 - 22:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen
Entgelt: 44,40 €

Gatte ki Sabzi

(inkl. Vorspeise und Nachtisch)

Das Gericht besteht aus gekochten Kichererbsen-mehl-Klößchen (Besan-Gatte), die in einer joghurt-basierten Soße zubereitet werden. Trotz des Namens „Sabzi“ (Gemüsegericht) enthält dieses Gericht tatsächlich kein Gemüse. Die "Gatte" (Klöße) werden als Gemüseersatz betrachtet.

Materialkosten in Höhe von 12,00 € sind im Entgelt enthalten.

Dr. Yamini Avadhut • G206.262

**1 Abend, 14.10.2026
Mittwoch, 18:00 - 22:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen
Entgelt: 42,40 €

Kräuter-Liebe

Nicht nur die Basic-Kräuter wie Schnittlauch, Petersilie, Kresse verwenden wir frisch in leckeren Gerichten. Lachs trifft auf Dill, Zucchini auf Rosmarin, Basilikum auf Parmesan und Minze auf Dessert ... Lass' dich von leckeren Aromen der gesunden Kräuterküche verzaubern.

Materialkosten in Höhe von 15,00 € sind im Entgelt enthalten.

Sandra Gareis • G207.262

**1 Abend, 16.10.2026
Freitag, 18:00 - 21:30 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen
Entgelt: 41,60 €

Kimchi und Gemüse

einfach selbst fermentieren

Kimchi (Chinakohl), die koreanische Version des Sauerkrauts, wird mit Gewürzen und verschiedenem Gemüse wild fermentiert.

Jede:r kann ein Glas veganes Kimchi mit nach Hause nehmen, das nach 2-3 Wochen Fermentationszeit schon verzehrt werden kann.

Bitte mitbringen

1 Schraub- oder Bügelverschlussglas (ca. 300 ml), großes Schneidbrett, scharfes Messer

Materialkosten in Höhe von 10,00 € sind im Entgelt enthalten (inkl. Weckglas mit Beschwerungsgewicht).



Kerstin Joschko • G208.262

1 Abend, 19.10.2026

Montag, 18:30 - 20:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 25,20 €

Aufrollen und genießen Gimbap

die koreanische Reisrolle

In diesem Kurs lernen Sie, frische und farbenfrohe Zutaten einfach und kreativ in Reis und Algenblätter einzurollen und daraus vielseitiges Gimbap zuzubereiten. Ein unkomplizierter und genussvoller Einstieg in die koreanische Küche voller kulinarischer Entdeckungen.

Materialkosten in Höhe von 16,00 € sind im Entgelt enthalten.

Ji Yeon Lohmann-Chun • G209.262

1 Abend, 23.10.2026

Freitag, 18:00 - 22:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 46,40 €

Maharashtrianisches Thali

Ein Thali ist eine ausgewogene indische Mahlzeit, bei der verschiedene Gerichte harmonisch auf einem Teller serviert werden – voller Geschmack, Farben und traditioneller Aromen. Es besteht typischerweise aus Dal (Linsengericht), Roti oder Chapati, Reis, verschiedenen Gemüsegerichten (Bhaji) sowie frischem Salat und Beilagen.

Materialkosten in Höhe von 12,00 € sind im Entgelt enthalten.

Dr. Yamini Avadhut • G210.262

1 Abend, 27.10.2026

Dienstag, 18:00 - 22:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 42,40 €

Bringen Sie zu den Kochkursen Schürze,
Geschirrtuch und ein kleines Behältnis mit.

Sprossen

Lebendige Superhelden von der Fensterbank

Nur in einem Glas und Wasser entstehen auf der Fensterbank binnen weniger Tage völlig unkompliziert und kostengünstig die lebendigsten Lebensmittel überhaupt.

Gemeinsam probieren wir uns durch verschiedene Sprossenarten und verschiedene leckere Gerichte. Ich erkläre Ihnen die einfachste Art des Sprossenbaus, die gesundheitlichen Vorteile und alle Tricks und Kniffe, die es für leckere Sprossen braucht.

Materialkosten in Höhe von 6,00 € sind im Entgelt enthalten.

Kerstin Joschko • G211.262

1 Abend, 09.11.2026

Montag, 18:30 - 20:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 21,20 €

Bringen Sie zu den Kochkursen Schürze,
Geschirrtuch und ein kleines Behältnis mit.

Orient Kitchen

vegetarisch

Couscous, Hülsenfrüchte, Linsen, Kichererbsen, im Curry oder Dal ... dazu viel frisches Gemüse, unverwechselbare Gewürze und Kräuter. Taucht ein in die schmackhafte Welt orientalischer Rezeptideen, einfach, gesund und vegetarisch. Süße Datteln, Feigen in Powerkugeln und Mango-Lassi werden unsere Sinne verzaubern.

Materialkosten in Höhe von 15,00 € sind im Entgelt enthalten.

Sandra Gareis • G212.262

1 Abend, 13.11.2026

Freitag, 18:00 - 21:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 41,60 €



High Protein Gemüselasagne

**mit gerösteten Saaten, Nüssen
und Tofu Creme**

Fairtrade-Kochkurs

Dies ist die beste vegane Lasagne mit Linsen und Wintergemüse! Der gesunde Nudel-Auflauf ist besonders proteinreich kombiniert. Er wird mit einer cremigen Cashew-Soße geschichtet, die unglaublich lecker schmeckt.

Materialkosten in Höhe von 12,00 € sind im Entgelt enthalten.

Martina Putzker • G213.262

**1 Abend, 19.11.2026
Donnerstag,
18:00 - 21:30 Uhr**

vhs Herzogenaurach,
Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen
Entgelt: 38,60 €



Bringen Sie zu den Kochkursen Schürze,
Geschirrtuch und ein kleines Behältnis mit.

Paneer Butter Masala

cremiger Klassiker der indischen Küche

Dieses aromatische Curry besteht aus zartem Paneer (indischem Frischkäse), der in einer cremigen Tomaten-Butter-Soße mit ausgewählten Gewürzen gekocht wird. Das Gericht überzeugt durch seine milde, leicht süßliche und zugleich würzige Geschmacksnote und eignet sich perfekt für Liebhaber der vegetarischen Küche.

Materialkosten in Höhe von 12,00 € sind im Entgelt enthalten.

Dr. Yamini Avadhut • G214.262

**1 Abend, 25.11.2026
Mittwoch, 18:00 - 22:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen
Entgelt: 42,40 €

**Lange Nacht der Demokratie: S. 36-38
| Mom Brain: S. 39
Schwerpunkt Finanzen & Vermögen:
S. 32-33**

Alles in einer Schüssel Bibimbap

**ein farbenfroher Klassiker
der koreanischen Küche**

Dieser Kurs führt in die Zubereitung von Bibimbap ein, einem traditionellen koreanischen Reisgericht mit ausgewogener Komposition aus Farben, Aromen und Texturen.

Sie lernen den Einsatz frischer Zutaten, würziger Saucen und verschiedene Variationen kennen.

Materialkosten in Höhe von 14,00 € sind im Entgelt enthalten.

Ji Yeon Lohmann-Chun • G215.262

**1 Abend, 27.11.2026
Freitag, 18:00 - 22:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen
Entgelt: 44,40 €

Natürlich gekeimt

**so werden aus Nahrungsmitteln
LEBENSmittel**

An diesem Abend zeige ich Ihnen, wie Sie binnen 24 Stunden und 5 min. Arbeitszeit leckere Cracker, Müslis, Smoothies oder Aufstriche herstellen können.

Freuen Sie sich auf Lebendiges, Leckeres sowie leicht verdauliche Kostproben.

Materialkosten in Höhe von 6,00 € sind im Entgelt enthalten.

Kerstin Joschko • G216.262

**1 Abend, 09.12.2026
Mittwoch, 18:30 - 20:30 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen
Entgelt: 21,20 €

Pithla

glutenfreies Kichererbsenmehl-Gericht

Dieses traditionelle Gericht wird aus Kichererbsenmehl (Besan) und aromatischen Gewürzen zubereitet. Es ist von Natur aus glutenfrei, gesund und voller Geschmack. Pithla wird klassisch mit Bhakri, Reis oder frischen Beilagen serviert.

Materialkosten in Höhe von 10,00 € sind im Entgelt enthalten.



Dr. Yamini Avadhut • G217.262

1 Abend, 13.01.2027

Mittwoch, 18:00 - 22:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 40,40 €

Papa mit Kind als Koch-Team

ab 8 Jahre

Wir werden als Vorspeise eine leckere Erbsensuppe zubereiten. Als Hauptgericht wird es ein Wirsingcurry mit Dinkel geben und als Nachtisch backen wir einen leckeren Lebkuchen-Kuchen.

Materialkosten in Höhe von 5,00 € pro Teilnehmer:in sind im Entgelt enthalten.

Bitte bringt ein Getränk, Behälter für Kostproben und ggf. eine Schürze mit.

Stephanie Drebinger • G218.262

1 Vormittag, 23.01.2027

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 23,50 € (pro Person)

Feel good Kitchen

low carb, fettarm und viel Protein

An diesem Abend kochen wir leckere, leichte Rezepte und gesunde Wohlfühlgerichte, die satt und glücklich machen.

Linzen und Kichererbsen im Salat, Zucchini-Nudeln, schlankes Omelette, Tofu oder Garnelen dürfen in der Fitnessküche nicht fehlen.

Materialkosten in Höhe von 15,00 € sind im Entgelt enthalten.

Sandra Gareis • G219.262

1 Abend, 29.01.2027

Freitag, 18:00 - 21:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Küche, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 41,60 €

Bringen Sie zu den Kochkursen Schürze, Geschirrtuch und ein kleines Behältnis mit.

GETRÄNKEKUNDE

Irish Whiskey

Sie lernen die Jahrhunderte alte Geschichte, den Herstellungsprozess mit der für Irland charakteristischen Dreifach-Destillation sowie die verschiedenen Sorten des Irish Whiskey kennen. Natürlich darf ein „Tasting“ von Irish Whiskey nicht fehlen: Es werden sechs verschiedene Marken verkostet, darunter Pot Still und Blended Irish Whiskeys.

Bitte ein Wasser- und Ihr Lieblings-Whiskyglas mitbringen.

Materialkosten in Höhe von 30,00 € sind im Entgelt enthalten.

Mindestteilnahmealter: 18 Jahre
Don't drink and drive!

Dr. Klaus Mehrlich • G250.262

1 Abend, 20.11.2026

Freitag, 20:00 - 22:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 2, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 51,70 €

Scotch Whisky

Sie lernen die Jahrhunderte alte Geschichte, die Herstellungsprozesse sowie die Sorten des Blended und Single Malt Scotch Whisky kennen. Natürlich darf ein „Tasting“ von Scotch Whisky nicht fehlen:

Es werden sechs verschiedene Whiskys aus Schottland verkostet, darunter fünf Single Malts als Repräsentanten ihrer jeweiligen geschmacklich differenzierten Regionen.

Bitte ein Wasser- und Ihr Lieblings-Whiskyglas mitbringen.

Materialkosten in Höhe von 30,00 € sind im Entgelt enthalten.

Mindestteilnahmealter: 18 Jahre
Don't drink and drive!

Dr. Klaus Mehrlich • G255.262

1 Abend, 21.11.2026

Samstag, 20:00 - 22:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 2, 1. OG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 51,70 €



LADIES DAY

Erleben Sie einen abwechslungsreichen Wohlfühltag in einem kleinen Teilnehmerkreis. Sie lernen verschiedenste Entspannungstechniken und Fitnessprogramme kennen.

In der Mittagszeit werden Sie von einer unserer Kochdozentinnen mit einem leichtbekömmlichen Mittagessen verwöhnt. Während des Tages stehen Ihnen zusätzlich Wasser und eine kleine Obstauswahl zur Verfügung. Getränke/ Verpflegung sind im Entgelt enthalten.

Bitte mitbringen:

Isomatte, bequeme Kleidung, Kissen, warme Socken, Handtuch, Kissen (ggf. auch eine Decke)

Ladies` Day am 17.10.2026

von 8:55 Uhr bis 17:45 Uhr

8:55 Uhr (bis 9:45 Uhr) Raum 8

Spaß und Bewegung

Wellness-Workout

Entspannende Musik unterstreicht ein stressfreies und trotzdem intensives Ganzkörpertraining. Dieses Workout sorgt dafür, dass Lebensenergie gleichmäßig durch Ihren Körper fließt. Es werden alle wichtigen Muskelgruppen gekräftigt.

Sabine Zenger

10:00 Uhr (bis 10:45 Uhr) Raum 8

Atmen und Achtsamkeit

Qigong

In der Ruhe liegt die Kraft. Qigong ist eine Verbindung von Körperbewegungen, Atmung und Meditation. Langsame Bewegungen und Gewichtsverlagerung regulieren den Kreislauf, richten die Wirbelsäule auf und schaffen ein völlig neues, kraftvolles, harmonisches Körpergefühl.

Dagmar Kraus

11:00 Uhr (bis 11:45 Uhr) Raum 8

Stärken und Atmen

Yoga

Yoga-Übungen schenken neue Energie für Körper, Geist und Seele. Eine kurze Bewegungsreihe zeigt, wie wohltuend, entspannend und doch energiegeladen Yoga sein kann.

Milja Pesic-Sokic

12:00 Uhr (bis 13:15 Uhr) Raum 2

Abschalten und Tanken

Gesunde Pause: leichte, leckere auf Sport und Bewegung ausgelegte Köstlichkeiten, die wir mit Energykugeln abrunden. (Bitte der vhs evtl. Allergien und Unverträglichkeiten vorab mitteilen.)

Sandra Gareis

13:15 Uhr (bis 14:15 Uhr) Raum 8

Bewegen und Stabilisieren

Sanftes effektives Bewegen

Wir Mobilisieren unsere Rumpf-/Schulter-Muskulatur mit Coretraining, dehnen und längen uns mit Faszienübungen. Komm wieder in Schwung.

Sandra Gareis

14:30 Uhr (bis 15:30 Uhr) Raum 8

Stabilisieren und Straffen

Pilates

Bei dieser Einführungsstunde stehen die für diese Trainingsmethode typischen Kräftigungs- und Dehnübungen unter Einsatz der Atemkontrolle im Vordergrund. Pilates verbessert Ihre Körperhaltung, stabilisiert Ihre Muskeln und vertieft das Körperbewusstsein.

Gerda Förster-Krein

15:45 Uhr (bis 16:45 Uhr) Raum 1

Styling und Outfit

Haare, Kleidung, Make-up

Es gibt Tage im Leben, an denen alles stimmen muss. Sie erfahren, wie Sie Haare, Kleidung und Make-up perfekt auf Ihren persönlichen Typ abstimmen. Erleben Sie in einem kurzweiligen Vortrag die Zusammenhänge zwischen dem persönlichen Hautton und der Harmonie der Farben.

Helga Dollhofer-Veleta

17:00 Uhr (bis 17:45 Uhr) Raum 8

Relaxen und Wohlfühlen

Entspannung mit Klangschalen

Begeben Sie sich mit mir in die Welt der Klangschalen. Spüren Sie die wohltuenden Vibrationen, nehmen Sie den Klang auf und genießen Sie Klangreisen, Klangbäder und Klangmassagen. Erfahren Sie Wissenswertes über die Wirkung der Klangschalen.

Rosita Tittmann

• G300.262

1 Tag, 17.10.2026

Samstag, 08:55 - 17:45 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 84,00 €

(Mittagessen, Obst und Wasser für den Tag sind im Entgelt enthalten.)

Ladies` Day am 16.01.2027

von 8:55 Uhr bis 17:45 Uhr

8:55 Uhr (bis 9:45 Uhr) Raum 8

Spaß und Bewegung

Wellness-Workout

Beschreibung siehe Ladies Day G300.262

Rosemarie Haynl

10:00 Uhr (bis 10:45 Uhr) Raum 4

Entspannung und Massage

Face Yoga

Eine natürliche, nicht-invasive Methode, um die Gesichtsmuskeln gezielt zu trainieren, kräftigen, dehnen und durch sanfte Massagen die Durchblutung zu fördern.

Astrid Friedl



11:00 Uhr (bis 11:45 Uhr) Raum 8

Stabilisieren und Straffen

Pilates

Beschreibung siehe Ladies Day G300.262

Astrid Friedl

12:00 Uhr (bis 13:15 Uhr) Raum 2

Abschalten und Tanken

Lassen Sie sich kulinarisch verführen und tauchen in die delikate Welt der indischen Küche ein.

Dr. Yamini Avadhut

13:15 Uhr (bis 14:15 Uhr) Raum 8

Anspannen und Entspannen

Progressive Muskelentspannung (PME)

- mentale Form -

In dieser Schnupperstunde findet eine Einführung in die PME durch Vergegenwärtigung (Vorstellung der Muskelanspannung) statt. Mit einer Verbesserung der Körperwahrnehmung ist eine Abnahme von Verspannungen und Stress möglich.

Kordula Schneider

14:30 Uhr (bis 15:30 Uhr) Raum 8

Stärken und Atmen

Yoga

Beschreibung siehe Ladies Day G300.262

Monika Endres

15:45 Uhr (bis 16:45 Uhr) Raum 8

Anspannen und Entspannen

Franklin-Methode® - Fokus: Schulter

Dieses Bewegungstraining arbeitet mit der Kraft der inneren Vorstellung. Verspannte Schultern schmelzen wie Vanilleeis, der Kopf schwebt wie ein Luftballon und wir laufen wie auf Federn.

Rita Schön

17:00 Uhr (bis 17:45 Uhr) Raum 8

Relaxen und Wohlfühlen

Entspannung

Kurze Übungen für Nacken, Schultern und Rücken unterstützen das Lösen von Spannungen.

Mit einer anschließenden Entspannungsreise durch den ganzen Körper im Liegen schließen wir einen positiven Tag in Ruhe und Entspannung ab.

Martina Lippenberger

• G301.262

1 Vormittag, 16.01.2027

Samstag, 08:55 - 17:45 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 84,00 €

(Mittagessen, Obst und Wasser für den Tag sind im Entgelt enthalten.)

Ihr Kurs ist nicht dabei?

Bitte nehmen Sie mit uns Kontakt auf, wenn Sie einen Kurswunsch haben.

ENTSPANNUNG & ACHTSAMKEIT & MEDITATION

Die Beschreibungen der Kurse/Seminare dieser Rubrik befinden sich auf unserer Internetseite:

www.vhs-herzogenaurach.de

im Programmbereich

Gesundheit-und-Fitness/

Entspannung-Achtsamkeit-Meditation

Bitte zu allen Entspannungs-Kursen

in Innenräumen mitbringen:

Isomatte, sportliche Kleidung, Handtuch, Getränk (ggf. auch eine Decke)

Entspannung pur

Martina Lippenberger • G302.262

1 Vormittag, 20.09.2026

Sonntag, 10:00 - 11:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 11,40 €

Waldbaden - Ankommen Ruhe und Gelassenheit finden

Achtsamkeit im Wald

Bitte mitbringen: evtl. Getränk, Insektenschutz,
kleines Notizheft/Stift

Kordula Schneider • G303.262

1 Nachmittag, 26.09.2026

Samstag, 14:00 - 16:00 Uhr

Parkplatz Dohnwald, Schlaffhäusergasse,
Herzogenaurach, 6 - 10 Personen

Entgelt: 13,50 €

Entspannungstraining

Martina Lippenberger • G304.262

4 Vormittage, 04.10.2026

Sonntag, 10:00 - 11:15 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 38,00 €



Bewegte Herz-Chakra-Meditation

Kordula Schneider • G305.262

1 Vormittag, 24.10.2026

Samstag, 10:00 - 11:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 11,40 €

Bewegliches Becken Kraft aus der Mitte

mit der Franklin-Methode®

Rita Schön • G306.262

1 Vormittag, 07.11.2026

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 10 Personen

Entgelt: 21,50 €

Besser schlafen durch Atmung & Entspannung

Im Entgelt ist ein Skript (in Höhe von 2,00 €) enthalten.

Eveline Sauernheimer • G307.262

1 Nachmittag, 15.11.2026

Sonntag, 14:00 - 18:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 5 - 7 Personen

Entgelt: 32,00 €

Entspannung mit Klangschalen

Rosita Tittmann • G308.262

1 Nachmittag, 21.11.2026

Samstag, 14:00 - 17:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 26,60 €

Bitte melden Sie sich rechtzeitig für Ihren Kurs an. *Please register for your chosen course in good time.*

Entspannung mit Klangschalen

Rosita Tittmann • G309.262

1 Nachmittag, 24.01.2027

Sonntag, 14:00 - 17:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 26,60 €

YOGA

Yoga ermöglicht es, Körper, Geist und Seele in ihrer Ganzheit zu erleben. Die aufmerksame Wahrnehmung des Körpers und die Verbindung mit dem Atem eröffnet ein bewusstes Ankommen im Körper.

Mit wohltuenden Bewegungs-, Achtsamkeits- und Meditationsübungen lernen Sie verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, Entspannungsfähigkeit und des Umgangs mit Stress kennen.

Sie lernen die Körperübungen (Asanas) und Atemübungen (Pranayama) kennen und erfahren, wie Sie durch die sanft angeleiteten Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen zu mehr Gelassenheit finden und neue Kraft schöpfen können.

Bitte zu allen Yoga-Kursen mitbringen:

Isomatte, bequeme Kleidung, warme Socken (ggf. auch eine Decke und/oder Kissen)

Yoga

Jutta Schmitt • G340.262

14 Vormittage, 21.09.2026

Montag, 08:15 - 09:30 Uhr

Mehrzweckhalle, Gartenstraße 39, Großenseebach,
10 - 16 Personen

Entgelt: 70,00 €

Mit Yoga in den Feierabend für Fortgeschrittene

Am 05.10.2026 findet kein Kurs statt.

Milja Pesic-Sokic • G341.262

12 Abende, 14.09.2026

Montag, 17:00 - 18:10 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 10 Personen

Entgelt: 93,35 €



Vinyasa Flow Yoga

Nadine Emmerich • G342.262

16 Abende, 21.09.2026

Montag, 17:30 - 18:30 Uhr

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 13 Personen

Entgelt: 80,00 €

Yoga

• **G343.262**

12 Abende, 21.09.2026

Montag, 18:30 - 19:40 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 93,35 €

Balance Yoga

Helene Gruß • G344.262

15 Abende, 21.09.2026

Montag, 19:00 - 20:30 Uhr

Schule, Reuther Weg 3-5, Weisendorf, vhs-Raum,
8 - 11 Personen

Entgelt: 112,50 €

Yoga

für Einsteiger:innen

Doreen Hanschk • G345.262

16 Vormittage, 22.09.2026

Dienstag, 09:00 - 10:15 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 133,35 €

Yoga auf dem Stuhl

Stephanie Drebinger • G346.262

3 Vormittage, 13.10.2026

Dienstag, 09:30 - 10:30 Uhr

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3,
Herzogenaurach, Raum ACHTSAM, 1. OG links,
5 - 8 Personen

Entgelt: 22,80 €

Yoga

mit Leichtigkeit

Am 27.10.2026 findet kein Kurs statt.

Marion Fritscher • G347.262

12 Vormittage, 22.09.2026

Dienstag, 10:35 - 12:05 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 120,00 €

Yoga

für Fortgeschrittene

Am 27.10.2026 findet kein Kurs statt.

Kerstin Stanek • G348.262

15 Abende, 22.09.2026

Dienstag, 18:15 - 19:45 Uhr

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 12 Personen

Entgelt: 112,50 €

Yoga

für Fortgeschrittene

Am 27.10.2026 findet kein Kurs statt.

Kerstin Stanek • G349.262

15 Abende, 22.09.2026

Dienstag, 20:00 - 21:30 Uhr

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 11 Personen

Entgelt: 112,50 €

Yoga

für Männer

Im Dezember findet kein Kurs statt.

Ulrike Engelhardt • G350.262

12 Abende, 22.09.2026

Dienstag, 20:10 - 21:25 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 100,00 €



Hatha-Yoga

Am 14.10.2026 findet kein Kurs statt.
Der 18.11. 2026 (Buß- und Betttag) findet statt.

Monika Endres • G351.262

**15 Vormittage, 23.09.2026
Mittwoch, 08:30 - 09:40 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 12 Personen

Entgelt: 87,50 €

Yoga und Leichtigkeit

Am 28.10.2026 findet kein Kurs statt.
Der 18.11. 2026 (Buß- und Betttag) findet statt.

Marion Fritscher • G353.262

**12 Vormittage, 23.09.2026
Mittwoch, 10:30 - 12:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 120,00 €

Hatha-Yoga

Am 14.10.2026 findet kein Kurs statt.
Der 18.11. 2026 (Buß- und Betttag) findet statt.

Monika Endres • G352.262

**15 Vormittage, 23.09.2026
Mittwoch, 09:50 - 11:00 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 10 Personen

Entgelt: 87,50 €

Hatha-Yoga

Am 14.10.2026 findet kein Kurs statt.
Der 18.11. 2026 (Buß- und Betttag) findet statt.

Monika Endres • G354.262

**15 Vormittage, 23.09.2026
Mittwoch, 11:10 - 12:20 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 12 Personen

Entgelt: 87,50 €

Schon probiert...?
... für
Kindergeburtstage
können Sie bei uns
einen Kochkurs
buchen.

**Das ist Ihr Geling-Rezept für ein
Koch-Team-Event, eine Geburts-
tagsfeier oder
einen Kindergeburtstag**

Zutaten und Anleitung:

- Bei der Volkshochschule anrufen,
Wunschevent nennen und Infor-
mationen erhalten:
09132 901 320
- Wunschtermin mit uns festlegen
- mit der Kursleiterin die Art des
Kochkurses vereinbaren
- Bis zu 8 Freund:innen einladen
- Am Tag der Tage kommen,
Schürze anziehen und los geht's



Unter www.vhs-herzogenaurach.de finden Sie stets aktuelle Informationen und können sich direkt zu unseren Kursen anmelden.

Further information on our multilingual webpage www.vhs-herzogenaurach.de. You can also register for a course online.

Yoga

Der 18.11. (Buß- und Betttag) findet statt.

Carolin Hack • G355.262

**15 Abende, 23.09.2026
Mittwoch, 18:45 - 19:45 Uhr**

Carl-Platz-Schule, Edergasse 17, Herzogenaurach, Gymnastikraum, 6 - 8 Personen

Entgelt: 100,00 €

Balance Yoga

Helene Gruß • G356.262

**15 Abende, 23.09.2026
Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16, Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 12 Personen

Entgelt: 112,50 €

Ganzheitliches Yoga

für leicht Fortgeschrittene

Nadine Emmerich • G357.262

**15 Nachmittage, 24.09.2026
Donnerstag, 16:50 - 18:05 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16, Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 12 Personen

Entgelt: 87,50 €

Sanftes Yoga

Sreedhar Kurakula • G358.262

**12 Abende, 24.09.2026
Donnerstag, 17:40 - 18:55 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4, Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 100,00 €

Hatha-Yoga

Am 22.10. und 29.10.2026 findet kein Kurs statt.

Kathrin Hinrichs • G359.262

**12 Abende, 24.09.2026
Donnerstag, 18:15 - 19:30 Uhr**

Schule, Reuther Weg 3-5, Weisendorf, vhs-Raum, max. 10 Personen

Entgelt: 60,00 €

Yoga

Nadine Emmerich • G360.262

**15 Abende, 24.09.2026
Donnerstag, 19:05 - 20:20 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4, Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 7 - 8 Personen

Entgelt: 100,30 €

Yoga

Am 08.10.2026 findet kein Kurs statt.

Milja Pesic-Sokic • G361.262

**12 Abende, 17.09.2026
Donnerstag, 19:20 - 20:20 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16, Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 12 Personen

Entgelt: 60,00 €

Yoga am Morgen

Am 09.10.2026 findet kein Kurs statt.

Milja Pesic-Sokic • G362.262

**12 Vormittage, 18.09.2026
Freitag, 06:45 - 07:45 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4, Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 5 - 7 Personen

Entgelt: 91,20 €

Melden Sie sich online an.
www.vhs-herzogenaurach.de .
Bequem, sicher, 24/7, rund um die Uhr.



Yin Yoga

Am 04.12.2026 findet kein Kurs statt.

Petra Löwenstein • G363.262

12 Vormittage, 18.09.2026

Freitag, 09:00 - 10:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 10 Personen
Entgelt: 120,00 €

Lachyoga

**ein Nachmittag für positive Energie
und gute Laune**

Der Kurs beinhaltet viel Entspannung, Atmen,
Dehnen, Humor, Lachen und Grundlagen der
Meditation.

Bitte mitbringen: eine Isomatte

Marion Fritscher • G364.262

1 Nachmittag, 10.10.2026

Samstag, 15:00 - 17:00 Uhr

Mehrzweckhalle, Reuther Weg 6, Weisendorf,
Bürgerstuben, 5 - 12 Personen
Entgelt: 16,00 €



QIGONG & TAIJI

Mit äußerer und innerer Bewegung finden Sie zur
Regeneration der Lebenskraft (Qi), zu wachsender
Ruhe, Stabilität und Lebensfreude.

**Sie lernen das Zusammenspiel von gelassener
Atmung, langsam fließenden Bewegungen und
gelenkter Aufmerksamkeit kennen** und können
die Vertiefung der Atmung und die Harmonisie-
rung des Herz-Kreislauf-Systems erleben.

Taiji Qigong Bewegungen sind leicht und ange-
nehm, wirken ausgleichend auf das Nervensystem
und verbessern die Geschmeidigkeit der Gelenke.
Die Übungen lassen sich gut in den persönlichen
Tagesablauf integrieren.

Bitte zu allen Qigong-Kursen mitbringen:

bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, (Getränk)

Qigong

Dagmar Kraus • G370.262

10 Vormittage, 21.09.2026

Montag, 09:45 - 10:45 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 5 - 8 Personen
Entgelt: 76,00 €

Taiji Qigong

Gesundheitsübungen in Achtsamkeit

Sylvia Hellmold • G371.262

12 Vormittage, 21.09.2026

Montag, 11:00 - 12:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 5 - 9 Personen
Entgelt: 91,20 €

**Mom Brain – Wie Mutterschaft
dein Gehirn verändert und du deine
volle Kraft aktivierst.**

Vortrag/Lesung und Diskussion.
Alina Grandt

24.11.2026 – 19:30 Uhr

Rathaus, Sitzungssaal, Marktplatz
11, 91074 Herzogenaurach, mit
Rollstuhl erreichbar

Beschreibung: Seite 39

Jetzt anmelden unter: <https://tinyurl.com/MomBrainInfo>



Qigong

14-tägig: Gruppe 1

Ralf Jakob • G372.262

8 Abende

**05.10., 19.10., 09.11., 23.11., 07.12.,
21.12.2026, 18.01. und 01.02.2027**

Montag, 20:00 - 21:15 Uhr

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 13 Personen

Entgelt: 50,00 €

Qigong

14 tägig: Gruppe 2

Ralf Jakob • G373.262

8 Abende

**12.10., 26.10., 16.11., 30.11., 14.12.2026,
11.01., 25.01. und 15.02.2027**

Montag, 20:00 - 21:15 Uhr

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 13 Personen

Entgelt: 50,00 €

Qigong

für Anfänger:innen

Der Kurs findet am 18.11. (Buß- und Betttag) statt.

Stefanie Bernad • G374.262

10 Vormittage, 07.10.2026

Mittwoch, 09:05 - 10:15 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 77,80 €

Qigong

Dagmar Kraus • G375.262

4 Vormittage, 11.01.2027

Montag, 09:45 - 10:45 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 30,40 €

Qigong

für Anfänger:innen

Stefanie Bernad • G376.262

4 Vormittage, 13.01.2027

Mittwoch, 09:05 - 10:15 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 31,10 €

Taiji Quan Schnupperworkshop

Energie und Entspannung

Sylvia Hellmold • G377.262

1 Nachmittag, 23.01.2027

Samstag, 14:30 - 16:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 5 - 11 Personen

Entgelt: 15,30 €

SMOVEY

Das smovey ist ein außergewöhnliches Gesundheits-, Fitness- und Therapiegerät, das den Körper und Geist in Schwingung bringt.

Ob jung oder alt, Bewegungsübungen mit dem smovey eignen sich für jede Altersgruppe.

Die smovey-Ringe sind vielseitig einsetzbar zur Entspannung und Lockerung bis Ausdauer- und Krafttraining oder auch zur Massage.

Mit smovey können Sie sich in jeder Umgebung mobilisieren, kräftigen und entspannen.

smovey-Ringe werden zu den Kursstunden zur Verfügung gestellt. Eigene smoveys können ebenso mitgebracht werden.

Bitte zu allen smovey-Kursen mitbringen:

Isomatte, sportliche Kleidung, Getränk

smovey

Power-Kurs

Michaela Brenner • G450.262

16 Abende, 22.09.2026

Dienstag, 17:30 - 18:30 Uhr

Taekwon-Do Schule, Gewerbegebiet Ost 15 C,
Weisendorf, 7 - 9 Personen

Entgelt: 91,75 €



smovey

Der Kurs findet am 18.11.2026 (Buß- und Betttag) statt. Am 23.12.2026 findet kein Kurs statt.

Michaela Brenner • G451.262

**15 Abende, 23.09.2026
Mittwoch, 17:40 - 18:40 Uhr**

Schule, Reuther Weg 3-5, Weisendorf, Turnhalle,
8 - 11 Personen

Entgelt: 75,00 €

smovey

Michaela Brenner • G452.262

**15 Vormittage, 24.09.2026
Donnerstag, 08:15 - 09:15 Uhr**

WingTjung-Studio Herzogenaurach, Steggasse 8,
Herzogenaurach, Sportraum, 7 - 8 Personen

Entgelt: 86,00 €

GYMNASTIK

Die Beschreibungen der Kurse dieser Rubrik befinden sich auf unserer Internetseite:

www.vhs-herzogenaurach.de

im Programmbereich
Gesundheit-und-Fitness/Gymnastik

Bitte zu allen Gymnastik- und Fitness-Kursen mitbringen:

Isomatte, sportliche Kleidung, Handtuch, Getränk
(ggf. auch eine Decke)

Wirbelsäule und Gelenke

Michaela Brenner • G500.262

**16 Vormittage, 21.09.2026
Montag, 09:00 - 10:00 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 12 Personen

Entgelt: 80,00 €

Das Kreuz mit dem Kreuz

Am 23.11.2026 findet kein Kurs statt.

Uta Schmidt • G501.262

**13 Vormittage, 05.10.2026
Montag, 10:00 - 11:00 Uhr**

Mehrzweckhalle, Reuther Weg 6, Weisendorf,
Turnhalle, 7 - 15 Personen

Entgelt: 74,60 €

Wirbelsäule und Gelenke

Michaela Brenner • G502.262

**16 Vormittage, 21.09.2026
Montag, 10:15 - 11:15 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 12 Personen

Entgelt: 80,00 €

Wirbelsäulengymnastik

Uta Schmidt • G503.262

**12 Nachmittage, 21.09.2026
Montag, 15:15 - 16:15 Uhr**

Grundschule, Neue Str. 40, Großenseebach,
Turnhalle, 7 - 10 Personen

Entgelt: 68,80 €

Schonendes Ganzkörperkrafttraining

Marion Schubert • G504.262

**14 Abende, 05.10.2026
Montag, 18:30 - 19:15 Uhr**

Wilhelm-Pfeffer-Schule, Burgstaller Weg 18,
Herzogenaurach, Turnhalle, 10 - 34 Personen

Entgelt: 40,60 €

Die lange Nacht der Demokratie findet in zahlreichen Städten – zeitgleich – am Vorabend zum Tag der Deutschen Einheit statt. Zum ersten Mal sind wir hier in Herzogenaurach mit dabei. Wir wollen diskutieren und zuhören, wir wollen Musik und Kultur genießen und **uns unserer demokratischen Freiheiten bewusst werden.**



Powergymnastik

Bitte mitbringen: leichte Turnschuhe

Susanne Berner • G505.262

15 Abende, 21.09.2026

Montag, 19:15 - 20:15 Uhr

Kath. KiTa St. Elisabeth, Hammerbacher Str. 2,
Herzogenaurach, Gymnastikraum, 9 - 11 Personen

Entgelt: 67,00 €

Tone & Stretch

Bitte mitbringen: Theraband

Susanne Lechner • G506.262

15 Abende, 21.09.2026

Montag, 20:30 - 21:30 Uhr

Wilhelm-Pfeffer-Schule, Burgstaller Weg 18,
Herzogenaurach, Turnhalle, 7 - 16 Personen

Entgelt: 86,00 €

Fitnessgymnastik

für Frauen

Daniela Rothe • G507.262

15 Abende, 21.09.2026

Montag, 20:30 - 21:30 Uhr

Kath. KiTa St. Elisabeth, Hammerbacher Str. 2,
Herzogenaurach, Gymnastikraum, 9 - 12 Personen

Entgelt: 67,00 €

Fitness

für Frauen ab 60

Ursula Gronbach • G508.262

14 Vormittage, 22.09.2026

Dienstag, 09:00 - 10:15 Uhr

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 9 - 11 Personen

Entgelt: 78,20 €

Ihr Kurs ist nicht dabei?
Bitte nehmen Sie mit uns
Kontakt auf, wenn Sie
einen Kurswunsch haben.

Wirbelsäule und Gelenke

Michaela Brenner • G509.262

16 Vormittage, 22.09.2026

Dienstag, 10:30 - 11:30 Uhr

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 11 Personen

Entgelt: 80,00 €

Luftakrobatik am Aerial Hoop

Schnupperstunde

Bitte zwei Tage vor dem Kurs auf das Eincremen
der Haut verzichten, da sonst der Halt an der
Hoop beeinträchtigt wird. Schmuck muss wäh-
rend des Trainings abgelegt werden.

Anna-Katharina Sievers • G510.262

1 Abend, 10.11.2026

Dienstag, 17:00 - 18:00 Uhr

Pole Birdies, Hauptstr. 54,
Herzogenaurach, 4 - 7 Personen

kostenfrei



Luftakrobatik am Aerial Hoop

Kurs für Einsteigerinnen

siehe Informationen zur Schnupperstunde
G510.262

Anna-Katharina Sievers • G511.262

5 Abende, 17.11.2026

Dienstag, 17:00 - 18:00 Uhr

Pole Birdies, Hauptstr. 54, Herzogenaurach,
4 - 7 Personen

Entgelt: 110,00 €

Starke Mitte

Faszientraining trifft Beckenboden

Maren Ketzer • G512.262

6 Abende, 29.09.2026

Dienstag, 17:15 - 18:15 Uhr

Carl-Platz-Schule, Edergasse 17, Herzogenaurach,
Gymnastikraum, 6 - 8 Personen

Entgelt: 40,00 €



Koordinations- und Stabilisationstraining

Sabine Zenger • G513.262

13 Abende, 29.09.2026
Dienstag, 18:30 - 19:30 Uhr

WingTjung-Studio Herzogenaurach, Steggasse 8,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 9 Personen

Entgelt: 65,00 €

HIIT & mehr

für geübte Sportbegeisterte

Kerstin Niegl • G514.262

13 Abende, 29.09.2026
Dienstag, 18:45 - 19:45 Uhr

Wilhelm-Pfeffer-Schule, Burgstaller Weg 18,
Herzogenaurach, Turnhalle, 9 - 28 Personen

Entgelt: 65,00 €

Nirvana-Fitness

Michaela Brenner • G515.262

16 Abende, 22.09.2026
Dienstag,
18:45 - 19:45 Uhr

Taekwon-Do Schule,
Gewerbegebiet Ost 15 C,
Weisendorf,
6 - 10 Personen

Entgelt: 104,00 €



Das Kreuz mit dem Kreuz

Maren Ketzer • G516.262

6 Abende, 22.09.2026
Dienstag, 19:15 - 20:15 Uhr

Staatliches Berufliches Schulzentrum, Friedrich-
Weiler-Platz 2, Herzogenaurach, Turnhalle,
10 - 34 Personen

Entgelt: 23,20 €

Das Kreuz mit dem Kreuz

Am 15.12. und 22.12.2026 findet kein Kurs statt.

Wiebke Bürger • G517.262

9 Abende, 10.11.2026
Dienstag, 19:15 - 20:15 Uhr

Staatliches Berufliches Schulzentrum, Friedrich-
Weiler-Platz 2, Herzogenaurach, Turnhalle,
10 - 34 Personen

Entgelt: 34,80 €

Wirbelsäulentraining

beweglich, stabil, stark durch den Alltag

Ingrid Schaefer • G5171.262

8 Abende, 22.09.2026
Dienstag, 19:45 - 20:45 Uhr

Carl-Platz-Schule, Edergasse 17, Herzogenaurach,
Gymnastikraum, 6 - 8 Personen

Entgelt: 53,35 €

Outdoor Functional Fitness

Daniela Rothe • G518.262

7 Nachmittage, 16.09.2026
Mittwoch, 14:00 - 15:00 Uhr

Parkplatz Dohnwald, Schlaffhäusergasse,
Herzogenaurach, 5 - 10 Personen

Entgelt: 53,20 €

Rücken-Beckenboden-Training

Susanne Lechner • G519.262

6 Abende, 23.09.2026
Mittwoch, 18:45 - 19:45 Uhr

Wilhelm-Pfeffer-Schule, Burgstaller Weg 18,
Herzogenaurach, Turnhalle, 8 - 16 Personen

Entgelt: 30,00 €

Rücken-Beckenboden-Training

Am 16.12. und 23.12.2026 findet kein Kurs statt.
Der 18.11. (Buß- und Betttag) findet statt.

**Bitte melden Sie sich rechtzeitig
für Ihren Kurs an. Please register
for your chosen course in good
time.**



Wiebke Bürger • G520.262

9 Abende, 11.11.2026
Mittwoch, 18:45 - 19:45 Uhr

Wilhelm-Pfeffer-Schule, Burgstaller Weg 18,
Herzogenaurach, Turnhalle, 8 - 16 Personen

Entgelt: 45,00 €

Wirbelsäulengerechte Gymnastik

Am 21.10. und 28.10.2026 findet kein Kurs statt.
Der 18.11.2026 (Buß- und Betttag) findet statt.

Sandra Gareis • G521.262

14 Abende, 23.09.2026
Mittwoch, 18:45 - 19:45 Uhr

KiTa St. Marien, Haundorfer Str. 11,
Herzogenaurach, Gymnastikhalle, 8 - 12 Personen

Entgelt: 70,00 €

vhs mittendrin

Super Body-Workout

Bitte mitbringen: leichte Turnschuhe

Monika Lehner-Kranzfelder • G522.262

15 Abende, 30.09.2026
Mittwoch, 19:00 - 20:00 Uhr

Schule, Reuther Weg 3-5, Weisendorf, Turnhalle,
10 - 35 Personen

Entgelt: 58,00 €

Das Kreuz mit dem Kreuz

Am 07.10.2026 findet kein Kurs statt.

Tanja Wittmann • G523.262

15 Abende, 16.09.2026
Mittwoch, 19:00 - 20:00 Uhr

Schule, Reuther Weg 3-5, Weisendorf, vhs-Raum,
8 - 12 Personen

Entgelt: 75,00 €

Show-Choreographie

ab 16 Jahren

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Bitte mitbringen: Basketball-Schuhe

Der 18.11.2026 (Buß- und Betttag) findet statt.

Markus Herbst • G524.262

12 Abende, 23.09.2026
Mittwoch, 19:00 - 20:00 Uhr

Ballsporthalle, Reuther Weg 6 a, Weisendorf,
Feld 1, EG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 60,00 €



Show-Choreographie

ab 16 Jahren

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Bitte mitbringen: Basketball-Schuhe

Markus Herbst • G525.262

8 Abende, 13.01.2027
Mittwoch, 19:00 - 20:00 Uhr

Ballsporthalle, Reuther Weg 6 a, Weisendorf,
Feld 1, EG, 8 - 12 Personen

Entgelt: 40,00 €



Wirbelsäulengerechte Gymnastik

Am 21.10. und 28.10.2026 findet kein Kurs statt.
Der 18.11. (Buß- und Betttag) findet statt.

Sandra Gareis • G526.262

**14 Abende, 23.09.2026
Mittwoch, 20:00 - 21:00 Uhr**

KiTa St. Marien, Haundorfer Str. 11,
Herzogenaurach, Gymnastikhalle, 8 - 10 Personen
Entgelt: 70,00 €

Bodystyling

Bauch Beine Po

Andrea Meckel • G5261.262

**15 Abende, 23.09.2026
Mittwoch, 20:00 - 21:00 Uhr**

Wilhelm-Pfeffer-Schule, Burgstaller Weg 18,
Herzogenaurach, Turnhalle, 8 - 25 Personen
Entgelt: 75,00 €

Wirbelsäulentraining

Rosemarie Haynl • G527.262

**15 Vormittage, 24.09.2026
Donnerstag, 07:55 - 08:55 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 10 - 12 Personen
Entgelt: 60,00 €

Fitness für Frauen

für Frauen ab 60

Ursula Gronbach • G528.262

**14 Vormittage, 24.09.2026
Donnerstag, 09:00 - 10:30 Uhr**

Kath. KiTa St. Elisabeth, Hammerbacher Str. 2,
Herzogenaurach, Gymnastikraum, 9 - 11 Personen
Entgelt: 93,80 €

Wirbelsäulentraining

Rosemarie Haynl • G529.262

**15 Vormittage, 24.09.2026
Donnerstag, 09:05 - 10:05 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 10 - 11 Personen
Entgelt: 60,00 €

Das Kreuz mit dem Kreuz

Uta Schmidt • G530.262

**14 Vormittage, 24.09.2026
Donnerstag, 10:25 - 11:25 Uhr**

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 11 Personen
Entgelt: 70,00 €

HIIT

Andrea Meckel • G531.262

**15 Abende, 24.09.2026
Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr**

Wilhelm-Pfeffer-Schule, Burgstaller Weg 18,
Herzogenaurach, Turnhalle, 8 - 28 Personen
Entgelt: 75,00 €

Nirvana-Fitness

Michaela Brenner • G532.262

**15 Abende, 24.09.2026
Donnerstag,
18:15 - 19:15 Uhr**

Generationen.Zentrum,
Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach,
Sportraum,
6 - 10 Personen

Entgelt: 97,50 €



**Lange Nacht der Demokratie: S. 36-38 | Mom Brain: S. 39
Schwerpunkt Finanzen & Vermögen: S. 32-33**



Fitnessgymnastik mit Tanzchoreografie

für Fortgeschrittene ab 16 Jahren

Bitte mitbringen: leichte Turnschuhe

Monika Lehner-Kranzfelder • G533.262

16 Abende, 24.09.2026

Donnerstag, 19:00 - 20:00 Uhr

Schule, Reuther Weg 3-5, Weisendorf, Turnhalle,
10 - 25 Personen

Entgelt: 61,90 €

Entgelt für Jugendliche: 52,30 €

Rund aber fit Wer macht mit?

für Frauen

Gerda Rath • G534.262

15 Abende, 24.09.2026

Donnerstag, 20:05 - 21:05 Uhr

Schule, Reuther Weg 3-5, Weisendorf, Turnhalle,
9 - 16 Personen

Entgelt: 67,00 €

Faszien.Fitness.Balance

zertifizierter Präventionskurs

Sie können hier von Ihrer Krankenkasse i.d.R. eine
Bezuschussung in Höhe von ungefähr 80 % des
Entgelts erhalten, sofern Sie mindestens an 8 von
10 Terminen teilgenommen haben.

Anca Ott • G535.262

10 Vormittage, 25.09.2026

Freitag, 08:30 - 09:30 Uhr

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 6 - 13 Personen

Entgelt: 140,00 €

Panofit Kraftausdauer-Training

zertifizierter Präventionskurs

Sie können hier von Ihrer Krankenkasse i.d.R. eine
Bezuschussung in Höhe von ungefähr 80 % des
Entgelts erhalten, sofern Sie mindestens an 7 von
8 Terminen teilgenommen haben.

Anca Ott • G536.262

8 Vormittage, 25.09.2026

Freitag, 11:30 - 12:30 Uhr

Dohnwald, Eingang Michael-Kreß-Weg,
Herzogenaurach, 6 - 10 Personen

Entgelt: 140,00 €

WASSERGYMNASTIK & SCHWIMMEN

Übungen im Wasser sind gelenkschonend und
fördern die Durchblutung sowie die Muskelkraft
durch den Widerstand des Wassers.

Der Auftrieb reduziert die Belastung auf den
Körper, was die Ausführung der Übungen erleich-
tert. Zusätzlich macht Bewegung im Wasser Spaß
und hält fit.

Die Wassergymnastik wird in einer Wassertiefe
von 1,25 m durchgeführt.

**Für alle vhs-Kurse im Atlantis ist der Eintritt ins
Freizeitbad im Kursentgelt bereits enthalten.**

Wassergymnastik

auch für Nichtschwimmer:innen

Christiane Schmitz • G540.262

15 Vormittage, 12.10.2026

Montag, 09:05 - 09:55 Uhr

Freizeitbad Atlantis, Würzburger Straße 35,
Herzogenaurach, Hallenbad, 12 - 14 Personen

Entgelt: 112,50 €

Wassergymnastik am Abend

für Schwimmer:innen

Der Kurs findet am 18.11. (Buß- und Bettag) statt.
Am 23.12.2026 findet kein Kurs statt.

Christiane Schmitz • G541.262

12 Abende, 07.10.2026

Mittwoch, 18:30 - 19:15 Uhr

Freizeitbad Atlantis, Würzburger Straße 35,
Herzogenaurach, Hallenbad, 9 - 12 Personen

Entgelt: 122,00 €

Melden Sie sich online an.

www.vhs-herzogenaurach.de .

Bequem, sicher, 24/7, rund um
die Uhr.



Aquagymnastik

auch für Nichtschwimmer:innen

Daniela Ehrhardt • G542.262

12 Vormittage, 24.09.2026

Donnerstag, 09:15 - 10:00 Uhr

Freizeitbad Atlantis, Würzburger Straße 35,
Herzogenaurach, Hallenbad, 12 - 14 Personen

Entgelt: 90,00 €

Aquagymnastik

auch für Nichtschwimmer:innen

Daniela Ehrhardt • G543.262

12 Vormittage, 24.09.2026

Donnerstag, 10:15 - 11:00 Uhr

Freizeitbad Atlantis, Würzburger Straße 35,
Herzogenaurach, Hallenbad, 12 - 14 Personen

Entgelt: 90,00 €

Kraulen

Bitte mitbringen: Schwimmbrille, Schwimmbrett
und Flossen (falls vorhanden)

Christiane Schmitz • G545.262

6 Nachmittage, 13.11.2026

Freitag, 15:00 - 15:45 Uhr

Freizeitbad Atlantis, Würzburger Straße 35,
Herzogenaurach, Hallenbad, 7 - 9 Personen

Entgelt: 77,30 €

Kraulen

für Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: Schwimmbrille, Schwimmbrett
und Flossen (falls vorhanden)

Christiane Schmitz • G546.262

6 Nachmittage, 13.11.2026

Freitag, 16:00 - 16:45 Uhr

Freizeitbad Atlantis, Würzburger Straße 35,
Herzogenaurach, Hallenbad, 7 - 9 Personen

Entgelt: 77,30 €

PILATES

Pilates ist eine sanfte und effektive Trainingsmethode, die dem Körper unabhängig von Alter und Leistungsfähigkeit zu mehr Balance, Kraft und Beweglichkeit verhilft.

Mit einfachen, kontrollierten Bewegungen, verbunden mit Atmung und Konzentration aus dem Ganzkörper-Training nach Joseph Pilates, straffen Sie den gesamten Körper und entwickeln darüber hinaus eine gute Körperhaltung.

Sie lernen verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, der Kraft, Dehn-, Koordinations- und Entspannungsfähigkeit, zur Stärkung der Körpermitte („Kraftzylinder“) und des Rückens kennen.

Bitte zu allen Pilates-Kursen mitbringen:

Isomatte, bequeme Kleidung, Handtuch

Pilates

Eicke Reiter • G550.262

15 Abende, 21.09.2026

Montag, 17:15 - 18:30 Uhr

Carl-Platz-Schule, Edergasse 17, Herzogenaurach,
Gymnastikraum, 6 - 10 Personen

Entgelt: 125,00 €

Pilates

Eicke Reiter • G551.262

15 Abende, 21.09.2026

Montag, 18:40 - 19:55 Uhr

Carl-Platz-Schule, Edergasse 17, Herzogenaurach,
Gymnastikraum, 6 - 8 Personen

Entgelt: 125,00 €

Pilates

Astrid Friedl • G552.262

16 Abende, 21.09.2026

Montag, 18:50 - 19:50 Uhr

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 13 Personen

Entgelt: 80,00 €

Lange Nacht der Demokratie: S. 36-38 | Mom Brain: S. 39
Schwerpunkt Finanzen & Vermögen: S. 32-33



Pilates

Eicke Reiter • G553.262

15 Abende, 21.09.2026

Montag, 20:00 - 21:15 Uhr

Carl-Platz-Schule, Edergasse 17, Herzogenaurach,
Gymnastikraum, 6 - 9 Personen

Entgelt: 125,00 €

Pilates

Eicke Reiter • G554.262

15 Vormittage, 22.09.2026

Dienstag, 08:25 - 09:55 Uhr

Mehrzweckhalle, Reuther Weg 6, Weisendorf,
Turnhalle, 8 - 10 Personen

Entgelt: 112,50 €

Pilates

Voraussetzung: Grundkenntnisse

Vom 08.12. bis 22.12.2026 findet kein Kurs statt.

Gerda Förster-Krein • G555.262

12 Abende, 22.09.2026

Dienstag, 17:20 - 18:35 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 100,00 €

Pilates

Voraussetzung: Grundkenntnisse

Vom 08.12. bis 22.12.2026 findet kein Kurs statt.

Gerda Förster-Krein • G556.262

12 Abende, 22.09.2026

Dienstag, 18:45 - 20:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 100,00 €

Pilates am Morgen

Am 28.10. und 23.12.2026 findet kein Kurs statt.

Der 18.11.2026 (Buß- und Betttag) findet statt.

Monika Zernickel • G557.262

15 Vormittage, 23.09.2026

Mittwoch, 07:45 - 08:45 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 8 - 10 Personen

Entgelt: 75,00 €

Pilates

Der 18.11.2026 (Buß- und Betttag) findet statt.

Carolyn Hack • G558.262

15 Abende, 23.09.2026

Mittwoch, 17:30 - 18:30 Uhr

Carl-Platz-Schule, Edergasse 17, Herzogenaurach,
Gymnastikraum, 6 - 8 Personen

Entgelt: 100,00 €

Pilates

Am 18.11. (Buß- und Betttag) findet der Kurs statt.

Gisela Otterstetter • G559.262

15 Abende, 30.09.2026

Mittwoch, 17:30 - 18:30 Uhr

Generationen.Zentrum, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach, Sportraum, 8 - 12 Personen

Entgelt: 75,00 €

Pilates

Am 18.11. (Buß- und Betttag) findet der Kurs statt.

Gisela Otterstetter • G560.262

15 Abende, 30.09.2026

Mittwoch, 19:00 - 20:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 100,00 €

**Bitte melden Sie sich rechtzeitig
für Ihren Kurs an. Please register
for your chosen course in good time.**



Pilates

Voraussetzung: Grundkenntnisse
Vom 03.12. bis 17.12.2026 findet kein Kurs statt.

Gerda Förster-Krein • G561.262

**12 Vormittage, 24.09.2026
Donnerstag, 08:45 - 10:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen
Entgelt: 100,00 €

Pilates

Voraussetzung: Grundkenntnisse
Vom 03.12. bis 17.12.2026 findet kein Kurs statt.

Gerda Förster-Krein • G562.262

**12 Vormittage, 24.09.2026
Donnerstag, 10:15 - 11:30 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 8, 2. OG, 6 - 8 Personen
Entgelt: 100,00 €

Pilates

Eicke Reiter • G563.262

**14 Abende, 24.09.2026
Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr**

Carl-Platz-Schule, Edergasse 17, Herzogenaurach,
Gymnastikraum, 6 - 8 Personen
Entgelt: 140,00 €

Pilates

Eicke Reiter • G564.262

**14 Abende, 24.09.2026
Donnerstag, 19:40 - 20:55 Uhr**

Carl-Platz-Schule, Edergasse 17, Herzogenaurach,
Gymnastikraum, 5 - 8 Personen
Entgelt: 133,00 €

Ihr Kurs ist nicht dabei?
Bitte nehmen Sie mit uns
Kontakt auf, wenn Sie
einen Kurswunsch haben.

AEROBIC

Die Beschreibungen der Aerobic-Kurse
befinden sich auf unserer Internetseite:

www.vhs-herzogenaurach.de

im Programmbereich
Gesundheit-und-Fitness/Aerobic

Bitte zu allen Aerobic-Kursen mitbringen:

Isomatte, sportliche Kleidung, Handtuch, Getränk
(ggf. auch eine Decke)

Aerobic und Fatburner

Marion Schubert • G600.262

**14 Abende, 05.10.2026
Montag, 19:25 - 20:20 Uhr**

Wilhelm-Pfeffer-Schule, Burgstaller Weg 18,
Herzogenaurach, Turnhalle, 10 - 36 Personen
Entgelt: 49,70 €

fit & fun

Aerobic

Sabine Lenz • G601.262

**14 Abende, 22.09.2026
Dienstag, 20:20 - 21:25 Uhr**

Staatliches Berufliches Schulzentrum, Friedrich-
Weiler-Platz 2, Herzogenaurach, Turnhalle, 10 - 17
Personen

Entgelt: 60,70 €

ZUMBA FITNESS

Zumba® Fitness

Zumba® Fitness vereint lateinamerikanische
Rhythmen mit leicht zu folgendenden Bewegungen
zu einem einzigartigen Fitnessprogramm.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Turnschuhe,
Handtuch, Getränk

Sabrina Gerstle • G610.262

**11 Abende, 24.09.2026
Donnerstag, 19:15 - 20:15 Uhr**

Wilhelm-Pfeffer-Schule, Burgstaller Weg 18,
Herzogenaurach, Turnhalle, 15 - 37 Personen
Entgelt: 79,20 €



Zumba® Fitness

Kursbeschreibung siehe Kurs G610.262

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Turnschuhe, Handtuch, Getränk

Sabrina Gerstle • G611.262

5 Abende, 14.01.2027

Donnerstag, 19:15 - 20:15 Uhr

Wilhelm-Pfeffer-Schule, Burgstaller Weg 18, Herzogenaurach, Turnhalle, 15 - 37 Personen

Entgelt: 36,00 €

Stockkampf und Schwertfechten

Stöcke werden kostenfrei zur Verfügung gestellt.

Klaus Ahlborn • G701.262

6 Abende, 30.09.2026

Mittwoch, 19:00 - 20:00 Uhr

WingTjung-Studio Herzogenaurach, Steggasse 8, Herzogenaurach, Sportraum, 5 - 6 Personen

Entgelt: 45,60 €

SELBSTVERTEIDIGUNG

Die Beschreibungen der Kurse dieser Rubrik befinden sich auf unserer Internetseite:

www.vhs-herzogenaurach.de

im Programmbereich

Gesundheit-und-Fitness/Selbstverteidigung

WingTjung realistische Selbstverteidigung

für Erwachsene und Jugendliche

Klaus Ahlborn • G700.262

8 Abende, 28.09.2026

Montag, 18:40 - 19:40 Uhr

WingTjung-Studio Herzogenaurach, Steggasse 8, Herzogenaurach, Sportraum, 5 - 6 Personen

Entgelt: 60,90 €

Melden Sie sich online an.

www.vhs-herzogenaurach.de .

Bequem, sicher, 24/7, rund um die Uhr.

Ju-Jutsu für Einsteiger:innen

**für Erwachsene
und Jugendliche ab 15 Jahren**

Martin Wenger • G702.262

6 Abende, 24.09.2026

Donnerstag, 17:15 - 18:45 Uhr

Realschule Turnhalle 2, Burgstaller Weg 3 (Zugang zur Turnhalle über Hans-Maier Straße, Bushaltestelle Realschule), Herzogenaurach, 4 - 12 Personen

Entgelt: 90,00 €

KarateDo

Intensiv-Kurs

Nicole Wittmann • G703.262

10 Abende, 25.09.2026

Freitag, 19:00 - 20:00 Uhr

Private Grund- und Mittelschule Liebfrauenhaus, Erlanger Str. 35, Herzogenaurach, Turnhalle, 4 - 6 Personen

Entgelt: 108,00 €

GUTSCHEIN
Für 1 Woche
Probetraining.

Wing Tjung - KungFu

Selbstverteidigung
Kinder-KungFu
Selbstbewußtsein
Sicherheit

www.wing-tjung.de - E-Post: klausahlborn@t-online.de
Tel. 0951-94500006 – Herzogenaurach, Steggasse 8

ZUSAMMEN BEEINDRUCKEN



L/M/B DRUCK GmbH **Louko**



Testen
Sie uns
jetzt!

Machen Sie
Ihre Werbung
zu etwas
Besonderem!

- Gestaltung | Konzept | Entwurf | Satz
- Offsetdruck mit UV-Spot-Lackierung
- Digitaldruck | Akzidenzdruck
- Prägungen | Stanzungen
- Personalisierte Druckprodukte
- Weiterverarbeitung | Versandservice

Mehr Information unter www.lmb-druck.de



HERZO
aktuell
DAS AKTUELLE STADTMAGAZIN FÜR
HERZOGENLACH UND UMGEBUNG

...keine Zeit für Werbung?

Sie möchten Ihr Angebot herausragend präsentieren und zielsicher an die Frau oder den Mann bringen? Ihnen ist eine pfffige und ansprechende Anzeige wichtig, Sie haben keine Zeit sich mit Terminen, Text und Gestaltung zu beschäftigen?

Wir erledigen das für Sie.

Mehr Zeit für Ihre Kunden.

Komplette Abwicklung und Beratung:

Telefon 0174/3 20 52 74 (Frau Goblirsch)

oder E-Mail an: info@herzoaktuell.de



herzo



Musik machen – Musik erleben.

Das neue Musikschuljahr beginnt im September.



www.herzogenaurach.de/musikschule



**MUSIKSCHULE
HERZOGENAURACH**

junge vhs

Bewegung	.86
Malen	.87
Märchen.....	.87
rund um den Computer.....	.88
Sprachen.....	.89





BEWEGUNG

Gymnastik mit Tanz

ab 6 bis 9 Jahren

Bitte mitbringen: leichte Turnschuhe
Am 29.10.2026 findet kein Kurs statt.

Susanne Berner • j100.262

**14 Abende, 24.09.2026
Donnerstag, 17:00 - 17:45 Uhr**

Schule, Reuther Weg 3-5, Weisendorf, Turnhalle,
10 - 30 Personen

Entgelt: 34,30 €

Gymnastik mit Tanz

ab 10 bis 15 Jahren

für Fortgeschrittene
Bitte mitbringen: leichte Turnschuhe
Am 29.10.2026 findet kein Kurs statt.

Susanne Berner • j101.262

**14 Abende, 24.09.2026
Donnerstag, 17:55 - 18:55 Uhr**

Schule, Reuther Weg 3-5, Weisendorf, Turnhalle,
10 - 30 Personen

Entgelt: 45,80 €

TigerMinis

ab 6 bis 9 Jahren

Im Training wird der natürliche Bewegungsdrang aufgegriffen und auf spielerische Weise durch das Erlernen von Karate-Techniken Motorik, Koordination und Konzentration gefördert. Im Vordergrund steht der Spaß!
Bei Anmeldung bitte Handynummer angeben.

Mona Hertwich • j102.262

**10 Abende, 25.09.2026
Freitag, 17:00 - 18:00 Uhr**

Private Grund- und Mittelschule Liebfrauenhaus,
Erlanger Str. 35, Herzogenaurach, Turnhalle,
6 - 12 Personen

Entgelt: 65,00 €



Für Kinder ab 7 Jahren!
Am 4. November stellt Marla Saris ihr Hörbuch »Spieglein, Spieglein... und wie heißt der Frosch in der Stadtbibliothek vor.
Beginn: 15 Uhr

KarateKids

ab 10 Jahren

Traditionelles Karate der Stilrichtung Shotokan wird mit modernen sportpädagogischen Lehrmethoden und gesundheitsorientierter Trainingslehre vermittelt.

Bei Anmeldung bitte Handynummer angeben.

Nicole Wittmann • j103.262

**10 Abende, 25.09.2026
Freitag, 18:00 - 19:00 Uhr**

Private Grund- und Mittelschule Liebfrauenhaus,
Erlanger Str. 35, Herzogenaurach, Turnhalle,
6 - 10 Personen

Entgelt: 65,00 €

Luftakrobatik am Aerial Hoop

Schnupperstunde ab 8 bis 13 Jahre

In dieser Schnupperstunde bekommst du einen ersten Einblick in die Luftakrobatik am Aerial Hoop. Du lernst einfache Grundlagen und kannst dich ganz ohne Vorkenntnisse ausprobieren.

Der entsprechende Kurs dazu startet am 17.11. mit 5 Terminen (j108.262).

Bitte zwei Tage vor dem Kurs auf das Eincremen der Haut verzichten, da sonst der Halt an der Hoop beeinträchtigt wird. Schmuck muss während des Trainings abgelegt werden.

Anna-Katharina Sievers • j107.262

**1 Abend, 22.09.2026
Dienstag, 17:00 - 18:00 Uhr**

Pole Birdies, Hauptstr. 54,
Herzogenaurach, 3 - 5 Personen

kostenfrei



Luftakrobatik am Aerial Hoop

ab 8 bis 13 Jahre

Spielerisch die Welt des Aerial Hoops entdecken! In diesem Kurs lernen Kinder erste Figuren und Bewegungen am Luftring, verbessern ihre Kraft, Beweglichkeit, Koordination und ihr Körpergefühl.

Mit viel Spaß und in einer sicheren Umgebung fördern wir Selbstvertrauen, Kreativität und Freude an der Bewegung - ganz ohne Vorkenntnisse.

siehe auch Informationen zur Schnupperstunde j107.262

Anna-Katharina Sievers • j108.262

5 Abende, 29.09.2026

Dienstag, 17:00 - 18:00 Uhr

Pole Birdies, Hauptstr. 54, Herzogenaurach, 3 - 5 Personen

Entgelt: 95,00 €

MALEN

Aquarell malen mit Kreiden eine Reise in den Orient

ab 6 bis 10 Jahre

Vor ca. 100 Jahren reiste August Macke mit Malerkollegen nach Nordafrika. Mit Aquarellfarben hielten sie die Farben des Orients fest. Entstanden sind viele bekannte farbenfrohe Bilder.

Wir stimmen uns auf das Reiseziel Nordafrika ein, erfahren mehr über die Geschichte der Maler, das Leben, typische Bräuche, Musik und betrachten die bunten Bilder.

Mit Aquarellkreiden und Aquarellpapier fangen die Kinder diese Stimmung ein.

Materialkosten in Höhe von 3,00 € sind im Entgelt enthalten.

Anmeldeschluss: 26.10.2026

Elfi Wolbring • j130.262

1 Vormittag, 03.11.2026

Dienstag, 09:30 - 11:30 Uhr

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3, Herzogenaurach, Raum REGIONAL, 1. OG rechts, 5 - 8 Personen

Entgelt: 19,00 €



Malen mit Acrylfarben eine Reise nach Australien

ab 6 bis 10 Jahre

Mit Bildern stimmen wir uns auf eine Reise nach Australien ein. Wir betrachten Bilder der Aborigines (Dot Painting) und versuchen uns selbst in dieser Maltechnik.

Es entstehen farbenfrohe Bilder und Muster. Kinder lieben meist Tiere als Motiv.

Bitte mitbringen

Acrylfarben, Pinsel, Wasserbehälter, Bleistift, Radiergummi, Malblock, Leinwand oder Malpappe, Malerkittel

Materialkosten in Höhe von 1,50 € sind im Entgelt enthalten.

Anmeldeschluss: 03.02.2027

Elfi Wolbring • j131.262

1 Vormittag, 10.02.2027

Mittwoch, 09:30 - 11:30 Uhr

vhs am Weiherbach, Langenzenner Str. 3, Herzogenaurach, Raum REGIONAL, 1. OG rechts, 5 - 8 Personen

Entgelt: 17,50 €



MÄRCHEN

Märchenspaziergang im Winter

ab 4 Jahre (mit Begleitperson)

Kurz vor Nikolaus habe ich einen ganzen Sack Märchen und Geschichten bei mir, die unbedingt erzählt werden wollen. Kommt mit mir in den Winterwald und lauscht, was ich in kleinen Pausen zu berichten weiß.

Bitte wetterfeste Kleidung mitbringen!

Anmeldeschluss: 30.11.2026

Barbara Maikranz • j140.262

1 Nachmittag, 05.12.2026

Samstag, 14:00 - 15:30 Uhr

Parkplatz Dohnwald, Schlaffhäuergasse, Herzogenaurach, 5 - 8 Personen

Entgelt: 4,90 €

Die lange Nacht der Demokratie findet in zahlreichen Städten – zeitgleich – am Vorabend zum Tag der Deutschen Einheit statt. Zum ersten Mal sind wir hier in Herzogenaurach mit dabei. Wir wollen diskutieren und zuhören, wir wollen Musik und Kultur genießen und **uns unserer demokratischen Freiheiten bewusst werden.**



RUND UM DEN COMPUTER

Computerschreiben mit 10 Fingern

für Schüler:innen ab 11 Jahren



In diesem Kurs ist es möglich, an nur zwei Vormittagen das Tastenfeld eines Computers mit allen Fingern zu bedienen, ohne hinzusehen.

Im Gegensatz zu herkömmlichen Methoden handelt es sich hierbei um einen ganzheitlichen mentalen Ansatz. Das heißt, es wird nicht nur der Tastsinn angesprochen, sondern es werden viele Sinne aktiviert. So ist beispielsweise jede Taste auf dem Tastenfeld mit einem Bild verknüpft, wodurch sich die Lage der einzelnen Buchstaben schnell einprägen lässt. Durch den gezielten Einsatz von Farben, Musik und erprobten Entspannungstechniken wird der Lernprozess weiter unterstützt.

Mit diesem System macht es Spaß, Computerschreiben zu lernen.

Der Kurs ist besonders für Schüler:innen geeignet, die demnächst mit Informatik beginnen.

Schulungsunterlagen in Höhe von 15,00 € sind Voraussetzung für den Kurs und im Entgelt bereits enthalten.

Bitte mitbringen:

Schreibzeug, Getränk, Pausensnack

Alexandra Goller • j300.262

**2 Vormittage, 02.11. und 03.11.2026
Montag und Dienstag, 09:00 - 12:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 5 - 10 Personen

Entgelt: 53,80 €

Computerschreiben mit 10 Fingern

für Schüler:innen ab 11 Jahren



Kursbeschreibung siehe j300.262

Schulungsunterlagen in Höhe von 15,00 € sind Voraussetzung für den Kurs und im Entgelt bereits enthalten.

Bitte mitbringen:

Schreibzeug, Getränk, Pausensnack

Alexandra Goller • j301.262

**2 Nachmittage, 02.11. und 03.11.2026
Montag und Dienstag, 13:00 - 16:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 5 - 10 Personen

Entgelt: 53,80 €

Ralley durch Internet, Word und Powerpoint

von 10 bis 14 Jahren



Im Internet recherchiert ihr zu einem Thema, an Tag zwei bereitet ihr es in Word als Informationsschrift vor und schließlich präsentiert ihr es in der Software PowerPoint.

Deine Kursleiterin Alex hat sehr viel Erfahrung mit Schüler:innen und mit dem PC. Sie sorgt dafür, dass die Arbeit am PC strukturiert und abwechslungsreich voran geht. Ihr lernt also, wie die Software-Programme funktionieren und wie ihr im Internet sucht und Ergebnisse sichert.

Bitte mitbringen:

leeren USB-Stick und Getränk

Alexandra Goller • j302.262

**3 Vormittage, 04.11., 05.11., 06.11.2026
Mittwoch bis Freitag, 09:00 - 12:00 Uhr**

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 5 - 10 Personen

Entgelt: 58,20 €

Excel für Kids (12+) Grundlagen der Tabellenkalkulation entdecken

für Schüler:innen von 12 bis 14 Jahren



Wir rechnen mit Excel - Excel rechnet für uns. Wir gestalten Tabellen und programmieren Formeln. Wir lernen Excel kennen und damit ein Werkzeug, welches richtig viel Spaß macht.

Tauche ein in die faszinierende Welt von Excel! Wir laden dich herzlich zu unserem spannenden Excel-Grundlagenkurs für Schüler:innen ein.

Unsere erfahrene Lehrkraft hilft dir, Excel kennenzulernen und zeigt dir, dass Excel und Spaß keine Gegensätze sind.

Bitte mitbringen:

ein Getränk

Alexandra Goller • j304.262

1 Nachmittag, 04.11.2026
Mittwoch, 13:00 - 16:00 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, EG, 5 - 10 Personen

Entgelt: 19,40 €

SPRACHEN

Englisch für Kinder Have fun with English

für Grundschüler:innen der 3. + 4. Klasse

Spielerisches Erlernen der englischen Sprache, begleitend zum Grundschulunterricht - auch als Vorbereitung auf weiterführende Schulen.

In Rollenspielen, mit Liedern, Spielen und Freude an der Bewegung tauchen die Kinder ein in die neue Sprache. Sie erlernen wichtige Frage- und Antwortsätze und erweitern durch kleine Grammatik- und Wortschatzübungen ihre Ausdrucksfähigkeit, um sich über Themen (Hobbies, Animals, Holidays, Seasons etc.), die sie interessieren, zu unterhalten.

Material wird zur Verfügung gestellt, es entstehen keine weiteren Kosten.

Bitte mitbringen
Jurismappe, Heft, Federmäppchen mit bunten Stiften, Getränk, kleiner Snack

Dr. Teresa Brannan • S103.262

10 Nachmittage, 21.10.2026
Mittwoch, 16:30 - 17:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 2, 1. OG, 8 - 10 Personen

Entgelt: 48,00 €

Englisch mit Fokus: Sprechen

für Schüler:innen der 8. bis 10. Klasse

Ziel dieses Kurses ist es, Schüler:innen der Klassen 8, 9 und 10 die Möglichkeit zu geben, sich auf ihre Prüfungen in den Bereichen Sprechen, Schreiben und Hörverständnis im Fach Englisch vorzubereiten.

Üblicherweise sind die mündlichen Prüfungen und Schulaufgaben häufig im Mai/Juni des Schuljahres. Durch den zeitigen Start des Kurses im Herbst, können die Schülerinnen und Schüler auf allen Ebenen mehr Sicherheit im Umgang mit der Sprache gewinnen.

Du bist Abiturient:in und wünschst dir ein Sprachtraining Englisch? Dann nimm' bitte mit der vhs Kontakt auf: vhs@herzogenaurach.de

Lynsey Milewski • S104.262

10 Abende, 20.10.2026
Dienstag, 17:00 - 18:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 1, 1. OG, 5 - 8 Personen

Entgelt: 97,00 €

Chinesisch für Schüler:innen mit Vorkenntnissen

ab 9 Jahren

Du bist hier richtig, wenn du Vorkenntnisse hast. Dieser Kurs ist nicht für Anfänger:innen.

Er richtet sich an Schüler:innen mit ersten Chinesischkenntnissen, die ihre Sprachfähigkeiten weiterentwickeln und ihre Kenntnisse systematisch vertiefen möchten.

Im Unterricht werden alle wichtigen Sprachbereiche trainiert: Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben. Die Teilnehmenden erweitern ihren Wortschatz, üben alltagsnahe Dialoge, die ihrer Lebenswelt entsprechen und lernen, chinesische Schriftzeichen sicherer zu erkennen und zu schreiben.

Besonderer Wert wird auf einen abwechslungsreichen und motivierenden Unterricht gelegt, damit die Jugendlichen Freude am Lernen behalten und gleichzeitig kontinuierlich Fortschritte machen.

Neben dem Sprachunterricht lernen die Teilnehmenden auch interessante Aspekte der chinesischen Kultur kennen - zum Beispiel Feste, Traditionen, Alltagsleben und kulturelle Besonderheiten.

Ting Wang ist Muttersprachlerin mit langjähriger Unterrichtserfahrung.

Ting Wang • S513.262

15 Vormittage, 26.09.2026
Samstag, 10:00 - 11:30 Uhr

vhs Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach, Raum 5, 1. OG, 6 - 8 Personen

Entgelt: 135,75 €

Ihr Kurs ist nicht dabei?

Bitte nehmen Sie mit uns Kontakt auf, wenn Sie einen Kurswunsch haben.

Verzeichnis der Kursleiter:innen

A

Abdukahleq, Manal: 60
Ackermann, Liseth Carolina: 14f.
Adelhard, Dittmar: 54
Ahlborn, Klaus: 82
Allousch, Alexander: 30
Arbaoui, A. S.: 11, 30
Avadhut, Yamini: 60ff., 65

B

Bartels, Ulrike: 8f.
Beger, Petra: 13
Bernad, Stefanie: 72
Berner, Susanne: 74, 86
Böhm-Hümmer, Margit: 48
Bolano, Serenella: 11
Brandel-Motzel, Renate: 50f.
Brannan, Teresa: 10, 89
Brenner, Michaela: 72ff., 77
Brunner, Teresa: 7f.
Bürger, Wiebke: 75
Buttazzi, Annalisa: 7, 13f.

C

Cáceres Fajardo, Hugo David: 16
Calabrese, Francesco: 13
Casu, Gabriele: 14
Chadová, Pavla: 39
Chamanova, Natalia: 19f., 22ff.

D

Dollhofer-Veleta, Helga: 57, 65
Drebinge, Stephanie: 60, 64, 68

E

Ehrhardt, Daniela: 78f.
Emmerich, Nadine: 68, 70
Endres, Monika: 65, 69
Engelhardt, Ulrike: 68
Engelmann, Christian: 42

F

Fellermeyer, Marion: 23
Förster-Krein, Gerda: 65, 80f.
Friedl, Astrid: 57, 65, 79
Fritscher, Marion: 68f., 71
Fröhling, Ana María: 15

G

Gareis, Sandra: 60ff., 64f., 76f.
Geerling, Mirco: 46f.
Geerling, Sina: 46f.
Gerstle, Sabrina: 81
Girault-Sterff, Florence: 12
Goller, Alexandra: 26f., 88
Grandt, Alina: 39
Gronbach, Ursula: 74, 77
Gruß, Helene: 68, 70
Gugel, Jörg: 40
Gusatto, Alessandra: 18
Gutarra de Gerhards, Alina: 7, 15ff.

H

Hack, Carolin: 70, 80
Hack, Sandra: 43, 51
Häckel, Andrea: 41
Hanschke, Doreen: 68
Harig, Barbara: 7
Hausteiner, Eva: 38
Haynl, Rosemarie: 65, 77
Hellmold, Sylvia: 71f.
Herbst, Markus: 76
Hermann, Julia: 22
Hertwich, Mona: 86
Hinrichs, Kathrin: 70
Hofmann, Frank: 32f.
Horcher, Angela: 41
Howein, Ingeborg: 53
Hoyer, Christian: 37f.
Hufnagel, Walter: 47

I

Ingenhorst, Anne: 39
Ivanovich, Irina: 21f.

J

Jäger, Paola: 17
Jakob, Ralf: 72
Janetschke, Peter: 40
Joschko, Kerstin: 59, 61ff.

K

Kähler, Julie: 7ff.
Ketzer, Maren: 74f.
Khouri, Nicolas: 17
Kinder- und Jugendtheater, Chapeau Claque: 37
Kohrs, Angela: 59
Kraus, Dagmar: 58, 65, 71f.
Kukuk, Ulrike: 60
Kurakula, Sreedhar: 70

L

Lechner, Susanne: 74f.
Lehner-Kranzfelder, Monika: 52, 76, 78
Lenz, Sabine: 81
Lippenberger, Martina: 65f.
Loghinescu, Kunda: 19
Lohmann-Chun, Ji Yeon: 62f.
Löwenstein, Petra: 71

M

Maikranz, Barbara: 87
Maron, Bernd: 44
Mattenklodt, Peter: 39
Meckel, Andrea: 77
Mehrlich, Klaus: 64
Milewski, Lynsey: 7, 10, 89
Mirbagheri, Ebrahim: 61

N

Neuberger, Christian: 32f.
Niegl, Kerstin: 75

O

Verzeichnis der Kursleiter:innen

Ott, Anca: 78

Otterstetter, Gisela: 80

P

Pelzner, Peter: 48

Perez Gomez, Ariadna: 52

Pešić-Sokić, Milja: 65, 67, 70

Putzker, Martina: 59, 61, 63

Q

Quandt, Bettina: 41

R

Rath, Gerda: 78

Raub, Barbara: 44

Reisch, Daniela: 43

Reiter, Eicke: 79ff.

Riabenko, Ganna: 20

Rothe, Daniela: 74f.

S

Sauernheimer, Eveline: 37

Sauter, Gillian: 8ff.

Schaefer, Ingrid: 26, 31, 75

Schlehein, Kornelius: 44

Schmidt, Uta: 73, 77

Schmitt, Jutta: 67

Schmitz, Christiane: 78f.

Schneider, Kordula: 65ff.

Schneider, Marco: 48

Schön, Rita: 65, 67

Schubert, Marion: 73, 81

Seibert, Denise: 58, 60

Sievers, Anna-Katharina: 74, 86f.

Stanek, Kerstin: 68

Stimper, Inge: 53f.

T

Tittmann, Rosita: 65, 67

V

vhs Team: 19

Viertel, Rudi: 48, 50

Vogel, Livia: 50

W

Wang, Ting: 17, 89

Wenger, Martin: 82

Wimmer, Ariane: 11f.

Winter, Hubert: 49

Wittmann, Nicole: 82, 86

Wittmann, Tanja: 76

Wolbring, Elfi: 87

Wolf, Zhanna: 18f.

Z

Zenger, Sabine: 65, 74

Zernickel, Monika: 80



Mom Brain – Wie Mutterschaft dein Gehirn verändert und du deine volle Kraft aktivierst.

Vortrag/Lesung und Diskussion. Alina Grandt

24.11.2026 – 19:30 Uhr

Rathaus, Sitzungssaal, Marktplatz 11, 91074 Herzogenaurach, mit Rollstuhl erreichbar

Beschreibung: Seite 39

Jetzt anmelden unter: <https://tinyurl.com/MomBrainInfo>



Wir setzen auf Qualität

Die vhs Herzogenaurach präsentiert sich als moderne, zeitgemäße Bildungseinrichtung, die für alle offen ist. Sie spiegelt als die kommunale Erwachsenenbildungseinrichtung der Stadt Herzogenaurach die Weltoffenheit Europas und strebt die internationale Zusammenarbeit an. Eine hohe Zufriedenheit unserer Teilnehmer:innen, Lehrkräfte und Partner:innen ist unser vorrangiges Ziel. Um dies sicherzustellen, hat die vhs Herzogenaurach das Qualitätsmanagementsystem nach dem international anerkannten Excellence-Modell EFE (Excellence Framework Europe) durchgeführt. Die vhs wurde mit dem Prädikat „Anerkennung für Excellence Level 2“ ausgezeichnet.

Dafür steht Ihre vhs Herzogenaurach

Wir legen international geltende Qualitätsstandards zugrunde und setzen Verfahren ein, die auf eine systematische und kontinuierliche Verbesserung des Angebots und der Organisation zielen. Qualität der Kursinhalte, pädagogisch-didaktische Kompetenz der Kursleiter:innen und deren regelmäßige Fortbildung, qualifizierte Teilnehmer-Beratung, moderne Lehrmittel und das Lernen in kleineren Gruppen: das ist es, was Ihre vhs auszeichnet.

1953 in Herzogenaurach gegründet, reagiert die vhs flexibel auf die aktuellen Bedürfnisse und gesellschaftlichen Entwicklungen. Wir fördern die Gesundheit für Körper und Geist, unterstützen die Integration, Inklusion und interkulturelle Kommunikation, begegnen dem demographischen Wandel und stärken als Bildungspartner regional angesiedelte Unternehmen. In Zusammenarbeit mit kommunalen Stellen, sozialen Trägern, Schulen und Kindergärten investieren wir in Grundbildung. Sie ist die Voraussetzung für Wohlstand und Lebensqualität.

Wir schaffen positive Lernerfahrungen.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Terms and Conditions

1. Geltungsbereich

Diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen (nachfolgend „AGB“) der Volkshochschule Herzogenaurach (nachfolgend „vhs“) gelten für alle Verträge, die ein/e Verbraucher:in oder Unternehmer:in (nachfolgend „Kunde/Kundin“) mit der vhs hinsichtlich der auf der Website oder in Printmedien (z. B. Broschüren oder Programme) der vhs dargestellten Veranstaltungen abschließt. Hiermit wird der Einbeziehung von eigenen Bedingungen des Kunden / der Kundin widersprochen; es sei denn, es ist ausdrücklich etwas anderes vereinbart. Träger der vhs ist die Stadt Herzogenaurach, vertreten durch Ersten Bürgermeister Dr. German Hacker.

2. Vertragsschluss / Teilnahme

Anmeldung: Ab Veröffentlichung kann eine Anmeldung zu den Veranstaltungen über das Internet www.vhs-herzogenaurach.de erfolgen. Die Datenübermittlung erfolgt verschlüsselt. Weiterhin kann eine Anmeldung zu den Veranstaltungen per Post / Briefkasteneinwurf oder persönlich in der Geschäftsstelle der vhs erfolgen. Ihre Anmeldung wird in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet.

Der Vertrag kommt mit der Anmeldebestätigung zustande.

Teilnahmeberechtigung, Wechsel des Teilnehmers / der Teilnehmerin:

Teilnahmeberechtigt ist nur die in der Anmeldung namentlich genannte Person. Dies gilt für Präsenzveranstaltungen ebenso wie für Online- und/oder Hybridveranstaltungen. Die Teilnahme eines/einer Dritten anstelle der in der Anmeldung genannten Person ist nur mit Zustimmung der vhs in Textform möglich.

3. Preise und Zahlungsbedingungen

Entgelte / Entgeltordnung: Für die Veranstaltungen der vhs ist ein Entgelt zu zahlen. Näheres regelt die Entgeltordnung.

Fälligkeit: Die Entgelte werden bei Anmeldung fällig.

Zahlungsmöglichkeiten: Für die fälligen Entgelte erteilt der Kunde / die Kundin der vhs zur Abbuchung ein SEPA-Lastschriftmandat. Kund:innen können in der vhs-Geschäftsstelle auch bar oder mit EC-Karte bezahlen. Die Entgelte werden in der Regel mit Veranstaltungsbeginn abgebucht. **Ausnahme:** Kochkurse und Wochenendseminare werden in der Woche vor Veranstaltungsbeginn gebucht. Das der vhs erteilte SEPA-Mandat bezieht sich ausdrücklich

nur auf die gebuchten Veranstaltungen. Die SEPA-Lastschrift wird nur eingelöst, wenn der Kunde / die Kundin einen Platz in der Veranstaltung erhält und diese auch stattfindet.

Kosten, die durch fehlerhafte Kontoangaben der Kund:innen, durch ungerechtfertigten Widerruf oder nicht ausreichende Kontendeckung entstehen, gehen zu Lasten des Kunden / der Kundin.

Ermäßigungen: 50 % Ermäßigung erhalten auf Antrag und bei Vorlage eines gültigen Nachweises:

- Schüler:innen, Student:innen und in Ausbildung befindliche Kund:innen
- Kund:innen, die Arbeitslosengeld I und II beziehen
- Inhaber:innen des Tafelausweises der Diakonie Erlangen und Inhaber:innen des HerzoPass

Die Entgeltermäßigung kann nur für Kurse, Lehrgänge und Einzelveranstaltungen gewährt werden. Für Prüfungen / Prüfungsvorbereitungen, Exkursionen / Studienfahrten / Nebenkosten sind **keine** Ermäßigungen möglich.

Die Entgeltermäßigung muss vor Veranstaltungsbeginn beantragt werden. Die Ermäßigung muss für jede Veranstaltung neu beantragt werden. Bei Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche ist das ermäßigte Entgelt bereits berücksichtigt und in der Veranstaltung ermäßigt angezeigt.

4. Mindestteilnehmerzahl / Höchstteilnehmerzahl

Höchstteilnehmerzahlen: In jeder Veranstaltung steht eine begrenzte Anzahl von Plätzen zur Verfügung.

Die Mindestteilnehmerzahl ist für jede Veranstaltung entsprechend ausgeschrieben. Veranstaltungen können nach Zustimmung der vhs auch bei Unterschreiten der Mindestteilnehmerzahl stattfinden. Hierfür müssen sich die Kund:innen auf Vorschlag der vhs sofort bei Beginn der Veranstaltung auf eine Entgelt-Aufzahlung oder Stundenreduzierung einigen. Das Ergebnis der Einigung teilt der/die Kursleitende der vhs unverzüglich schriftlich mit. Die vereinbarte Aufzahlung oder Stundenreduzierung gilt für die gesamte Dauer der Veranstaltung. Eventuell später hinzukommende oder wegfallende Teilnehmende ändern diese Konditionen nicht mehr.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Terms and Conditions

5. Stornierung, Änderung oder Ausfall der Veranstaltung

a) Ausfall der Veranstaltung

Die vhs ist berechtigt, eine Veranstaltung vor dem ersten Veranstaltungstag aus wichtigen Gründen (wie etwa höhere Gewalt) kurzfristig abzusagen. Das Teilnahmeentgelt wird zu 100% erstattet. Die vhs wird sich um einen Ersatztermin bemühen.

b) Änderung/Ausfall einzelner Termine innerhalb eines Kurses

Wenn eine Veranstaltung aus mehreren Terminen besteht und ein Termin unerwartet ausfällt (z.B. wegen Krankheit der Kursleitung), werden die Teilnehmer:innen nach Möglichkeit von der vhs informiert. Es besteht jedoch kein Anspruch auf Benachrichtigung. Der ausgefallene Termin wird nachgeholt, wodurch sich das Kursende entsprechend verschiebt. Ein unerwarteter Ausfall ist kein Grund für einen Rücktritt vom Kurs.

c) Rücktritt durch den Kunden/die Kundin

Die Abmeldung muss schriftlich und bei der vhs-Geschäftsstelle erfolgen. Eine mündliche Abmeldung genügt nicht. Es gelten folgende Fristen und Bedingungen:

Stornogeühr für Veranstaltungen:

- Der Rücktritt von einer Veranstaltung ist kostenfrei, wenn sie bis sieben Tage vor dem ersten Veranstaltungstag erfolgt.
- Ab sechs Tage vor dem ersten Veranstaltungstag wird das volle Entgelt berechnet.
- Krankheit ist kein Grund für einen Rücktritt.
- Karten für Theater sind von der Stornierung ausgeschlossen, aber übertragbar auf Dritte.

Stornogeühr für Einbürgerungstest und Test „Leben in Deutschland“

- Bei Rücktritt bis 36 Tage vor dem Prüfungstermin beträgt die Stornogeühr 11,00 €.
- Ab 35 Tage vor dem Prüfungstermin wird das volle Prüfungsentgelt berechnet.

Stornogeühr für Deutsch-Prüfungen: Deutsch telc-Zertifikat und DTZ Deutschtest für Zuwanderer:

- Bei Rücktritt bis 36 Tage vor dem Prüfungstermin beträgt die Stornogeühr 50,00 €.
- Ab 35 Tage vor dem Prüfungstermin wird das volle Prüfungsentgelt berechnet.

6. Teilnahmebescheinigungen

Teilnahmebescheinigungen können binnen eines Jahres nach Kursende ausgestellt werden, wenn mindestens 80% der Unterrichtsstunden einer Veranstaltung besucht wurden.

7. Nutzungsrechte

Die in den Veranstaltungen verwendeten Materialien und Unterlagen sind urheberrechtlich geschützt.

8. Haftung

In Schadensfällen haftet die Stadt Herzogenaurach nur für Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit. Eine weitergehende Haftung, insbesondere für Beschädigungen und Abhandenkommen der von den Kund:innen in die von der vhs genutzten Räume mitgebrachten Gegenstände, ist ausgeschlossen. Haftung auf Wegen, Exkursionen usw. wird nicht übernommen.

9. Anwendbares Recht, Gerichtsstand

Für sämtliche Rechtsbeziehungen der Parteien gilt das Recht der Bundesrepublik Deutschland. Der Gerichtsstand ist Erlangen.

Seite 2 von 2
AGB Stand Juni 2026

Datenschutz

Verantwortlich für die Verarbeitung Ihrer Daten ist die Stadt Herzogenaurach, Marktplatz 11, 91074 Herzogenaurach.

Die Daten werden nur für die Durchführung/ Abrechnung der gebuchten Veranstaltungen und die Statistik der vhs erhoben. Die Verarbeitung erfolgt auf der Grundlage von Art. 6 Abs. 1 DSGVO i.V.m. Art. 4 Abs. 1 BayDSG.

Weitere Informationen und Ihre Rechte können Sie im Internet unter <https://www.herzogenaurach.de/datenschutz/informationspflichten> abrufen.

Datenschutzbeauftragte der Stadt Herzogenaurach, Marktplatz 11, 91074 Herzogenaurach, datenschutz@herzogenaurach.de.

Impressum

Herausgeberin: Stadt Herzogenaurach / vhs

V.i.S.d.P Erster Bürgermeister Dr. German Hacker

Redaktion/Satz: O. Kundler, Dr. F. Geißdörfer

Druck: L/M/B Druck GmbH Louko

Anmeldung

Badgasse 4, 91074 Herzogenaurach
09132 - 901 320
vhs@herzogenaurach.de
www.vhs-herzogenaurach.de



Kurs-Nr.	Veranstaltung/Kurs	Entgelt in EUR
----------	--------------------	----------------

Name, Vorname	☐ weiblich
Straße, Nr.	☐ männlich
	☐ divers

PLZ, Wohnort

Geburtsdatum (TT.MM.JJJJ)

Telefon

Mobil

Email

- ☐ Ich melde mich selbst an ☐ Ich melde folgende Person an

Name, Vorname	☐ weiblich
Straße, Nr.	☐ männlich
	☐ divers

PLZ, Wohnort

Geburtsdatum (TT.MM.JJJJ)

Telefon

Mobil

Email

Das Kursentgelt wird von Ihrem Bankkonto abgebucht. Bitte kreuzen Sie an:

- ☐ Das SEPA-Lastschriftmandat zur Abbuchung von vhs-Entgelten liegt der vhs/Stadt Herzogenaurach vor.
- ☐ Das SEPA-Lastschriftmandat habe ich von der Homepage der Stadt Herzogenaurach heruntergeladen.
Ich lege es dieser Anmeldung IM ORIGINAL bei.

Mit Ihrer Unterschrift erkennen Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der vhs an. Ihre Anmeldung wird nicht bestätigt.
Wir benachrichtigen Sie nur, falls Ihr Kurs/die Veranstaltung entfällt. Ihre Daten werden nur für den Semesterbetrieb und die Statistik der vhs gespeichert.

Ort, Datum	Unterschrift
------------	--------------



Registration Form

Badgasse 4, 91074 Herzogenaurach
09132 - 901 320
vhs@herzogenaurach.de
www.vhs-herzogenaurach.de



VOLKSHOCHSCHULE
HERZOGENAURACH

Course no.	Course	Fee in EUR
------------	--------	------------

Name, First name	☐ female
Street, House No.	☐ male
	☐ other

Postcode, Town

Date of Birth (DD.MM.YYYY)

Phone

Mobile

Email

- ☐ I'm registering for myself ☐ I'm registering for the following person

Name, First name	☐ female
Street, House No.	☐ male
	☐ other

Postcode, Town

Date of Birth (DD.MM.YYYY)

Phone

Mobile

Email

The fee will be collected from your bank account. Please mark the right statement:

- ☐ I have already submitted a SEPA-Direct-Debit-Mandate to Herzogenaurach town council.
- ☐ The account holder will download the SEPA-Mandate from www.herzogenaurach.de and submit THE ORIGINAL form together with the registration form. For further information please write to vhs@herzogenaurach.de

I hereby acknowledge the terms and conditions of the vhs. You will not receive notification of acceptance on the course, but you will be informed if the course is cancelled. Your details are used for the term-time records and for statistical purposes only.

Place / Date	Signature
--------------	-----------

