

Wissen

beflügelt



FRÜHJAHR
SOMMER
2026



Die Volkshochschule **Haar**



Tel. 089 / 95 00 26 37

Öffnungszeiten:
Montag-Freitag
von 8:00 Uhr - 17:00 Uhr

UNSERE LEISTUNGEN

- Leasing Instandsetzung
- Oldtimerlackierung
- Oldtimerrestaurierung
- Fahrzeugaufbereitung
- Nanoversiegelung
- Schadensmanagement
- Unfallinstandsetzung
- Smart Repair
- Glasschaden
- Flottenservice

Klausnerring 22 | 85551 Kirchheim bei München | info@lackprofi-muenchen.de | lackprofi-muenchen.de



zurBank.de/mitgliedschaft



Jetzt Mitglied werden.

Heimat braucht Mitmacher.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Mit einer Mitgliedschaft unterstützen Sie ein Modell, das seit Generationen funktioniert: Viele gemeinsam. Sie werden Teil unserer Genossenschaft – mit Stimmrecht und dem guten Gefühl, regional etwas zu bewegen.

VR Bank München Land eG 

IMPRESSUM

VHS-Programm
Herbst/Winter 2025/2026
Auflage: 30.000

Herausgeber / verantwortlich für Text und Bild:
Volkshochschule Haar e.V.

Titelbild: Felizitas Frenzel
vhs Haar (Giovanna Monterosso)

Stand: 19.12.2025

Gesamtherstellung und Anzeigenverwaltung:
CM Communication Media GmbH,
www.communication-media.de

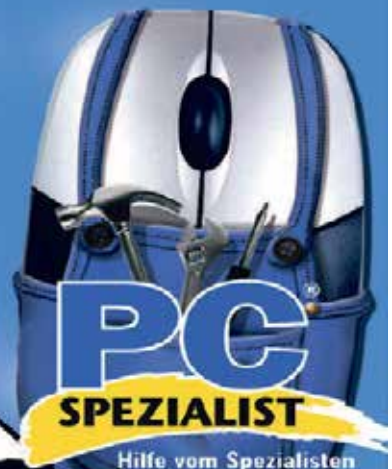
Irrtümer und Änderungen vorbehalten.
Bildnachweise S. 109

Wir reparieren alle PCs u. Notebooks !



20 Jahre

Danke für Ihr Vertrauen



PC SPEZIALIST

Hilfe vom Spezialisten

muenchen-ost@pcs-trudering.de 089/451.08.87.60



Liebe Gäste der vhs Haar,

Wissen beflügelt: Träumen auch Sie manchmal vom Fliegen? Von Leichtigkeit, Bewegung und davon, die Welt von oben zu sehen? Dann starten Sie durch – mit unserem Frühjahr-Sommer-Programm 2026!

Beobachten Sie Galaxien beim Wirbeln und lernen Sie, wie Entscheidungen mit intuitiver Intelligenz ganz leicht werden. Genießen Sie die frische Sommerbrise in der Natur und entdecken Sie, wie bei einem Flug über den Pazifik asiatisches und südamerikanisches Streetfood fusionieren.

Heben Sie ab mit Flamenco und Balladen aus den Gassen des Südens und binden Sie stimmungsvolle Kränze zu Ostern und zur Sommerrunde. Üben Sie Ihre Beweglichkeit und Anpassungsfähigkeit in der Arbeitswelt und erkunden Sie mit AgentiC AI neue Sphären der KI. Auch Ihre Jüngsten bleiben bei uns bei Hobby-Horsing und K-Pop in sommerlichem Schwung.

2026 ist Wahljahr – und Demokratie-Bildung war nicht nur Gründungsauftrag der Volkshochschulen nach Nazidiktatur und Holocaust, sondern sie ist immer noch ein wichtiger Pfeiler unserer Arbeit. Wir laden Sie herzlich ein, am 4.2. die Haarer Bürgermeisterkandidaten kennen zu lernen und zu befragen. Am 1.3. zeigen wir den Film *Der weiße Rabe* über den Haarer Bürger Max Mannheimer, der Opfer der menschenverachtenden Nazidiktatur wurde und sein Leben lang die Erinnerung wachgehalten hat.

In unserer Kinokreis-Reihe zeigen wir außerdem, wie bei Her eine KI-Dame Schmetterlinge im Bauch erzeugt und wie in *Wie das Licht zerbricht* unter der verheißungsvollen isländischen Mitternachts-sonne Hell und Dunkel aufeinandertreffen.

Ganz herzlich bedanken wir uns bei der Bürgerstiftung Haar, die es uns mit einer großzügigen Spende ermöglicht, Kurse für Haarerinnen und Haarer in besonderen Lebenslagen anzubieten. Wenden Sie sich gerne an uns.

Ganz besonders danken wir der Stadt Haar, die durch ihre zuverlässige Förderung dieses reichhaltige Frühjahr-Sommer-Programm für Sie ermöglicht.

Herzliche Grüße und auf bald
Ihre

Gabriele Müller, Vorstand der vhs Haar

Lourdes Maria Ros de Andrés,
Leiterin der vhs Haar



Liebe Bürgerinnen und Bürger, liebe Freundinnen und Freunde unserer VHS,

es ist oft nur ein einziger Moment der Neugier, ein Gedanke oder ein Impuls – und schon öffnen sich Türen zu ganz neuen Welten.

Genau dieses Gefühl möchten wir Ihnen mit unserem Frühjahr-/ Sommerprogramm schenken.

Unser diesjähriges Motto „Wissen beflügelt“ passt daher wunderbar: Es schenkt uns neue Perspektiven, macht uns flexibler und hält unseren Geist jung. Lernen soll nicht beschweren, sondern leicht machen. Es soll inspirieren, motivieren und uns gemeinsam ein Stück weiterbringen.

Denn darum geht es doch im Leben: Nicht stehen bleiben, neugierig sein und das eigene Potenzial entfalten!

Die VHS ist ein lebendiger Treffpunkt für unser ganzes Gemeinwesen und der ideale Startplatz für ganz persönlichen Höhenflüge. Hier begegnen sich Menschen

aller Generationen, hier darf ausprobiert, gefragt, gelacht und entdeckt werden. Ob Sprachen, Kultur, Gesundheit, Digitalisierung oder kreative Angebote – jede einzelne Veranstaltung trägt ein bisschen Flügelkraft in sich.

Ich lade Sie ganz herzlich ein: Blättern Sie durch das neue Programm, stöbern Sie durch die zahlreichen Angebote. Das Frühjahr und der Sommer sind die perfekte Zeit, um frischen Wind in den Alltag zu bringen!

Herzlichst,
Ihr Bürgermeister
Dr. Andreas Bukowski

GESELLSCHAFT

vhs im Dialog	12	Ökologie / Nachhaltigkeit	20
Studium Generale	14	Ökogarten	21
Aktueller Vormittag	14	Repair-Café	21
Geschichte / Politik	15	Finanzen / Vorsorge / Recht	22
Religion / Philosophie	16	Persönlichkeit / Psychologie	23
Naturwissenschaft / Technik	16	Partnerschaft / Pädagogik	24
vhs.wissen live	17		
Führungen / Besichtigungen	20		

BERUF / IT

Beruf	40	IT	41
Berufsorientierung/Bewerbungstraining	40	Sprechstunde bei Problemen mit PC, Laptop, Handy oder Tablet	41
Soft Skills	40	EDV-Basiskompetenzen	41
Fachkenntnisse IT	41	Künstliche Intelligenz	43
		Online dabei sein	44
		Smartphone	44

KULTUR

vhs UNTERWEGS/MUSEUM/STADT/LAND	26	BILDENDE KUNST	31
Stadtspaziergänge	26	Zeichnen	31
Kunst am Vormittag / Kunst am Nachmittag	27	Aquarellmalerei	31
Museumsbesuche	28	Öl- und Acrylmalerei/Gouache	32
Studienfahrt	28	Drucken	33
VORTRÄGE/REISEBERICHTE	28	KUNSTHANDWERK	34
MUSIK/LITERATUR	29	Gold- und Silberschmieden	34
Gitarre	29	Arbeiten mit Ton	35
Stimme	30	Ikebana	36
FOTOGRAFIE	30	Kranzbinden	36

INFO/SERVICE

Anmeldeinformationen	4
Öffnungszeiten	4
Hauptausschuss/Mitgliedschaft	5
Zertifizierung Qualitätsmanagement	6
Positionspapier der bayerischen Volkshochschulen – Entschieden demokratisch!	7
Barrierefreiheit	8
Teilhabeberatung für Menschen mit Behinderung	9
Schüler-Nachmittagsbetreuung	10
Kinokreis Haar	11
vhs im Dialog	12
Firmenurse	45
Allgemeine Geschäftsbedingungen	105
Datenschutzerklärung	108
Bildnachweise	109
Semesterkalender	110
Anmeldeformular	111
Ihr Weg zu uns	U3

Ansprechpartner Gesellschaft und Beruf/IT



Andreas Tontsch
tontsch@vhs-haar.de
Tel.: 089/46002-819



Maximilian L. Koblofsky
koblofsky@vhs-haar.de
Tel.: 089/46002-815

Ansprechpartnerin



Dr. Charlotte Meinardus-Stelzer
meinardus@vhs-haar.de
Tel. 089/46002-827



charta der vielfalt
Für Diversity in der Arbeitswelt

UNTERZEICHNET

LUDWIG ERHARD PREIS

2025

Recognised for Excellence
3 Star

SPRACHEN

Englisch	48	DEUTSCHKURSE	64
Französisch	51	Allgemeine Deutschkurse	64
Italienisch	54	INTEGRATIONSKURSE	65
Spanisch	57	Allgemeine Integrationskurse	66
Andere Sprachen	60	Integrationskurse für gering Literalisierte	66
Arabisch	60	Alphabetisierungskurse	66
Griechisch	60		
Japanisch	60		
Kroatisch	61		
Portugiesisch	61		
Russisch	61		
Ungarisch	61		

Ansprechpartnerinnen



Diana Corredor-Düwel

Fremdsprachen
corredor@vhs-haar.de
Tel.: 089/46002-826



Tímea Göghová

Deutsch
goeghova@vhs-haar.de
Tel. 089/46002-829

GESUNDHEIT

KOCHEN/DEGUSTATION	68	GYMNASTIK/FITNESS	78
Kulinarische Führungen	68	Wassergymnastik / Aquafitness	78
Genussvolle Küche	68	Rückenfitness / Wirbelsäulengymnastik	80
Kochkurse in italienischer Sprache	70	Bogenschießen	81
INFORMATIVE VORTRÄGE	71	Ganzkörperworkout	83
ENSPANNUNG/ACHTSAMKEIT	72	Bodyart® / Bodystyling	84
Entspannungsmethoden/Wellness/		Pilates	84
Autogenes Training	72	Balance Swing - Minitrampolin	85
Feldenkrais	72	Zumba®	85
Qi Gong / Tai Chi	73	TRX®	86
Yoga	74	OUTDOOR	87
Events	76	TANZ	98
Gesundheitsreise	77	Ballett	88
		Gesellschaftstanz	88
		Tänze aus aller Welt	90
		ELTERN-KIND-KURSE	92

Ansprechpartnerinnen



Laura Salamano

Gesundheit - aktiv,
Familienthemen
salamano@vhs-haar.de
Tel. 089/46002-814



Dr. Anna Conte

Gesundheit - kulinarisch
Gesundheit - informativ
Gesundheit - entspannend
conte@vhs-haar.de
Tel. 089/46002-828

junge vhs

Schülerförderung	94	ENTDECKE DEINE KREATIVITÄT	98
ALLES WILL GELERNT SEIN	94	Zeichnen / Malen / Basteln	98
KinderUni	94	Zaubern	99
Konzentrationstraining	95	Silberschmieden	99
Knigge für Kids	95	Töpfern	99
Selbstbehauptungs-/		Kochen und Genießen	100
Selbstsicherheitstraining	95	BLEIB IN BEWEGUNG	100
Naturwissenschaften / Frühes Forschen	96	Tanz	100
Computer	97	Familien-Yoga	101
Englisch	97	Eltern-Kind-Turnen	101
		Dance like your Icons	101
		Schwimmen	102
		Outdoor	103

Schülerförderung Nachmittagsbetreuung



Lulëzime Prekazi

prekazi@vhs-haar.de
Tel. 089/46002-825

Leitung / Geschäftsführung



**Lourdes María
Ros de Andrés**

Leitung/Geschäftsführung
ros@vhs-haar.de
Tel.: 089/46002-813



Claudia Hofmann

Verwaltungsleitung
Stv. Leitung
hofmann@vhs-haar.de
Tel.: 089/46002-812

Verwaltung



Giovanna Monterosso

Geschäftsstelle Münchener Str.
monterosso@vhs-haar.de
Tel. 089/46002-822



Manuela Buszity

Geschäftsstelle Münchener Str.
dick@vhs-haar.de
Tel.: 089/46002-820



Nina Berchtold

Geschäftsstelle Fr.-Ebert-Str.
berchtold@vhs-haar.de
Tel. 089/46002-811



Andrea Stadlmair

Öffentlichkeitsreferentin
Geschäftsstelle Fr.-Ebert-Str.
stadlmair@vhs-haar.de
Tel.: 089/46002-843



Katerina Papakosta

Buchhaltung
Erwachsenenbildung
papakosta@vhs-haar.de
Tel.: 089/46002-823



Jutta Enge

Verwaltung und Buchhaltung
Schülerbetreuung
enge@vhs-haar.de
Tel. 089/46002-821

Unsere Fachbereichsleiter:innen finden Sie auf Seite 2 und 3.

Bankverbindung vhs Haar:

VR Bank München Land e.G.

BIC: GENODEF1OHC

IBAN: DE75 7016 6486 0001 4060 00

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE48VHS00000299417

Anmeldung

ZENTRALE ANMELDUNG über:

vhs-Büro / Poststadl

Münchener Straße 3
85540 Haar

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 9:00 -12:00 Uhr
Mo. 14:00 -17:00 Uhr
Di. 14:00 -17:00 Uhr
Do. 14:00 -19:30 Uhr
Schulferien in der Regel
geschlossen

Tel. 089/46002-800

Fax 089/46002-850

E-Mail: info@vhs-haar.de

www.vhs-haar.de

**Wir freuen uns auf Ihren
Besuch!**

ANMELDEVERFAHREN

**Sie haben viele Möglichkeiten,
sich bei uns anzumelden!**

SCHRIFTLICH oder per FAX:

mit Einzugsermächtigung

siehe Anmeldeformular Seite 111

TELEFONISCH oder über die

Homepage www.vhs-haar.de:

mit Einzugsermächtigung

PERSÖNLICH:

mit Einzugsermächtigung
oder Barzahlung

Bitte beachten:

- Eine Anmeldebestätigung durch die vhs erfolgt, wenn eine Email-Adresse vorliegt.
- Allgemeine Geschäftsbedingungen auf Seite 105
- Datenschutzerklärung auf Seite 108

Gesundheitszentrum

Friedrich-Ebert-Straße 12
85540 Haar

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 9:00-12:00 Uhr
Schulferien in der Regel geschlossen

Vorstand und Hauptausschuss



v.l.n.r.: Dr. Mike Seckinger, Traudl Vater, Gabriele Müller, Dr. Peter Siemsen, Dr. Dietrich Keymer, Dr. Ulrike Holtappel, 1. Bürgermeister Dr. Andreas Bukowski, Dr. Eckart Hundt

Der Vorstand:

Gabriele Müller (1. Vorsitzende)
Dr. Eckart Hundt (2. Vorsitzender)

Der Hauptausschuss:

Beratende Funktion lt. vhs Satzung

1. Bürgermeister Dr. Andreas Bukowski

Gewählt von den vhs Mitgliedern 2023

Dr. Ulrike Holtappel
Dr. Mike Seckinger
Dr. Peter Siemsen

Gesandt von den Haarer Gemeinderäten

Traudl Vater
Dr. Dietrich Keymer

Gutschein



Verschenken Sie einen Gutschein der vhs Haar. Jederzeit erhältlich in einer unserer Geschäftsstellen.



Anrechnungspartner für
Inklusion, Diversity und
Universal Design of
Learning (UDL)

Dr. Anna Conte,
conte@vhs-haar.de,
089/46002-828



Quelle: BLWG

Wussten Sie schon
Funkempfänger für ein
besseres Hörverständnis
**können im
vhs-Büro ausgeliehen
werden.
Sehr einfach zu
bedienen.**

WERDEN SIE MITGLIED BEI UNS!

Die Volkshochschule Haar e.V. ist eine gemeinnützige Einrichtung der außerschulischen Erwachsenen- und Jugendbildung. Sie ist überparteilich und überkonfessionell.

Als Mitglied können Sie auf der jährlichen Mitgliederversammlung bei wichtigen Entscheidungen mitbestimmen (Haushalt, Besetzung der Vereinsgremien wie Vorstand und Hauptausschuss, Satzungsänderungen).

Der Jahresbeitrag beträgt €15,00. Dieser ist bis spätestens 1. März fällig und kann bar, per Überweisung oder per Einzugsermächtigung bezahlt werden.

Beitrittserklärung

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zur "Volkshochschule Haar e.V."

Name, Vorname:

Straße/Hausnr.:

PLZ/Wehrtort:

Telefon:

Ort/Datum:

Unterschrift:

Die vhs Haar ist nach dem System für Qualitätsmanagement des Excellence Framework Europe (EFE) durch die Initiative Ludwig-Erhard-Preis (ILEP) zertifiziert. Aus der Beurteilung der ILEP:

Gelebte Excellence in der kommunalen Bildung - EFE-Assessment bei der vhs Haar e.V.

Basierend auf dem EFE-Framework hatte die ILEP die Gelegenheit, die Volkshochschule Haar e.V. am 30. Mai 2025 zu begleiten – eine Organisation, die mit klarem Werteverständnis und strategischer Weitsicht agiert. Unter der Leitung von Frau Lourdes María Ros de Andrés zeigt sich die vhs Haar als lebendiges Beispiel für moderne, gemeinwohlorientierte Bildungsarbeit. Das Assessment-Team – Jürgen Rausch und Volker David – konnte zahlreiche Stärken identifizieren.

Die vhs Haar überzeugt mit klarer Werteorientierung: Die Umsetzung der Charta der Vielfalt und das Engagement für Inklusion und soziale Teilhabe sind fest in der Organisation verankert. Strategisch arbeitet die vhs an einem 5-Jahres-Plan mit messbaren Zielen und integriertem Reporting. Eine datenbasierte Steuerung durch vielfältige Kennzahlen und ein systematisches Marketingkonzept unterstützen die Umsetzung. Mitarbeitende sind aktiv in Veränderungsprozesse eingebunden – unterstützt durch eine gesundheitsfördernde, vertrauensvolle Arbeitskultur. Klare Prozesse, Zukunftsorientierung, regelmäßige Audits und das starke Engagement für die Kommune – sowohl in der Erwachsenenbildung als auch in der Schülerbetreuung und -förderung – runden das Bild einer lernenden, verantwortungsvollen Organisation ab.

Wir danken der vhs Haar für das Vertrauen, die Offenheit und den wertvollen Austausch. Diese Organisation zeigt eindrucksvoll, was durch klares Engagement und kooperatives Miteinander erreicht werden kann.

INITIATIVE LUDWIG-ERHARD-PREIS



Recognised for Excellence
3 Stars

Die

Volkshochschule Haar e. V.

erhält aufgrund ihrer erfolgreichen Umsetzung des Excellence-Ansatzes

die ILEP-Auszeichnung für Excellence

Oberursel, 30. Mai 2025

Jürgen Rausch
Thorsten E. Rausch
Initiative Ludwig-Erhard-Preis e. V.
Oberursel

Lourdes María Ros de Andrés
Dr. Lourdes María
Initiative Ludwig-Erhard-Preis e. V.
gemeinnützige Vereinsorganisation

Gültigkeit des Zertifikats: bis Mai 2028



Teamfoto mit Zertifikat (v. l. n. r.):

Dr. Eckart Hundt (2. Vorstand), Sabine Dick, Diana Corredor, Nina Berchtold, Andrea Stadlmair, Dr. Charlotte Meinardus-Stelzer, Lourdes María Ros de Andrés (Geschäftsführerin), Claudia Hofmann (stv. Geschäftsführerin), Gabriele Müller (1. Vorstand), Dr. Anna Conte, Katerina Papakosta, Laura Salamano, Giovanna Monterosso



Die bayerischen Volkshochschulen haben auf ihrer Mitgliederversammlung am 9. Mai 2025 folgendes Positionspapier beschlossen:

Volkshochschulen – entschieden demokratisch!

Während die Hofer Erklärung des Bayerischen Volkshochschulverbandes von 2019 die Inhalte von Demokratiebildung an bayerischen Volkshochschulen fokussierte, nimmt diese Positionierung das Verständnis von Volkshochschulen als „Schulen der Demokratie“¹ in den Blick. Im Rahmen unserer Landestagung am 8. Mai 2025 gedachten wir auch des Kriegsendes vor 80 Jahren und des folgenden Aufbaus demokratischer Strukturen.

Erste Volkshochschulen in Bayern wurden in der Weimarer Republik gegründet und nach dem Ende des zweiten Weltkriegs mit Unterstützung der amerikanischen Militärregierung neu aufgebaut oder neu gegründet. Dies ist kein Zufall, sondern verweist auf einen systematischen Zusammenhang zwischen liberaler Demokratie und Volkshochschule.

Entschieden unabhängig!

Der Bayerische Volkshochschulverband ist „parteilitisch, konfessionell und von gesellschaftlichen Verbänden unabhängig“ (§2 Ziff. 1 der Satzung des bvV). Dies bedeutet: Volkshochschulen arbeiten auf „überparteilicher und überkonfessioneller Grundlage“ (§4 Ziff. 4b). Parteilitische Unabhängigkeit bedeutet jedoch keinesfalls, dass alle politischen Positionen grundsätzlich zu akzeptieren sind. Standpunkte, die die Menschenwürde, das Demokratieprinzip oder die Rechtsstaatlichkeit ablehnen, stellen das Grundverständnis unserer liberalen Demokratie und damit auch das Grundverständnis der Arbeit der Volkshochschulen infrage.

Beschäftigte und Lehrkräfte von Volkshochschulen vertreten ebenso wie die Teilnehmenden verschiedene Auffassungen und haben unterschiedliche politische Überzeugungen. Zwar legt das staatliche Neutralitätsgebot dabei nahe, dass sich Volkshochschulmitarbeitende bei Gelegenheiten, an denen sie in offizieller, beruflicher Funktion teilnehmen, nicht parteilitisch äußern. Dies schließt jedoch eine Positionierung gegen jede Form der gruppenbezogenen Menschenfeindlichkeit nicht aus – im Gegenteil! Im Interesse der Verteidigung unserer liberalen Demokratie sind Volkshochschulen zu dieser Form der Positionierung verpflichtet.

Entschieden offen und vielfältig!

Volkshochschulen sind offen für alle Menschen, unabhängig von Alter, Geschlecht, Nationalität, Bildung, sozialer Lage, Beruf, Behinderung, Weltanschauung oder politischer Orientierung. Sie sind damit auch offen für Menschen mit unterschiedlichen und gegensätzlichen Auffassungen. In Bildungsangeboten der Volkshochschulen sind alle eingeladen, ihre Meinung frei zu äußern. Das in der Verfassung garantierte Grundrecht der Meinungsfreiheit bildet den rechtlichen Rahmen unserer Arbeit. Dabei gilt auch: Selbstverständlich findet nicht jede Meinung Zustimmung! Wir widersprechen antidemokratischen und verfassungsfeindlichen Positionen und dulden keine rassistischen, antisemitischen und anderen diskriminierenden Äußerungen – auch zum Schutz der und aus Respekt für die abgewerteten Personen.

Entschieden kontrovers!

Wir planen unser Bildungsprogramm im Bewusstsein der eigenen politischen Haltung und mit Blick auf die Vielfalt der politischen Positionen im demokratischen Spektrum. Wir bekennen uns zum Beutelsbacher Konsens – dem Grundkonsens der politischen Bildung. Dieser formuliert ein Indoktrinations- und Überwältigungsverbot sowie die Aufforderung zur Kontroversität. Denn die Austragung von politischen Meinungsunterschieden, konkurrierenden Interessen und Perspektiven gehört wesentlich zum demokratischen Prinzip. Deshalb verstehen sich die Volkshochschulen als Foren einer demokratischen Streitkultur. Unwahre oder die Fakten manipulierende Behauptungen können nicht Teil dieser Kontroverse sein. Wir widersprechen Äußerungen, die Menschen diskriminieren oder die die freiheitlich demokratische Grundordnung in Frage stellen. Das kann auch Positionen betreffen, die von Parteien und Personen vertreten werden, die demokratisch gewählt sind.

¹ Vgl. Meilhammer, Elisabeth, Deutsche und amerikanische Initiativen zum Wiederaufbau der Volkshochschulen in Bayern nach 1945, München 2022.

**Mobile
Höranlage**



**Das vhs Team spricht
viele Sprachen**



**Barrierefreier
Zugang in vielen
Räumen**



**Charta
der Vielfalt**



**FÜR DICH
FÜR MICH
FÜR ALLE**

Fragen?

Anna Conte (Diversity-Beauftragte)
089-46002-828
diversity@vhs-haar.de

**Lassen Sie sich
begleiten**



**Hybrid- und
Online Kurse**



**Barrierefreie
Homepage**



**Ermäßigungen
in unseren Kursen**



Beratung

Gemeinsam mit der EUTB® (Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung), bieten wir Unterstützung für Menschen mit Behinderungen, chronischen oder psychischen Krankheiten sowie deren Angehörige an.

Die Beratungen finden in der Volkshochschule Haar e.V., Münchener Str. 3, 85540 Haar, Raum EG 15 statt.

Die Termine sind am Dienstag, den 03.03.26, 21.04.26, 05.05.26, 16.06.26 und 14.07.26, jeweils von 14:00 bis 16:00 Uhr.

Sie können sich anmelden oder spontan kommen.

Beraterin:

Frau Anja Ecker
staatl. aner. Erzieherin, Familien- und
Paarberaterin, EUTB® Beraterin

0176-76899655
anja.ecker@eutb.bayciv.de

Die Beratung ist kostenfrei.

Wir freuen uns auf Sie!

Nähere Informationen:



Gebührenfreie Vorträge

Grad der Behinderung (GdB)

Kurs: 11050

Was bedeutet eigentlich behindert? Wofür brauche ich einen GdB? Welche Möglichkeiten habe ich dadurch? Und wie wird er beantragt?

am Dienstag, 03.03.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Kursleitung: Anja Ecker

Pflegegrad

Kurs 11051

Was bedeuten die Pflegegrade und welche Leistungen stehen mir zu? Wie beantrage ich einen PG? Muss ich Angst vor der Begutachtung haben?

am Dienstag, 21.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Kursleitung: Anja Ecker

Nicht allein: Wege zur Entlastung für Familien mit besonderen Herausforderungen, Ein Vortrag für Eltern von Kindern mit Behinderung

Kurs: 11052

Wie können Familien entlastet werden – im Alltag, organisatorisch und emotional? Welche Hilfen gibt es, und wie findet man den eigenen Weg durch den Unterstützungsdschungel?

am Dienstag, 05.05.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Kursleitung: Anja Ecker

Schwerhörigkeit - Ertaubung - Hilfsmittel **Kurs 11053**

Was bedeutet Schwerhörigkeit für die Betroffenen? Wer und was kann helfen?

am Dienstag, 16.06.2026, 17:00 - 18:30 Uhr
Kursleitung: Elke Maier
EUTB® Peer-Beraterin und Audioberaterin

Die Vorträge finden in der Volkshochschule, Münchener Straße 3 (barrierefreier Zugang), statt.

Sie suchen einen verlässlichen Partner
für die Nachmittagsbetreuung Ihres Kindes?

Du suchst Unterstützung bei den Hausaufgaben?

Mit den Grundschulkollegen an den beiden Haarer Grundschulen sowie der offenen und gebundenen Ganztagschule an der Mittelschule Haar bietet die Volkshochschule passende Betreuungsmöglichkeiten für Sie als Eltern und für dich als Schüler:in.

Wir verfügen über eine langjährige Erfahrung in der nachmittäglichen Betreuung von Haarer Schüler:innen. Wir sind an den Schultagen an beiden Grundschulen sowie der Mittelschule für Sie bzw. dich da und bieten an diesen drei Schulen insgesamt 250 Plätze für Kinder und Jugendliche an. Es gibt also die Möglichkeit deine Schulfreunde:innen, die uns schon besuchen, zu sehen und neue Freundschaften zu schließen.

Das bieten wir:

- **pädagogisch erfahrenes und kompetentes Personal**
- **Mittagessen**
- **Zeit zum Auszutoben, Miteinanderspielen und Freundschaften pflegen**
- **kleine Gruppen bei den Hausaufgaben**
- **Unterstützung bei den Hausaufgaben**

Gerade Hausaufgaben sind natürlich wichtig. Daher stehen unsere Betreuer:innen helfend zur Seite. Unser Ziel ist es, gemeinsam die Hausaufgaben zu schaffen.

• Zusatzprogramm

An den Grundschulen bieten wir u.a. Malen, Basteln, Kinder-Yoga, Schach, Theater AG oder Tanzen. An der Mittelschule gibt es Fußball, Tischtennis und eine Medien-AG. Die Angebote können sich ändern. Wir berücksichtigen gerne die Wünsche der Schüler:innen und Eltern.

• Ferienbetreuung

Weitere Vorteile:

• Betreuung vor Ort

Man muss nicht zu uns kommen, sondern wir kommen zu den Kindern und Jugendlichen. Denn unsere Betreuung findet an der jeweiligen Schule statt, beginnt direkt nach Schulende und dauert bis 16:00 Uhr. Es bleibt also mehr Zeit, um sich zwischen Essen und Hausaufgaben zu erholen.

• Flexibilität

Der Familienalltag verlangt sehr viel Flexibilität. Hier unterstützen wir Sie u.a. mit der flexiblen Buchung der Tage. In den Grundschulkollegen sind 2 bis 5 Tage, an der Mittelschule 2 oder 4 Tage buchbar. Sie müssen Ihr Kind nicht für die ganze Woche anmelden, so bleiben auch Nachmittage für Musikunterricht, Sportverein u.a.

Sie haben Interesse oder haben noch Fragen?

Dann melden Sie sich bei:

Lulëzime Prekazi

Fachbereichsleiterin Nachmittagsbetreuung

Tel.: 089/46002-825

prekazi@vhs-haar.de



Wir laden Sie herzlich ein zur

Sonntagsmatinée im Haarer Kino

IMMER UM
11:00 UHR

Der Kinokreis Haar zeigt einmal monatlich Filme mit Aussage – mal anrührend, mal aufrüttelnd, nachdenklich, tiefgründig, aber auch heiter.

WER WIR SIND

Michael von Ferrari, der Initiator des Filmkreises, ist einer der „ältesten Jungfilmer Münchens“ und freut sich auf die Vielfalt des Programms.

Ute Dechent liebt Filme, die Herz und Verstand berühren – und unser Haarer Kino.

Günter Rudolf besucht gerne Filmfestivals und schaut sich mit Leidenschaft Filmkunst an, am liebsten in besonderen Filmtheatern.

Lourdes María Ros de Andrés liebt es, im Kino in unbekannte Welten einzutauchen und dabei zu lernen, zu staunen und zu lachen.



FEB
8

HER

Ein Spielfilm von Spike Jonze,
USA 2013

Theodore schreibt Briefe für andere Menschen und ist seit kurzem wieder Single. Er kauft sich ein brandneues, auf künstlicher Intelligenz basierendes Betriebssystem, das ihm den Alltag erleichtern soll. Mit der Zeit entwickelt er zu Samantha, so der Name, eine Beziehung...

MÄR
1

DER WEISSE RABE –
MAX MANNHEIMER*

Ein Film von Carolin Otto,
Deutschland 2009

Der Film zeigt die erste Wiederbegegnung des Haarers mit Auschwitz 1991 und begleitet ihn durch das Jahr 2008. Unerschütterlicher Optimismus und Witz sind seine Waffen und Therapie im Umgang mit der Vergangenheit.

*Film und Filmgespräch mit der Regisseurin Carolin Otto im Vortragssaal der vhs

MÄR
15

WEIT

Ein Dokumentarfilm von und mit
Patrick Allgaier und Gwendolin Weisser,
Deutschland 2017

Ein junges Paar bricht in den Osten auf und kehrt dreieinhalb Jahre später zu dritt aus dem Westen zurück. Ohne zu fliegen und mit kleinem Budget legen sie 50.000 Kilometer zurück – getragen von Neugier und Spontantität.

APR
19

WUNSCHFILM

Lassen Sie sich überraschen – oder machen Sie bei unserer Abstimmung mit, die bis zum 09.02.2026 läuft.

Eine Teilnahme ist ganz einfach über unseren Newsletter unter kinokreis-haar@gmx.de möglich. So viel sei verraten: Bei den zur Wahl stehenden Filmen dreht sich alles um Musik.

MAI
17

NIGHT ON EARTH

Ein Episodenfilm von Jim Jarmusch,
USA 1991

Fünf Episoden erzählen Begegnungen in Taxis – in Los Angeles, New York, Paris, Rom und Helsinki. Zufällig zusammengewürfelte Fahrgäste und ihre Fahrer offenbaren dabei ihre sehr unterschiedlichen Charaktere.

JUN
14

WENN DAS LICHT
ZERBRICHT

Ein Spielfilm von Rúnar Rúnarsson,
Island, Kroatien, Frankreich 2024

Una und Diddi beginnen im isländischen Mittsommer eine Beziehung, doch er stirbt überraschend. Geschockt streifen Una, Diddis Freundin Klara und ihre Clique durch das in magisches Polarlicht und Mitternachtssonne getauchte Reykjavik und durchleben gemeinsam Trauer, Wut und Trost.

Karten zum Sonderpreis von 8 Euro direkt im Haarer Kino oder unter <https://haar.kino-ottobrunn.de/>

Vor jedem Film erhalten Abonnenten den Kinokreis-Newsletter, erhältlich unter kinokreis-haar@gmx.de

vhs im Dialog

Seien Sie herzlich eingeladen zu spannenden Vorträgen und interessanten Gesprächen rund um Gesellschaft, Politik und Literatur. Ich freue mich auf Sie!

Lourdes María Ros de Andrés, Leiterin der vhs Haar



Bürgermeisterkandidaten im Dialog

Am 08.03.2026 finden in Bayern die Kommunalwahlen statt. Auch die Haarer:innen sind dazu aufgerufen, ihren Stadtrat und ihren Bürgermeister für die kommenden sechs Jahre neu zu wählen.

Lernen Sie in unserer Veranstaltung die Kandidaten für das Bürgermeisteramt kennen und informieren Sie sich über deren Ideen für die Weiterentwicklung und Gestaltung Ihrer Stadt Haar. Bringen Sie Ihre persönlichen Fragen ein und überzeugen Sie sich vor Ort, welchen Bewerber Sie am geeignetsten finden, um Haar in den nächsten sechs Jahren voranzubringen.

Die Veranstaltung wird moderiert von **Günter Hiel, Münchner Merkur**, und **Bernhard Loehr, Süddeutsche Zeitung**.

Mittwoch, 04.02.2026, 19:00-21:00 Uhr im Bürgersaal, Kirchenplatz 1
Kursnummer 01012, gebührenfrei, Anmeldung erwünscht
Restplätze werden vor Ort vergeben

Der weiße Rabe – Max Mannheimer Film (2009) und Filmgespräch mit der Regisseurin Carolin Otto

Carolin Otto über ihren Film: „DER WEISSE RABE ist ein Portrait von Max Mannheimer, einem Überlebenden der Konzentrationslager Auschwitz und Dachau.

Der Film zeigt, wie Max Mannheimer mit den niemals endenden Erinnerungen an die Lager und dem Verlust seiner Familie umgeht. Zeugnis ablegen, in Schulen sprechen, Malen, unerschütterlicher Optimismus und Witz sind seine Waffen und Therapie im Umgang mit der Vergangenheit.

Der Film zeigt seine erste Wiederbegegnung mit Auschwitz im Jahr 1991 und begleitet ihn durch das ganze Jahr 2008, in privaten und öffentlichen Momenten.“

Zahlreiche Auszeichnungen und Ehrungen würdigen Max Mannheimers vielfältiges Engagement für die Erinnerungskultur an die Verbrechen des Nationalsozialismus. Der Max-Mannheimer-Ring ist nach dem Haarer Bürger benannt.

Sonntag, 01.03.2026, 11:00-13:30 Uhr im Vortragssaal OG06
Kursnummer 01010, 9 €, Anmeldung erwünscht, Restplätze werden vor Ort vergeben



Sommerlektüre

Der **Haarer Bürgermeister Dr. Andreas Bukowski**, die **Leiterin der Stadtbibliothek Johanna Zeber**, **Anne Brieger vom Buchladen Haar** und ich als **Literaturwissenschaftlerin** stellen Ihnen unsere Lieblingsbücher für den Sommer vor.

Mittwoch, 24.06.2026, 19:00-20:30 Uhr im Vortragsraum OG 06
Kursnummer 01011, gebührenfrei, Anmeldung erwünscht

Die Veranstaltung findet hybrid statt.

Literaturkreis

Was wäre ein Leben ohne Literatur? Sie entführt uns in andere Welten, Gedanken, Gefühle. Erweitert unseren Horizont durch Perspektivenwechsel, Aneignung von Kultur und Wissen. Entführt uns in Reisen des Geistes, in denen die Zeit stillsteht für Muße, Spannung, Freude. Ach – die schöne Welt der Bücher!

Bringen Sie gerne Ihre Lese-Tipps mit!

Beim ersten Termin besprechen wir: Lea Ypi (2021, dt. 2023): Frei.

Donnerstag, 05.03., 16.04., 21.05., 25.06.2026, 19:00 – 20:30 Uhr, Raum EG27
Kursnummer 01013, gebührenfrei, Anmeldung erforderlich



Die Veranstaltungen sind mit Ausnahme der Kinoproduktion **gebührenfrei**. Um Spenden und Anmeldung wird gebeten.

GESELLSCHAFT



Ansprechpartner



Andreas Tontsch

tontsch@vhs-haar.de
Tel.: 089/46002-819



Maximilian Ludwig Koblofsky

koblofsky@vhs-haar.de
Tel.: 089/46002-815

Weitere
Infos
über unsere
Veranstaltungen:

www.vhs-haar.de

Im **Studium Generale** erleben Sie bei wechselnden Dozent:innen thematisch breite und inhaltlich anregende Impulse – und können diese in Ihrer festen Gruppe diskutieren.

Bei **vhs.wissen live** können Sie hochkarätige Referent:innen zu aktuellen Themen live mitverfolgen – bei sich zuhause oder unterwegs – und sich per Chat in die Diskussion einschalten. Buchen Sie alle 19 Vorträge im Abo, zahlen Sie nur 63,- €.

Es erwarten Sie spannende Veranstaltungen in **Haar und Umgebung** zu unterschiedlichen Themen. Sie können sich mit der **Vergangenheit** sowie den **gesellschaftlichen und ökologischen Herausforderungen der Gegenwart** auseinandersetzen und die **Zukunft** mitgestalten. Im Bereich **Naturwissenschaft** können Sie u.a. einen Blick in den Sternenhimmel wagen.

Für das Zusammenleben in **Familie, Partnerschaft sowie für die Selbstfürsorge** bieten wir Ihnen hilfreiche Impulse. Auch unabhängige Tipps zu **rechtlichen und finanziellen Fragen** können Sie bei uns bekommen.

INHALT

vhs im Dialog	12
STUDIUM GENERALE	14
Aktueller Vormittag	14
GESCHICHTE / POLITIK	15
RELIGION / PHILOSOPHIE	16
NATURWISSENSCHAFT / TECHNIK ...	16
vhs.wissen live	17
FÜHRUNGEN / BESICHTIGUNGEN ...	20
ÖKOLOGIE / NNACHHALTIGKEIT	20
Ökogarten	21
Repair-Café	21
FINANZEN / VORSORGE / RECHT ...	22
PERSÖNLICHKEIT / PSYCHOLOGIE ...	23
PARTNERSCHAFT / PÄDAGOGIK	24

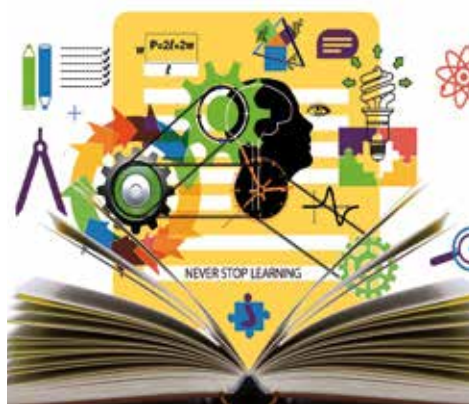
STUDIUM GENERALE



Mit dem Studium Generale bieten wir Ihnen einen allgemeinbildenden Lehrgang an, der es Ihnen ermöglicht, in den verschiedensten Wissensbereichen Grundwissen zu erwerben oder zu vertiefen. Denn nach wie vor ist eine gute Allgemeinbildung Voraussetzung dafür, Situationen und Informationen im Leben richtig einzuordnen und zu verstehen.

Diesen Rahmen möchten wir für Sie schaffen, damit auch Sie künftig wissen, was läuft und wie es einzuordnen ist.

**Informieren Sie sich bei uns!
Wir beraten Sie gerne!**

**Hinweis:**

Weitere Führungen und Besichtigungen finden Sie im Bereich Gesellschaft auf Seite 20 und im Bereich Kultur ab Seite 26.



Studium Generale am Mittwochvormittag

Themen:

- Sanary-sur-Mer – die Hauptstadt der deutschen Exilliteratur - Dr. Egon Meusel, Literatur- und Kulturwissenschaftler
- Impressionistische Kunst in Deutschland und Bayern - Alfred Pfeuffer, Kulturhistoriker
- Länder und Völker im östlichen Europa - die Entstehung der Staaten und die tiefen Wurzeln neuzeitlicher Konflikte - Dr. Franz X. Keilhofer, Historiker und Wirtschaftswissenschaftler

10123

€ 152,00

ab Mittwoch, 04.03.2026, 15x 09:15 - 11:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06



Studium Generale am Donnerstagvormittag

Themen:

- Richard Strauss - Leben und Werk - Daniela Groth, Musikpädagogin
- Die Polargebiete - Geologie, Ökologie, Erforschung - Irene Gebhard, Dipl.-Geographin
- Viren - Faszinierend, gefährdet, aber auch nützlich - Astrid Holler, Dipl.-Biologin

10124

€ 152,00

ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 09:00 - 11:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06



Der aktuelle Vormittag - wissen, was los ist

Was passiert im Münchner Kunst- und Kulturleben bzw. im Zeitgeschehen?

10195

€ 48,00

Dr. Eckart Hundt, Dipl.-Physiker, 2. Vorstand der vhs Haar
am Dienstag, 10.03.2026, 10:00 - 12:00 Uhr,
am Dienstag, 21.04.2026, 10:00 - 12:00 Uhr,
am Dienstag, 05.05.2026, 10:00 - 12:00 Uhr,
am Dienstag, 09.06.2026, 10:00 - 12:00 Uhr,
am Dienstag, 14.07.2026, 10:00 - 12:00 Uhr




GESCHICHTE / POLITIK



Theodora - Kaiserin von Byzanz

02003 **V** **NEU**

€ 9,00


Marlies Lämmle, Freiberufliche Geschichtsführerin
am Donnerstag, 30.04.2026, 15:00 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36 

Geschichte östliches Europa und Wurzeln des Russland-Ukraine-Krieges

Vortragsreihe

02004 **V** **NEU**

€ 27,00

Dr. Franz X. Keilhofer, Historiker, Wirtschaftswissenschaftler
am Donnerstag, 23.04.2026, 19:00 - 20:30 Uhr,
am Donnerstag, 07.05.2026, 19:00 - 20:30 Uhr,
am Donnerstag, 21.05.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06 

Die wahre Geschichte der Germanen - jenseits von Mythos und völkischer Ideologie

02005 **O** **V** **NEU**


€ 8,00

Karl Banghard, Prähistoriker
am Donnerstag, 05.03.2026, 19:30 - 21:30 Uhr
In Zusammenarbeit mit der vhs im Norden des Landkreises München. Keine Ermäßigung möglich!

Palästina zwischen Krieg und Hoffnung

02010 **V** **NEU**


€ 9,00

Dr. Robert Staudigl, Politologe, Historiker
am Montag, 09.03.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06 

Syrien - gelingt der Aufbruch nach Assad?

02011 **V** **NEU**


€ 9,00

Dr. Robert Staudigl, Politologe, Historiker
am Freitag, 24.07.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06 

Fakt oder Fake? Wie Desinformation auftritt und wie man sie selbst erkennen kann

02012 **V** **NEU**

gebührenfrei

Fabian Dilger, freier Journalist, Autor
am Dienstag, 30.06.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06 

Förderung durch das Bayerische Staatsministerium für Unterricht und Kultus

250 Jahre Unabhängigkeitserklärung

Was ist noch great an Amerika?

02013 **H** **V** **NEU**

€ 8,00

Prof. Dr. Michael Hochgeschwender, Historiker, Kultur-
antropologe
am Donnerstag, 02.07.2026, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs im Kultur- und Bildungszentrum, Mühlenstr. 15,
85737 Ismaning

In Zusammenarbeit mit der vhs im Norden des Landkreises München. Keine Ermäßigung möglich!



RELIGION/PHILOSOPHIE

Aufklärungsströmungen im Islam**02021** **V** € 9,00

Hermann Diehl, Islam-Spezialist, ehem. Dozent für Religionspsychologie an der LMU

am Mittwoch, 01.07.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06**Gott im Angesicht des Leids denken****02023** **O V NEU** € 9,00Dr. Christopher Slotta, Theologe, Philosoph
am Montag, 23.03.2026, 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06

**Orthodoxie kennenlernen – Unterschiede zu Luthertum und Katholizismus****Bitte beachten:** Um 09:30 Uhr findet am Frauenbergplatz 1, 81379 München im 1. Stock der zentrale Gottesdienst der orthodoxen Kirche statt. Sie sind herzlich eingeladen!**02024** **V NEU** € 9,00Volodymyr Kliuiko, Priester der orthodoxen Kirche
am Sonntag, 10.05.2026, 11:30 - 13:00 UhrTreffpunkt: 11:15 Uhr vor der Kirche St. Maria Thalkirchen,
Frauenbergplatz 5, 81379 München

NATURWISSENSCHAFT/TECHNIK

**Autonomes Fahren erleben****02030** € 9,00

Alexander Bienemann, M. Sc., Mitarbeiter der Bundeswehr Universität

am Freitag, 24.04.2026, 17:00 - 18:30 Uhr

Treffpunkt: Haupttor Bundeswehr Univ., Universitätsstraße,
Neubiberg**Die Besonderheiten der Planeten unseres Sonnensystems****02031** **V** € 9,00Dr. Tom Andert, Stv. Leiter d. Instituts f. Raumfahrttechnik
d. Bundeswehruniversität München

am Mittwoch, 20.05.2026, 19:00 - 20:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

**Survival of the Nettest - wie die Natur durch Kooperation unsere Welt gestaltet****02032** **O V NEU** € 8,00

Prof. Dr. Dirk Brockmann, Physiker

am Donnerstag, 26.03.2026, 19:30 - 21:30 Uhr

In Zusammenarbeit mit der vhs im Norden des Landkreises
München. Keine Ermäßigung möglich!**Von der Geburt der Sterne bis zur Entstehung der Galaxien**

Besuch der Münchner Volkssternwarte

02033 **NEU** € 12,00

Oliver Winkler, Mitarbeiter der Volkssternwarte

am Samstag, 09.05.2026, 18:00 - 21:00 Uhr

Treffpunkt: Rosenheimer Straße 145h, 4. Stock (Lift
benutzen)



vhs.wissen live - Abo

Das neue Online Angebot für Zuhause

vhs.wissen live, das digitale Wissenschaftsprogramm der vhs, bietet Ihnen qualitativ hochwertige Vorträge zu aktuellen Themen aus Gesellschaft, Kultur und Wissenschaft.

Buchen Sie das Semester-Abo, verfolgen Sie alle 19 Vorträge des Semesters

für nur € 63,-.

Alle Kurse sind online-Veranstaltungen. Wir benötigen Ihre Email-Adresse zur Zusendung der Zugangsdaten vor Kursbeginn.

02100

€ 63,00

Die Wiederkehr der Imperien

Herfried Münkler war Professor für Politikwissenschaft an der Berliner Humboldt-Universität. Viele seiner Bücher gelten als Standardwerke. Er wurde vielfach ausgezeichnet, u. a. mit dem Wissenschaftspreis der Aby-Warburg-Stiftung, dem Carl Friedrich von Siemens Fellowship und dem Preis der Leipziger Buchmesse.

02101 **NEU**

€ 9,00

Datum wird noch bekannt gegeben

Zwischen Superorganismus und Polizeistaat - Konflikte u. Konfliktlösung in Insektenstaaten

Jürgen Heinze, Lehrstuhlinhaber für Zoologie und Evolutionsbiologie an der Univ. Regensburg, forscht zu sozialen Insekten, insbesondere zur Evolution alternativer Lebensweisen und Fortpflanzungstaktiken sowie zur funktionellen Genomik von Altern und Reproduktion. Er ist Mitglied der Bayer. Akad. der Wissenschaften und der Leopoldina.

02102 **NEU**

€ 9,00

am Montag, 02.02.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Im Wettlauf mit dem Gehirn - Ist Künstliche Intelligenz schon intelligent?

Moritz Helmstaedter ist Direktor am Max-Planck-Institut für Hirnforschung in Frankfurt und wissenschaftliches Mitglied der Max-Planck-Gesellschaft. Er arbeitet daran, die Grenzen der Connectomics zu erweitern, ein Forschungsgebiet, das sich mit der Kartierung neuronaler Netzwerke im Gehirn in nie dagewesener Größe und Auflösung beschäftigt. Seine Interessen liegen in der Beziehung zwischen künstlicher und biologischer Intelligenz bzw. in der Suche nach konnektomischen Phänotypen psychiatrischer Störungen.

02103 **NEU**

€ 9,00

am Montag, 23.02.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Fehlerhafte Menschen und Maschinenfehler - warum wir eine Error Literacy brauchen

Martina Heßler, Professorin für Technikgeschichte an der TU Darmstadt, beschäftigt sich mit der Geschichte von Mensch-Maschinen-Verhältnissen, mit Technikemotionen und technologischen Fehlern. Sie ist Mitglied der Dt. Akad. der Technikwissenschaften.

02104 **NEU**

€ 9,00

am Dienstag, 24.02.2026, 19:30 - 21:00 Uhr



In Kooperation mit der acatech (Dt. Akad. der Technikwissenschaften)

Jim Knopf, die Halbdrachen und die deutsche Geschichte

Julia Voss, deutsche Kunstkritikerin, Wissenschaftshistorikerin und Journalistin, war stellvertretende Leiterin des Feuilletons der FAZ und ist seit 2015 Honorarprofessorin an der Leuphana Universität Lüneburg. Seit 2020 arbeitet sie im Präsidium des Deutschen Historischen Museums. Sie wurde vielfach ausgezeichnet u.a. mit der Otto-Hahn-Medaille der Max-Planck-Gesellschaft und dem Sigmund-Freud-Preis für wissenschaftliche Prosa.

02105 **NEU**

€ 9,00

am Sonntag, 01.03.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Die Frau als Mensch - am Anfang der Geschichte

Ulli Lust ist eine österreichische Comiczeichnerin und Illustratorin. Ihr Comic „Heute ist der letzte Tag vom Rest deines Lebens“ (avant-verlag) erhielt international viel Aufmerksamkeit und wurde mit dem Ignatz Award und dem Los Angeles Times Book Award ausgezeichnet.

02106   **NEU**

€ 9,00

am Mittwoch, 04.03.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Kunst im Ohr - ein Livestream für alle Sinne

Dr. Andrea Weniger leitet die Bildung und Vermittlung an der Hamburger Kunsthalle, Jochen Meister arbeitet an der Neuen Pinakothek in München. Beide sind Kunsthistoriker:in mit langjähriger Erfahrung in der Kunstvermittlung. Claudia Böhme ist Historikerin und Expertin für kulturelle Angebote für Menschen mit Sehbehinderung.

02107   **NEU**

€ 9,00

am Mittwoch, 11.03.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

In Kooperation mit der Neuen Pinakothek in München und der Hamburger Kunsthalle

Jenseits der Banken und fern vom Staat - über Geld und Freiheit im Zeitalter der Kryptowährungen

Dr. Aaron Sahr ist Wirtschaftssoziologe und leitet am Hamburger Institut für Sozialforschung die Gruppe „Monetäre Souveränität“. Von ihm ist erschienen „Die monetäre Maschine. Eine Kritik der finanziellen Vernunft“ und erscheint im Frühjahr 2026 „Fake Coins. Digitales Geld und analoge Freiheit“.

02108   **NEU**

€ 9,00

am Montag, 16.03.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Antisemitismus - Was gibt es da zu erklären?

Jan Philipp Reemtsma ist ein deutscher Literatur- und Sozialwissenschaftler. Seine Arbeitsschwerpunkte sind die Literatur des 18. und 20. Jahrhunderts, Zivilisationstheorie sowie Geschichte der menschlichen Destruktivität. Für seine Biografie über Christoph Martin Wieland erhielt er 2023 den Bayerischen Buchpreis.

02109   **NEU**

€ 9,00

am Mittwoch, 25.03.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Roma Eterna - Kunst und Kultur im Rom der Nachkriegszeit - zwischen Trümmern, Widerstand und Erneuerung

Lisa Hockemeyer ist eine deutsche Design- und Kunsthistorikerin. Sie lehrt Designgeschichte in Mailand.

02110   **NEU**

€ 9,00

am Mittwoch, 01.04.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

In Kooperation mit L.I.S.A., dem Wissenschaftsportal der Gerda Henkel Stiftung

Benvenuto Cellini - ein Künstlerleben

Andreas Beyer lehrte an verschiedenen Universitäten im In- und Ausland. 2021 wurde er zum Mitglied der Dt. Akad. für Sprache und Dichtung gewählt.

02111   **NEU**

€ 9,00

am Donnerstag, 02.04.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Die Gletscher - von der letzten Eiszeit bis morgen

Andrea Fischer ist Gletscherforscherin und stellvertretende Direktorin des Instituts für interdisziplinäre Gebirgsforschung der Österreichischen Akademie der Wissenschaften. Für ihre Forschungen wurde sie mehrfach ausgezeichnet, u.a. als Wissenschaftlerin des Jahres 2023.

02112   **NEU**

€ 9,00

am Donnerstag, 16.04.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Über den Sinn von Zufallsentscheidungen - Warum nicht losen?

Barbara Stollberg-Rilinger ist Historikerin und Rektorin des Wissenschaftskollegs zu Berlin.

Sie ist vielfach ausgezeichnet u.a. mit dem Gottfried-Wilhelm-Leibniz-Preis der Deutschen Forschungsgemeinschaft.

02113 **O V** **NEU**

€ 9,00

am Mittwoch, 22.04.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Die Kelten

Bernhard Maier lehrt Allgemeine Religionswissenschaft und Europäische Religionsgeschichte an der Univ. Tübingen. Er ist ausgewiesener Experte für die Kelten und verfasste u.a. „Die Kelten - Geschichte, Sprache und Kultur“.

02114 **O V** **NEU**

€ 9,00

am Mittwoch, 29.04.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

In der Nähe - vom politischen Wert einer ostdeutschen Sehnsucht

Simon Strauß studierte Altertumswissenschaften und Geschichte in Basel, Poitiers und Cambridge, 2017 promovierte er an der Humboldt-Universität zu Berlin. Er ist Schriftsteller und Redakteur im Feuilleton der Frankfurter Allgemeinen Zeitung sowie Mitgründer der Gruppe „Arbeit an Europa“.

02115 **O V** **NEU**

€ 9,00

am Montag, 18.05.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Cahokia - eine präkolumbische indigene Hochkultur in Nordamerika

Michael Hochgeschwender lehrt Nordamerikanische Kulturgeschichte, Empirische Kulturforschung und Kulturanthropologie an der Ludwig-Maximilians-Universität München.

02116 **O V** **NEU**

€ 9,00

am Dienstag, 09.06.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Bauchentscheidungen - die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition

Gerd Gigerenzer ist ein weltweit renommierter Psychologe, Direktor emeritus am Max-Planck-Institut für Bildungsforschung. Er hat zahlreiche Auszeichnungen erhalten, u.a. den AAAS Preis für den besten Artikel in den Verhaltenswissenschaften, den Communicator-Preis und den Deutschen Psychologie-Preis.

02117 **O V** **NEU**

€ 9,00

am Donnerstag, 18.06.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Zukunft der industriellen Produktion in Deutschland

Björn Sautter ist Senior Expert Industrie 4.0 bei der Festo SE & Co. KG, einem der weltweit führenden deutschen Unternehmen für Automatisierungstechnik und technische Bildung. Er ist ebenso stellv. Industriesprecher des Forschungsbeirats Industrie 4.0.

02118 **O V** **NEU** € 9,00

am Dienstag, 23.06.2026, 19:30 - 21:00 Uhr



In Kooperation mit der acatech (Dt. Akad. der Technikwissenschaften)

Musik, Wissenschaft und Technik - eine Reise durch zwei Jahrhunderte

Myles W. Jackson ist ein US-amerikanischer Wissenschaftshistoriker und derzeit Professor am Institute for Advanced Study, Princeton, sowie u.a. außerordentliches Mitglied der Dt. Akad. der Technikwissenschaften.

02119 **O V** **NEU**

€ 9,00

am Dienstag, 21.07.2026, 19:30 - 21:00 Uhr



In Kooperation mit der acatech (Dt. Akad. der Technikwissenschaften)

FÜHRUNGEN / BESICHTIGUNGEN



Führung im Bayerischen Spiele-Archiv

03101 € 12,00

Christian Fürst-Brunner, Leiter Bayer. Spiele-Archiv
am Samstag, 16.05.2026, 14:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt: Haar, Casinostr. 10, Seiteneingang Kita-Gebäude (Nähe d. Kleinen Theaters)

Das Bezirksgut Haar

03102 € 12,00

Klaus Schwerdtner, Dipl. Agr. Ing. FH, Gutsleiter
am Samstag, 23.05.2026, 10:00 - 12:00 Uhr
Treffpunkt: Haar, Vockestr. 97, im Hof

Führung durch das Museum und Gelände des kbo-Isar-Amper-Klinikums Haar

Bitte beachten: Die Führung ist nicht für Rollstuhlfahrer und Menschen mit eingeschränkter Mobilität geeignet.

03103 € 12,00

Franziska Kurz, Führerin im kbo Klinikum
am Sonntag, 22.03.2026, 11:00 - 13:00 Uhr
Treffpunkt: Haupteingang Verwaltungsgebäude, Vockestr. 72 (Bus ab S-Bahnhof Haar bis Haltestelle IAK Haar I)
In Kooperation mit dem kbo-Isar-Amper-Klinikum Haar



Führung durch das Museum des Kulturzentrums „Haus der Donauschwaben“

03104 € 9,00

Daniela Güthner, Fachreferentin Sammlung, Bildung und Vermittlung, Kulturzentrum Haus der Donauschwaben Bayern e.V.

am Donnerstag, 26.03.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Treffpunkt: Haus der Donauschwaben, Leibstr. 33, Haar
In Kooperation mit dem Kulturzentrum Haus der Donauschwaben e.V.

Das Bayerische Landeskriminalamt - ein Blick hinter die Kulissen

Bitte beachten: Zur Teilnahme benötigt das LKA Daten der Teilnehmer:innen, deren Unterschrift und eine Personalausweis-Kopie. Die vhs sendet diese an das LKA. Daher spätestens 2 Wochen vor dem Termin anmelden.

03105 € 12,00

Mitarbeiter:in des Landeskriminalamts
am Montag, 23.03.2026, 13:00 - 15:00 Uhr
Treffpunkt: Bayerisches Landeskriminalamt, Maillingerstr. 15, 80636 München


ÖKOLOGIE / NACHHALTIGKEIT



Europas Klimaziel für 2040

Warum müssen wir handeln und was können wir in Haar dafür tun?

04005 **V NEU** € 9,00

Prof. Dr. Alfons Meindl, Vorsitzender OG Haar des BUND
am Donnerstag, 11.06.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06 
In Kooperation mit dem BUND OG Haar

Licht an, Licht aus - was passiert bei uns Menschen und in der Natur?

04006 **O V** € 9,00

Axel Baschnagel, Marketingberater für internationale Lichtverbände
am Montag, 27.04.2026, 19:00 - 20:30 Uhr

Wärmepumpen – Fakten statt Vorurteile

04007 **V**

€ 12,00

Prof. Dr. Alfons Meindl, Vorsitzender OG Haar des BUND
Prof. Dr.-Ing. Jochen Hopf, ehem. Hochschullehrer für
Elektrotechnik

am Donnerstag, 09.07.2026, 19:00 - 21:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30

In Kooperation mit dem BUND OG Haar

Der Haarer Ökogarten

Lust auf nachhaltiges Gärtnern? Dann sind Sie im Haarer Ökogarten genau richtig - einer idyllischen Oase mit bunten Blumen- und Gemüsebeeten, einem Teich für Kröten und Libellen, geschäftigen Bienenvölkern und zahlreichen Nist- und Futterplätzen für Vögel.

Im Naturgarten gestalten und pflegen wir Lebensräume für heimische Pflanzen und Tiere, säen und ernten, beobachten und genießen. Neben den gemeinsamen Arbeitstagen ist der Garten allen Teilnehmer:innen ganzjährig zugänglich.

Hinweis: Auch direkte Familienmitglieder können gerne mithelfen. Die Jahresgebühr wird nur einmal fällig!

Unsere Gemeinsamen Garten-Termine:

28.03., 25.04., 30.05., 20.06., 25.07.2026, 14:00 - 16:00 Uhr

26.09., 24.10.2026, 13:00 - 15:00 Uhr

04070

Jahresgebühr € 120,00

Verena Braun, Dipl.-Geografin, Nachhaltigkeitsmanagerin
Dr. Dana Thiele, Biologin

Ökogarten: Am Ende der Ferdinand-Kobell-Str.,
angrenzend an den Waldfriedhof Haar

Pflanzenbörse Haar

04071b

gebührenfrei

Sophia Metz, Artenvielfalt - Beauftragte der Gemeinde
Haar

am Samstag, 28.03.2026, 11:00 - 14:30 Uhr

Volkshochschule Haar, Münchener Str. 3, Seite Haarer
Anger

In Kooperation mit dem Umweltamt der Stadt Haar



Das Repair Café. Wegwerfen? Denkste!

Ein Toaster, der nicht mehr funktioniert. Ein Fahrrad, bei dem ein Rad schleift. Ein Pullover mit Mottenlöchern... Bringen Sie Ihre Problemfälle statt zur Mülltonne zum Repair Café der vhs Haar!

Eine Anmeldung mit der Angabe des Defekts oder Schadens ist nötig.

Parallel findet auch eine Sprechstunde bei Problemen mit PC, Laptop, Tablet oder Handy statt.

Eine Anmeldung hierfür ist 2 Tage vorher unter Kurs-Nr. 66099 mit Angabe des Problems nötig.

am Samstag, 28.03.2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG Foyer

vhs
Die Volkshochschule Haar

hand in hand
in haar e.V.



FINANZEN/VORSORGE/RECHT

**ETFs - eine Einführung****05002 V** € 19,00

Paulina Lolov, zert. ETF-Spezialistin (Dt. Börse Group),
Trainerin Verbraucherbildung Finanzen
am Donnerstag, 07.05.2026, 18:30 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

ETFs auswählen mit System**05003 V** € 19,00

Paulina Lolov, zert. ETF-Spezialistin (Dt. Börse Group),
Trainerin für Verbraucherbildung Finanzen
am Mittwoch, 13.05.2026, 18:30 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06

Grundlagen der Geldanlage**05004 V** € 24,00

Matthias Gramolla, MBA Wirtschaft
ab Dienstag, 14.04.2026, 2x 19:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

Kryptowährungen - Bitcoin und seine Alternativen**05006 O V** € 20,00

Hartmut Nehme, Dipl.-Ing. Elektrotechnik
am Samstag, 25.04.2026, 10:00 - 12:30 Uhr

Erfolgreiche Konzepte für mehr Einkommen im Alter

Was man für die Ruhestandsplanung von den
Skandinaviern lernen kann

05007 V € 9,00

Gernot Arendt, Dipl. Ökonom, zertifizierter Sachverständi-
ger für Ruhestandsplanung
am Dienstag, 10.03.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

Immer aktuell informiert!

**Anlagestrategien in der Zeitenwende - Sachwert schlägt Geldwert****05008 V NEU** € 9,00

Gernot Arendt, Dipl. Ökonom, zertifizierter Sachverständi-
ger für Ruhestandsplanung
am Mittwoch, 18.03.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

Investition in eine Immobilie - warum es sich gerade jetzt lohnt

Inflationsschutz, Steuerersparnis, Vermögensaufbau

05010 V € 9,00

Gernot Arendt, Dipl. Ökonom und zertifizierter Sachver-
ständiger für Ruhestandsplanung
am Mittwoch, 15.04.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

Liquidität aus der eigenen Immobilie schaffen**05012 V** € 9,00

Gernot Arendt, Dipl. Ökonom und zertifizierter Sachver-
ständiger für Ruhestandsplanung
am Dienstag, 28.04.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15

Finanzkompass - klug durch die Finanz- und Versicherungswelt navigieren**05013 O V** € 14,00

Kevin Böhm, Junior Consultant
am Freitag, 13.03.2026, 18:00 - 20:00 Uhr

Märchen im Mietrecht - ein Streifzug durch das Mietrecht

Für Vermieter:innen

05019 V € 9,00

Kristina Häfner, Fachanwältin für Miet- und Wohnungs-
eigentumsrecht
am Dienstag, 19.05.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

Märchen im Mietrecht - ein Streifzug durch das Mietrecht

Für Mieter:innen

05020 **V** € 9,00

Kristina Häfner, Fachanwältin für Miet- und Wohnungseigentumsrecht

am Dienstag, 16.06.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28



Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

05021 **V** € 12,00

Markus Brunner, Rechtsanwalt

am Montag, 16.03.2026, 19:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06



Testamentsgestaltung

05022 **V** € 12,00

Markus Brunner, Rechtsanwalt

am Montag, 04.05.2026, 19:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28



PERSÖNLICHKEIT/PSYCHOLOGIE



Halten Sie Ihr Gehirn fit

06005 € 65,50

Ulrike Huefnagels, Gedächtnistrainerin

ab Dienstag, 10.03.2026, 10x 15:00 - 16:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29



06006 € 65,50

Ulrike Huefnagels, Gedächtnistrainerin

ab Donnerstag, 12.03.2026, 10x 15:30 - 16:45 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29



Liebe und Freude - unsere „Lieblingsgefühle“

Wie uns unsere Emotionen tragen und schützen und gewaltig an die Nerven gehen können.

06007 **V** **NEU** € 9,00

Garry Baumeister, Mimikresonanz-Profiler und Emotionscoach

am Dienstag, 24.03.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28



Heimat – die Kraft unserer Wurzeln

Warum sie so wichtig für uns ist und was sie mit uns macht.

06008 **V** **NEU** € 9,00

Garry Baumeister, Mimikresonanz-Profiler und Emotionscoach

am Montag, 20.04.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



Mein Weg aus toxischen Beziehungen

06009 **V** € 9,00

Ingrid Langschwert, Heilpraktikerin für Psychotherapie

am Montag, 13.04.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01



Trauma und transgeneracionales Trauma

Mit praktischen Einheiten

06011 **V** **NEU** € 18,00

Heike Gattnar, Körperpsychotherapeutin und SE-Trainerin

am Samstag, 18.07.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06



Reise zum Glück für Frauen

06013 € 36,00

Birgitta Engler, Glückscoach

am Samstag, 14.03.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 02

Die Reise zum Glück für Frauen geht weiter

Impulse, Stille, Gespräche, Kreativität

Bitte beachten: Nur für Frauen, die den 1. Workshop besucht haben

Bitte mitbringen: Decke/Matte, Kuschelsocken, Snacks für eine gemeinsame Brotzeit

06014 € 66,00

Birgitta Engler, Glückscoach

am Samstag, 18.04.2026, 10:00 - 15:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 02

Waldelerlebnis - mit allen Sinnen in die Stille

Bitte mitbringen: wettergerechte Kleidung, Sitzkissen, Getränk

Bitte beachten: Bei Regen findet die Veranstaltung nicht statt.

06017 **NEU** € 9,00

Jutta Enge, Systemischer Coach

am Samstag, 21.03.2026, 09:00 - 10:30 Uhr
Treffpunkt: Tsingtauer Straße Ecke Schramminger Weg

Vital und kraftvoll anstatt erschöpft - Stress und Erschöpfung vorbeugen

06018 **V** **NEU** € 9,00

Eva-Maria Gebert-Riess, zertifizierte Systemische Therapeutin (DGSF)

am Mittwoch, 06.05.2026, 19:30 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28



Lösung in Sicht

Möglichkeiten und Methoden von systemischer Beratung und Coaching

06019  **NEU** € 9,00

Eva-Maria Gebert-Riess, zertifizierte Systemische Therapeutin (DGSF)

am Mittwoch, 22.07.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28 




Ordnung meets Resilienz - Erste Hilfe für eine innere und äußere Ordnung

06020  € 9,00

Tanja Reibenweber, zertifizierter Ordnungscoach

am Donnerstag, 26.03.2026, 18:30 - 20:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28 

PARTNERSCHAFT/PÄDAGOGIK




„Was du hörst, ist nicht, was ich gesagt habe!“

So gelingt Kommunikation in der Partnerschaft

06021  € 9,00

Eva-Maria Gebert-Riess, zertifizierte Systemische Therapeutin (DGSF)

am Mittwoch, 10.06.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28 

Kreative Magie - gemeinsam wachsen

Für Paare und Herzensmenschen

Hinweis: Die ausgewiesene Gebühr ist pro Paar

Materialkosten (Leinwand, Farben, sonstiges Material): 18 € pro Paar werden im Kurs abgerechnet


Bitte mitbringen: Malkittel, Schere, Klebestift, Lineal, Pinsel in verschiedenen Stärken, Cuttermesser, Bleistift, Block, Brotzeit und Getränk

06024  € 120,00

Jutta Enge, Systemischer Coach

Birgitta Engler, Glückscoach

am Sonntag, 15.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01 


Wie „ticke“ ich – wie „tickst“ du?

Konflikte in Familie, Partnerschaft und Beruf neu verstehen und besser lösen

06025  € 12,00

Joachim Reinwald, Evolutionspädagogin und Lernberater

am Dienstag, 16.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 27 


Die Sicherheiten, die Kinder für ihre Entwicklung brauchen

Lern-, Entwicklungs- und Verhaltensblockaden erkennen und auflösen.

06026  € 12,00

Joachim Reinwald, Evolutionspädagogin und Lernberater

am Donnerstag, 16.04.2026, 18:30 - 20:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28 

Kinder und Medien - was Eltern wissen sollten

06027   **NEU** € 32,00

Robin Weniger, B. A. Soziale Arbeit


am Freitag, 12.06.2026, 18:00 - 20:15 Uhr

ADHS - Krankheit oder Chance - was helfen kann

06010  € 12,00

Ingrid Langschwert, Heilpraktikerin für Psychotherapie

am Dienstag, 28.04.2026, 19:00 - 21:00 Uhr

Aschheim, Sternstraße 5, EG, Kultur 

In Zusammenarbeit mit der vhs Olm. Keine Ermäßigung möglich!

Immer aktuell informiert!

Follow us
on Facebook



Volkshochschule Haar

KULTUR



Ansprechpartnerin



**Dr. Charlotte
Meinardus-Stelzer**

meinardus@vhs-haar.de
Tel. 089/46002-827



Kunst und Kultur

Erkunden Sie mit der vhs die nähere und weitere Umgebung – mit einem breiten Angebot von kunstwissenschaftlichen Vorträgen und Führungen sowie unterhaltsamen Stadtrundgängen.

Lassen Sie sich gedanklich entführen bei Musik, Texten und Bildern aus anderen Ländern und Regionen.

Kreativität

Werden Sie selbst kreativ: Ob mit Kamera, Gitarre oder beim Singen, mit Pinsel, Stift, Ton, beim Schmieden, mit Nadel und Faden, bei Ikebana oder beim Kranzbinden – wir haben das richtige Angebot für Sie.

INHALT

vhs UNTERWEGS/MUSEUM/STADT/LAND ..	26
Stadtpaziergänge	26
Kunst am Vormittag / Kunst am Nachmittag ..	27
Museumsbesuche	28
Studienfahrt	28
VORTRÄGE/REISEBERICHTE	28
MUSIK/LITERATUR	29
Gitarre	29
Stimme	30
Konzert	30
FOTOGRAFIE	30
BILDENDE KUNST	31
Zeichnen	31
Aquarellmalerei	31
Öl- und Acrylmalerei/Gouache	32
Drucken	33
KUNSTHANDWERK	34
Gold- und Silberschmieden	34
Arbeiten mit Ton	35
Ikebana	36
Kranzbinden	36
TEXTILES GESTALTEN	37
Klöppeln	37
Nähen	37
STILBERATUNG	38
Kosmetik	38

vhs UNTERWEGS - MUSEUM/STADT/LAND



Stadtspaziergänge

Frauengeschichten in der Münchner Altstadt

31021 NEU € 11,50

Anneliese Döhring, Stadtführerin
am Mittwoch, 15.04.2026, 10:00 - 12:00 Uhr
Treffpunkt: Marienplatz, Fischbrunnen

Die Au - Mühlbach, Mönche und ein berühmtes Bier

31022 NEU € 11,50

Anneliese Döhring, Stadtführerin
am Mittwoch, 29.04.2026, 17:00 - 19:00 Uhr
Treffpunkt: S-Bahnhof Rosenheimerplatz, Ausgang Gasteig

Schwabing und seine Frauen: Demokratie, Gleichberechtigung und freie Künste

31023 NEU € 11,50

Anneliese Döhring, Stadtführerin
am Mittwoch, 06.05.2026, 10:00 - 12:00 Uhr
Treffpunkt: Ludwigstraße/Ecke Galeriestraße

Abendliches München

31024 NEU € 11,50

Treffpunkt: Am Karlstor
Anneliese Döhring, Stadtführerin
am Mittwoch, 17.06.2026, 19:00 - 21:00 Uhr
Treffpunkt: Am Karlstor



Zu den letzten Ruhestätten der Wittelsbacher

Eintrittsgelder kommen zur Kursgebühr hinzu und müssen vor Ort bezahlt werden.

31025 NEU € 15,00

Christian Schulze, Stadtführer
am Samstag, 25.04.2026, 13:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt: Liebfrauendom, Haupteingang

31026 NEU € 15,00

Christian Schulze, Stadtführer
am Samstag, 13.06.2026, 13:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt: Liebfrauendom, Haupteingang



Dozent: Christian Schulze

Besondere Persönlichkeiten und Ereignisse in München

31027 NEU € 11,50

Christian Schulze, Stadtführer
am Donnerstag, 23.04.2026, 13:00 - 15:00 Uhr
Treffpunkt: Marienplatz, Mariensäule

31028 NEU € 11,50

Christian Schulze, Stadtführer
am Donnerstag, 11.06.2026, 13:00 - 15:00 Uhr
Treffpunkt: Marienplatz, Mariensäule

Münchner Stadtspaziergänge

Bitte beachten: Insg. 2 Termine: der Treffpunkt und das Thema des 1. Termins sowie Datum, Thema und Treffpunkt des 2. Termins werden zu Beginn des Semesters bekanntgegeben.

Kurs A

31046 € 30,00

Ingrid Oxfort, Stadtführerin

1. Termin: Freitag, 20.03.2026, 10:30 - 12:30 Uhr



Kurs B

31047 € 30,00

Ingrid Oxfort, Stadtführerin

1. Termin: Dienstag, 24.03.2026, 14:30 - 16:30 Uhr

Kurs C

31048 € 30,00

Ingrid Oxfort, Stadtführerin

1. Termin: Donnerstag, 26.03.2026, 14:30 - 16:30 Uhr

Kunst am Vormittag / Nachmittag

Kunst am Vormittag

Museums- und Ausstellungsbesuche

Bitte beachten: Vorbespr. 27.02.2026; Eintrittsgelder kommen zur Kursgebühr hinzu und müssen vor Ort bezahlt werden.

Die Kurse finden 14-tägig statt.

32200 € 75,00

Alfred Pfeuffer, Kunsthistoriker

ab Freitag, 06.03.2026, 8x 10:00 - 12:00 Uhr



32210 € 75,00

Alfred Pfeuffer, Kunsthistoriker

ab Freitag, 13.03.2026, 8x 10:00 - 12:00 Uhr

Kunst am Nachmittag

Museums- und Ausstellungsbesuche

Bitte beachten: Vorbespr. 26.02.2026; Eintrittsgelder kommen zur Kursgebühr hinzu und müssen vor Ort bezahlt werden.

Die Kurse finden 14-tägig statt.

32215 € 75,00

Alfred Pfeuffer, Kunsthistoriker

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 14:00 - 16:00 Uhr

Kunst am Vormittag

Museums- und Ausstellungsbesuche

Bitte beachten: Eintrittsgelder kommen zur Kursgebühr hinzu und müssen vor Ort bezahlt werden.

Die Kurse finden 14-tägig statt.

32220 € 75,00

Ulrich Sebulke, Kunsthistoriker

ab Mittwoch, 11.03.2026, 8x 10:00 - 12:00 Uhr

32221 € 75,00

Ulrich Sebulke, Kunsthistoriker

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 10:00 - 12:00 Uhr



32222 € 75,00

Ulrich Sebulke, Kunsthistoriker

ab Donnerstag, 12.03.2026, 8x 10:00 - 12:00 Uhr

32223 € 75,00

Ulrich Sebulke, Kunsthistoriker

ab Freitag, 13.03.2026, 8x 10:00 - 12:00 Uhr

Museumsbesuche

Führung in der wiedereröffneten Villa Stuck

Eintrittsgelder kommen zur Kursgebühr hinzu und müssen vor Ort bezahlt werden.

32230 NEU € 12,50

Alfred Pfeuffer, Kunsthistoriker
am Donnerstag, 11.06.2026, 10:00 - 12:00 Uhr

Die schönsten Frauenportraits in der Alten Pinakothek

Eintrittsgelder kommen zur Kursgebühr hinzu und müssen vor Ort bezahlt werden.

32231 NEU € 12,50

Petra Rhinow, Kunstpädagogin
am Freitag, 19.06.2026, 10:00 - 12:00 Uhr
Treffpunkt: Foyer der Alten Pinakothek



Studienfahrt

Studienfahrt nach Murnau

Der Ausflug wird begleitet von Herrn Alfred Pfeuffer, Kunsthistoriker.

Ablauf (Änderungen vorbehalten): Selbstfahrer mit Treffpunkt in Murnau am Schlossmuseum, Schlosshof 2-5, 82418 Murnau am Staffelsee
Eintrittsgelder kommen zur Kursgebühr hinzu und müssen vor Ort bezahlt werden.

32232 NEU € 50,00

Alfred Pfeuffer, Kunsthistoriker
am Samstag, 23.05.2026, 10:00 - 16:00 Uhr



VORTRÄGE / REISEBERICHTE



Die Kunst in München um 1900

35000 NEU € 25,00

Alfred Pfeuffer, Kunsthistoriker
ab Montag, 20.04.2026, 3x 18:15 - 19:45 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06



Alpentrekking vom Großglockner über den Nationalpark Triglav an die Adria

35001 NEU € 9,50

Armin Pirkenseer
am Mittwoch, 15.04.2026, 19:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06



Immer aktuell informiert!

Follow us
on Instagram



Volkshochschule Haar

MUSIK / LITERATUR



Gitarre

Gitarre

Schwerpunkt Liebegleitung

Der Kursleiter Klaus Franke entwickelte ein in der Praxis erprobtes und bewährtes Unterrichtskonzept. Im Vordergrund steht dabei das Thema Liebegleitung, d.h. die Begleitung eigenen oder fremden Gesangs - das Liederangebot ist entsprechend groß.

Wichtige Informationen: Die 10 genauen Termine werden vor Kursbeginn bekannt gegeben.

Mindestalter: 15 Jahre

Manuskript: Es wird gegen einen Unkostenbeitrag gestellt.

Die Kursgebühr enthält auch die Gebühr für die VG Musikedition.

Gitarre - 3. Semester

Die wichtigsten Akkordgriffe im Sattelbereich mit dazugehörigen Griffwechselübungen, Einführung in die gebräuchlichsten Schlagrhythmen und Vier-Finger-Zupfmuster, Pattern-Variationen

36053 € 90,00

Klaus Franke, Gitarrenlehrer
ab Montag, 02.03.2026, 10x 17:30 - 19:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



Gitarre - 6. Semester

Einführung in die Barré-Technik, Einsatz bisher gelernter Begleitmuster bei diversen Taktarten, Einführung in das Country- und Folk-Picking, Einführung in Spiel mit Plektrum, Plektrumsimulation, Latin-Schlagrhythmen, „Swing-Feeling“, Spiel in höheren Griffbrettlagen, „Blues“, „effektvolle“ Liebegleitung mit Perkussions-techniken u.ä., synkopierte Akkordwechsel

36054 € 90,00

Klaus Franke, Gitarrenlehrer
ab Dienstag, 03.03.2026, 10x 19:30 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Gitarre - 14. Semester

Vierklänge aller Art, Akkordverbindungen mit Hilfe von Bassdurchgängen, Legatospiel bei Melodie- und Basstönen, Durchgangsakkorde, Picking-Variationen

36058 € 90,00

Klaus Franke, Gitarrenlehrer
ab Dienstag, 03.03.2026, 10x 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Gitarre - 25. Semester

Popsongs „as recorded“, Instrumentalversionen mit Pickingmustern und Pop-tauglichen Schlagrhythmen, mehrstimmige Arrangements bekannter Songs, bei denen Zusammenspiel im Vordergrund steht

36059 € 90,00

Klaus Franke, Gitarrenlehrer
ab Montag, 02.03.2026, 10x 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



Stimme

Raise every voice and sing! - Entdecke deine Singstimme

Einführungskurs

37005

€ 70,00

Anna und Jakob Lücking

ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 18:00 - 19:00 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 19

Fortgeschrittene - nach Absprache mit Kursleitungen

37006

€ 80,00

Anna und Jakob Lücking

ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 19:00 - 20:30 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 19

Konzert

Ricardo Volkert & Ensemble: Flamenco, Romanzen und Balladen

Konzert aus den Gassen und Tavernen des Südens

37008 NEU

€ 25,00

Ricardo Volkert, Cantautor

am Freitag, 06.03.2026, 19:30 - 21:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06



FOTOGRAFIE

Kreative Fotografie für Fortgeschrittene

38000

€ 65,00

Michael Bernhard

ab Dienstag, 24.02.2026, 8x 19:15 - 21:15 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06



BILDENDE KUNST



Zeichnen

Feine Linien und kräftige Schraffuren

Freies Zeichnen für Erwachsene

Bitte mitbringen: Papier, Beistift, vorhandene Buntstifte oder Kreiden

81001

€ 106,00

Anna Arndt, Freischaffende Künstlerin für Druckgrafik und Malerei
ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 19:15 - 20:45 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 27



Grundkurs Zeichnen - zeichnerisches Sehen lernen

Bitte mitbringen: Skizzenblock Din A4 u. Din A3, Bleistifte versch. Härtegrade (oder andere Stifte je nach Geschmack), Radiergummi, Spitzer

81006

€ 122,00

Juliane Schlumberger, Grafikerin und Illustratorin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 10x 11:30 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Zeichnen - Aufbaukurs

Bitte mitbringen: Skizzenblock Din A4 u. Din A3, Bleistifte, Radiergummi, Spitzer

81007 NEU

€ 106,00

Juliane Schlumberger, Grafikerin und Illustratorin
ab Mittwoch, 10.06.2026, 8x 11:30 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Aquarellmalerei

Malen mit Aquarellfarben - weiterführender Kurs

Bitte mitbringen: Aquarellblock (30 x 40 cm, min. 300g/cm²), div. Pinsel, min. 24 Aquarellfarben, Wasserglas, Lappen

81045

€ 180,00

Reiner Binsch, Architekt, Künstler
ab Donnerstag, 05.03.2026, 9x 09:00 - 12:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Aquarell - klassisch und modern

Bitte mitbringen: vorhandenes Aquarellmaterial, alles Weitere wird am 1. Kurstag besprochen

81050

€ 182,00

Martina Plote, freie Künstlerin
ab Mittwoch, 15.04.2026, 10x 09:30 - 12:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



Bild aus Kurs 81050

Öl- und Acrylmalerei / Gouache

Abstraktes Malen für Frauen - Malen macht Mut und Freude

81051 € 87,00

Gabriele von Ende-Pichler, Künstlerin
am Freitag, 20.03.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
am Samstag, 21.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



81052 € 87,00

Gabriele von Ende-Pichler, Künstlerin
am Freitag, 27.03.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
am Samstag, 28.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



Dozentin: Gabriele von Ende-Pichler

Dienstags-Malstudio - Malen mit Acryl- oder Ölfarben

Bitte mitbringen: Leinwand, Malpappe, div. Pinsel, Farben, Lappen, Palette

81107 € 210,00

Reiner Binsch, Architekt, Künstler
ab Dienstag, 03.03.2026, 10x 09:15 - 12:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



Freitags-Malstudio - Malen mit Acrylfarben

Bitte mitbringen: Leinwand, Malpappe, div. Pinsel, Farben, Lappen, Palette

81108 € 190,00

Reiner Binsch, Architekt, Künstler
ab Freitag, 06.03.2026, 9x 09:15 - 12:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



Malerei - Öl, Acryl, Tempera - Natur: Natürlich, realistisch oder abstrakt?

Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: vorhandene Materialien zur Malerei, am 1. Kurstag wird individuell Genaueres besprochen

81110 € 117,00

Anna Arndt, freischaffende Künstlerin für Malerei und Druckgrafik

ab Montag, 02.03.2026, 8x 17:30 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



81115 € 117,00

Anna Arndt, freischaffende Künstlerin für Malerei und Druckgrafik

ab Montag, 02.03.2026, 8x 19:30 - 21:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



81116 € 117,00

Anna Arndt, freischaffende Künstlerin für Malerei und Druckgrafik

ab Montag, 11.05.2026, 8x 17:30 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



81117 € 117,00

Anna Arndt, freischaffende Künstlerin für Malerei und Druckgrafik

ab Montag, 11.05.2026, 8x 19:30 - 21:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



Immer aktuell informiert!

Follow us
on Facebook



Volkshochschule Haar



Acryl-Malerei - Malen mit Kaffee - Mixed-Media

Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: Acrylfarben, verschiedene Pinsel u. Stifte (Buntstifte, Bleistifte, Acrylmarker, Fineliner, Ölkreiden o.ä.), Aquarell- oder Skizzenblock mit leichter Struktur, mind. 250g/cm², Papierformat z.B. 32 x 24 cm (auch kleiner, größer, quadratisch), Tesakrepp-Abklebeband mind. 3 cm breit, Acrylbinder oder Klebestift, Papiere u. Zeitschriften, die gefallen, evtl. Kopien eigener Fotos, lösliches Kaffeepulver, wenn gewünscht Malkarton oder kleine Leinwände, Lappen, Palette oder Pappteller, evtl. Fön

81133 € 55,00

Silvia Grasser, freischaffende Künstlerin
am Samstag, 18.04.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



Acryl-Malerei - kleine freche Bilder - Mixed-Media

Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: Acrylfarben, verschiedene Pinsel u. Stifte (Buntstifte, Bleistifte, Acrylmarker, Fineliner, Ölkreiden o.ä.), Aquarell- oder Skizzenblock mit leichter Struktur, mind. 250g/cm², Papierformat ca. DIN A4 (darf auch kleiner, größer, quadratisch sein), Tesakrepp-Abklebeband mind. 3 cm breit, Acrylbinder oder Klebestift, Papiere u. Zeitschriften, die gefallen, Kopien eigener Fotos, ggf. Malkarton oder kleine Leinwände, Lappen, Palette oder Pappteller, evtl. Fön

81134 € 55,00

Silvia Grasser, freischaffende Künstlerin
am Sonntag, 19.04.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



Malerei und Materie - Collagetechnik

81137 € 53,00

Bitte mitbringen: Leinwand ca. 40x40, kann auch im Kurs erworben werden (€ 5,00)

Materialkosten: € 5,00, werden im Kurs abgerechnet

Elfriede Marjanovic, Künstlerin
am Samstag, 14.03.2026, 13:00 - 16:00 Uhr,
am Sonntag, 15.03.2026, 13:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



81138 € 44,00

Elfriede Marjanovic, Künstlerin
am Samstag, 09.05.2026, 11:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



Drucken

Gelliprint - Kreative Drucktechnik

Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: Kittel

Materialkosten: € 15,00, werden im Kurs abgerechnet

81139 € 55,00

Anja Bühner-Blaschke, Coach
am Sonntag, 12.07.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



KUNSTHANDWERK



Gold- und Silberschmieden

Gold- und Silberschmieden

Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Material (Silber) kann mitgebracht oder im Kurs erworben werden, Gold nur nach Absprache.

Materialkosten: € 5,00, werden im Kurs abgerechnet

82200 € 115,00

Michaela Schaab, Goldschmiedin
ab Donnerstag, 12.03.2026, 6x 18:30 - 21:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 06



82201 € 115,00

Michaela Schaab, Goldschmiedin
ab Donnerstag, 21.05.2026, 6x 18:30 - 21:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 06



82204 € 115,00

Michaela Schaab, Goldschmiedin
ab Freitag, 13.03.2026, 6x 15:00 - 18:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 06



82205 € 115,00

Michaela Schaab, Goldschmiedin
ab Freitag, 12.06.2026, 6x 15:00 - 18:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 06



Gießkurs - einfacher Sandguss

An diesem Abend wird nur gegossen

Bitte mitbringen: Silberreste, Münzen, Goldreste, kleine Gegenstände zum Abformen. Kleine Silbermengen, Legiersilber und Legierkupfer können bei der Dozentin erworben werden.

Materialkosten: € 5,00, werden im Kurs abgerechnet

82207 € 26,50

Michaela Schaab, Goldschmiedin
am Freitag, 13.03.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 06



Gold- und Silberschmieden - Wochenendkurs

Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Es können Steine, Silber und Perlen im Kurs erworben werden. Wer mit Gold arbeiten möchte, bitte mit der Kursleiterin Kontakt aufnehmen.

Bitte beachten: ca. 1 Std. Mittagspause/Tag vorgesehen

Materialkosten: € 5,00, werden im Kurs abgerechnet

82208 € 110,00

Michaela Schaab, Goldschmiedin
am Samstag, 07.03.2026, 09:30 - 16:30 Uhr
am Sonntag, 08.03.2026, 09:30 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 06



82209 € 110,00

Michaela Schaab, Goldschmiedin
am Samstag, 25.04.2026, 09:30 - 16:30 Uhr
am Sonntag, 26.04.2026, 09:30 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 06



82210 € 110,00

Michaela Schaab, Goldschmiedin
am Samstag, 06.06.2026, 09:30 - 16:30 Uhr
am Sonntag, 07.06.2026, 09:30 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 06



Gold- und Silberschmieden

Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: Vorhandenes Werkzeug und Material, es kann auch Material beim Kursleiter erworben werden: www.reffle.com

82211 € 185,00

Robert Reffle, Schmuckdesigner
ab Montag, 02.03.2026, 10x 19:00 - 22:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 06



Silber- und Goldschmuck

Bitte beachten: Die Beherrschung der Grundtechniken ist Voraussetzung, eine eigene kleine technische Ausrüstung ist empfehlenswert.

82232 € 185,00

Anton Triyandafilidis, Schmuckgestaltung
ab Dienstag, 03.03.2026, 10x 18:15 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 06

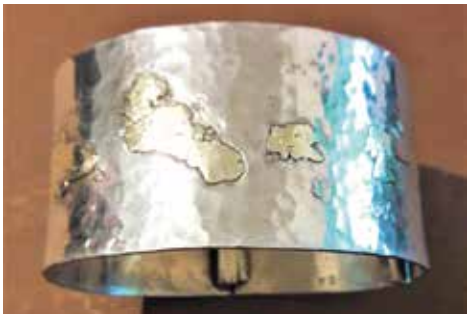


Silber- und Goldschmuck

Bitte beachten: Selbstständiges Arbeiten ist Voraussetzung, eine eigene erweiterte technische Ausrüstung ist empfehlenswert.

82234 € 185,00

Anton Triyandafilidis, Schmuckgestaltung
ab Mittwoch, 04.03.2026, 10x 18:15 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 06



Arbeiten mit Ton

Arbeiten mit Ton

Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: Arbeitsschürze

Materialkosten: wird nach Verbrauch direkt mit der Kursleiterin abgerechnet, € 15,00/kg Ton gebrannte und glasierte Keramik

82513 € 149,00

Malgorzata-Gosia Zawada-Konopka, freie Töpferin
ab Montag, 02.03.2026, 10x 19:00 - 21:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04



Hinweis:

Töpfern für Familien,
Kursnummer K4367 finden
Sie auf Seite 99.

Ikebana



Ikebana - die japanische Kunst Pflanzen zu arrangieren

Fortgeschrittene

Gefäße und Steckigel (Kenzan) können im Kurs ausgeliehen bzw. erworben werden.

Bitte mitbringen: Handtuch, Gartenschere, kleiner Lappen, Schreibzeug

83530 € 50,00

Rita Dollberg, Dozentin für Ikebana
ab Montag, 09.03.2026, 5x 18:15 - 19:45 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



83531 € 50,00

Rita Dollberg, Dozentin für Ikebana
ab Montag, 09.03.2026, 5x 19:45 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Kranzbinden

Kreatives Kranzbinden - Osterkranz

Materialkosten: € 25,00, werden im Kurs abgerechnet

83532 **NEU** € 20,00

Anastasiia Kuziuberdina, selbstständige Künstlerin
am Samstag, 28.03.2026, 10:00 - 12:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Kreatives Kranzbinden - Sommerkranz

Materialkosten: € 25,00, werden im Kurs abgerechnet

83533 **NEU** € 20,00

Anastasiia Kuziuberdina, selbstständige Künstlerin
am Samstag, 13.06.2026, 10:00 - 12:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



TEXTILES GESTALTEN



Klöppeln

Klöppeln - Arbeitskreis

Zubehör kann im Kurs geliehen (Gebühr € 6,00) oder gekauft werden. Der Kurs ist 14-tägig.

Bitte mitbringen: Stecknadel, Schere

83606

€ 66,00

Christine Immler, Dozentin für Klöppeln
ab Freitag, 06.03.2026, 6x 08:00 - 09:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Nähen

Kleine Nähschule für Nähbegeisterte & Interessierte

Der Kurs richtet sich an Anfänger:innen und Fortgeschrittene, die ihre Kenntnisse vertiefen möchten

83610

€ 220,00

Josef Demmel, Schneidermeister
ab Donnerstag, 05.03.2026, 10x 18:30 - 21:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Kleine Nähschule - Abendkurs

Nähmaschinen sind vorhanden, eigene Maschinen können mitgebracht werden.

Bitte mitbringen: Nähzeug (Stoffschere, Garn, Nadel, Maßband, etc.), ggf. Stoff und Schnittmuster

83612

€ 132,00

Josef Demmel, Schneidermeister
ab Mittwoch, 04.03.2026, 6x 18:30 - 21:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



83613

€ 132,00

Josef Demmel, Schneidermeister
ab Mittwoch, 29.04.2026, 6x 18:30 - 21:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Nähen am Freitagvormittag

Bitte mitbringen: Stoff, Schnitt, Schere, Seidenpapier, Schneiderkreide, Maßband, Stecknadeln usw. Anfänger:innen bitte 0,50 cm Bauwollstoff, Reißverschluss von 20 cm für ein Kosmetiktasche

83615

€ 132,00

Judith Willsau, Modelldirektrice
ab Freitag, 06.03.2026, 6x 09:30 - 12:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Lieblingsteil nachnähen

Bitte mitbringen: Stoff, Schnitt oder Lieblingsteil, Schere, Seidenpapier, Schneiderkreide, Maßband, Stecknadeln usw. Anfänger:innen bitte 0,50 cm Bauwollstoff, Reißverschluss von 20 cm für eine Kosmetiktasche

83617

€ 132,00

Judith Willsau, Modelldirektrice
ab Freitag, 12.06.2026, 6x 09:30 - 12:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Näherkstatt am Samstag

Bitte mitbringen: Stoff, Schnitt oder Lieblingsteil, Schere, Seidenpapier, Schneiderkreide, Maßband, Stecknadeln usw. Anfänger/-innen bitte 1 m Bauwollstoff, Reißverschluss von 20 cm

83620 € 47,00

Judith Willsau, Modelldirektrice
am Samstag, 14.03.2026, 10:00 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Näherkstatt am Sonntag

Bitte mitbringen: Stoff, Schnitt oder Lieblingsteil, Schere, Seidenpapier, Schneiderkreide, Maßband, Stecknadeln usw. Anfänger/-innen bitte 1 m Bauwollstoff und einen Reißverschluss von 20 cm

83621 € 47,00

Judith Willsau, Modelldirektrice
am Sonntag, 26.04.2026, 10:00 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



83622 € 47,00

Judith Willsau, Modelldirektrice
am Sonntag, 12.07.2026, 10:00 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



Nähen leicht gemacht

Bitte mitbringen: die zu ändernden Kleidungsstücke oder Stoffe sowie die Nähutensilien Maßband, Zuschnitteschere, Garn u.a.

83626 € 96,00

Andrea Wenig, Schneidermeisterin
am Samstag, 07.03.2026, 09:30 - 16:00 Uhr
am Sonntag, 08.03.2026, 09:30 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 01



STILBERATUNG

Kosmetik

Make-up-Workshop - schnelles, typ- und anlassgerechtes Tages-Make-up

Bitte beachten: ungeschminkt erscheinen
Bitte mitbringen: Handtuch, Stellspiegel, Haarklammer, Schreibzeug

Materialkosten: € 15,00, werden im Kurs abgerechnet

83630 € 37,00

Tanja Hilmer, Beautycoach
am Dienstag, 03.03.2026, 18:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 27



Dozentin: Tanja Hilmer

83631 € 37,00

Tanja Hilmer, Beautycoach
am Dienstag, 21.04.2026, 18:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 27



83632 € 37,00

Tanja Hilmer, Beautycoach
am Dienstag, 12.05.2026, 18:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 27





BERUF / IT



Ansprechpartner



Andreas Tontsch

tontsch@vhs-haar.de
Tel.: 089/46002-819



Maximilian Ludwig Koblofsky

koblofsky@vhs-haar.de
Tel.: 089/46002-815

Stellen Sie schon heute die Weichen für Ihre Karriere von morgen.

Erleichtern Sie online Ihren Alltag.

INFORMATIONEN

BERUF:

- Suchen Sie nach dem passenden Beruf?
- Oder möchten Sie sich beruflich weiterentwickeln?

Lebenslanges Lernen ist in unserer Welt unverzichtbar und ein zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Wir unterstützen Sie dabei, sich in Ihren **sozialen und fachlichen Kompetenzen** und Ihrem Beruf noch mehr zu entfalten.

IT:

Die Digitalisierung und die Weiterentwicklung im Bereich der **Künstlichen Intelligenz** erfordern neue Kompetenzen und können den Alltag erleichtern – auch im Beruf. Die vhs Haar steht Ihnen hierbei mit Kursen und Vorträgen zur Seite und unterstützt Ihre digitale Teilhabe, sodass Sie **online dabei sein** können. Für Probleme mit Ihrem PC, Laptop, Handy oder Tablet gibt es die **PC-Sprechstunde**. Gerne beraten wir Sie und freuen uns auf Ihre Anmeldung.

INHALT

BERUF.....40

Berufsorientierung/Bewerbungstraining	40
Soft Skills	40
Fachkenntnisse IT	41

IT41

Die Sprechstunde bei Problemen mit PC, Laptop, Handy oder Tablet.....	41
EDV-Basiskompetenzen.....	41
Künstliche Intelligenz	43
Online dabei sein	44
Smartphone.....	44



BERUF



Berufsorientierung/Bewerbungstraining

Individuelles Coaching
rund um den Bewerbungsprozess

Die Termine werden individuell mit Ihnen abgesprochen.

Preis: 60 Min. für 56,00 € / 90 Min. für 84,00 €

Bitte anmelden per E-Mail oder Telefon bei:

Maximilian Ludwig Koblofsky, Tel.: 089/46002-815,
koblofsky@vhs-haar.de

66110

€ 84,00

Stefan Götz, Industriefachwirt

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28



Soft Skills

Schlagfertigkeit und Rhetorik - mit der
richtigen Stimme im beruflichen Alltag

66110

€ 133,00

Bernd Fischer, Dipl. Kommunikationswirt

am Mittwoch, 15.04.2026, 13:30 - 17:30 Uhr,
am Donnerstag, 16.04.2026, 13:30 - 17:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

Potenzialanalyse und Typologie - eigene
Stärken erkennen und im Beruf einsetzen

66111

€ 133,00

Bernd Fischer, Dipl. Kommunikationswirt

am Montag, 04.05.2026, 13:30 - 17:30 Uhr,

am Dienstag, 05.05.2026, 13:30 - 17:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15



Erfolgreich netzwerken im Beruf

66112

€ 63,00

Karin Budde, Betriebswirtin (Fokus Arbeitspsychologie),

Geschäftsführerin BB&C Beratung und Coaching

am Samstag, 11.07.2026, 10:00 - 14:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36



Zeitmanagement und Selbstorganisation

66113

€ 63,00

Karin Budde, Betriebswirtin (Fokus Arbeitspsychologie),

Geschäftsführerin BB&C Beratung und Coaching

am Samstag, 04.07.2026, 10:00 - 14:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36

Individuelles Karrierecoaching -
zu mehr Erfolg im aktuellen Beruf

Die Termine werden individuell mit Ihnen abgesprochen.

Preis: 60 Min. für 56,00 € / 90 Min. für 84,00 €

Bitte anmelden per E-Mail oder Telefon bei:

Maximilian Ludwig Koblofsky, Tel.: 089/46002-815,
koblofsky@vhs-haar.de

66114

€ 84,00

Karin Budde, Betriebswirtin (Fokus Arbeitspsychologie),

Geschäftsführerin BB&C Beratung und Coaching

Gewaltfreie Kommunikation - Konflikte
lösen im Beruf

66115

€ 78,00

Lubomir Lichner, Dozent im Personalwesen

am Samstag, 27.06.2026, 10:00 - 17:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36



Nein sagen - Grenzen setzen im Beruf

66116

€ 78,00

Lubomir Lichner, Dozent im Personalwesen

am Samstag, 18.07.2026, 10:00 - 17:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36

Anpassungsfähigkeit in einer sich schnell
verändernden Arbeitswelt

66117

€ 35,00

Karin Budde, Betriebswirtin (Fokus Arbeitspsychologie),

Geschäftsführerin BB&C Beratung und Coaching

am Donnerstag, 18.06.2026, 18:00 - 20:00 Uhr

Fachkenntnisse IT

Canva-Workshop - Grundkurs

66120  € 42,00

Robin Weniger, B.A. Soziale Arbeit, Betriebswirt (Fokus Absatzmarketing)
am Dienstag, 05.05.2026, 17:30 - 20:30 Uhr

Canva-Workshop - Social Media und Videoerstellung

Voraussetzung: Canva-Grundkenntnisse.

66121  € 42,00


Robin Weniger, B.A. Soziale Arbeit, Betriebswirt (Fokus Absatzmarketing)
am Mittwoch, 24.06.2026, 17:30 - 20:30 Uhr

Zoom - professionell präsentieren und begeistern

66122  € 31,50

Robin Weniger, B.A. Soziale Arbeit, Betriebswirt (Fokus Absatzmarketing)
am Dienstag, 21.07.2026, 17:30 - 19:45 Uhr

MS Outlook - Full Power-Workflows

66123  **NEU** € 30,00

Thorsten Bradt, Bildungsreferent Kommunikation, Medien und agiles Arbeiten
am Mittwoch, 13.05.2026, 18:30 - 21:30 Uhr
In Zusammenarbeit mit vhs DigitalKooperation

Agiles Projektmanagement mit Scrum

66124  € 90,00

Thorsten Bradt, Bildungsreferent Kommunikation, Medien und agiles Arbeiten
am Samstag, 16.05.2026, 09:30 - 17:00 Uhr
In Zusammenarbeit mit vhs DigitalKooperation

MS Excel zur effektiven Datenanalyse (mit „KI-Hacks“)

66125  € 30,00

Thorsten Bradt, Bildungsreferent Kommunikation, Medien und agiles Arbeiten
am Donnerstag, 21.05.2026, 18:30 - 21:30 Uhr
In Zusammenarbeit mit vhs DigitalKooperation



IT

Die Sprechstunde bei Problemen mit PC, Laptop, Handy oder Tablet

Bitte beachten: Eine Anmeldung mit der Angabe, um welches Gerät (Laptop, PC, Tablet, Smartphone) und um welches Problem es sich handelt, ist **2 Tage vor dem Termin nötig**.

Bestimmte Dinge, wie Reparaturen oder der Ersatz von Komponenten, können nicht durchgeführt werden.

Bitte mitbringen: Gerät und Netz- bzw. Ladekabel

66199b gebührenfrei


Jonas Leistner, Leiter IT der Stadt Haar
am Samstag, 28.03.2026, 14:00 - 17:00 Uhr,
am Freitag, 22.05.2026, 13:00 - 16:00 Uhr,
am Freitag, 10.07.2026, 13:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt: vhs Haar, Münchener Str. 3, Foyer
Förderung durch das Bayerische Staatsministerium für Unterricht und Kultus

EDV-Basiskompetenzen

Erste Schritte am Computer - was Sie schon immer können wollten

Bitte beachten: Der Kurs findet 2-mal wöchentlich, dienstags und donnerstags, statt.

66200 € 129,00

Renate Wachutka, Programmiererin
am Dienstag, 14.04.2026, 10:00 - 12:00 Uhr,
am Donnerstag, 16.04.2026, 10:00 - 12:00 Uhr,
am Dienstag, 21.04.2026, 10:00 - 12:00 Uhr,
am Donnerstag, 23.04.2026, 10:00 - 12:00 Uhr,
am Dienstag, 28.04.2026, 10:00 - 12:00 Uhr,
am Donnerstag, 30.04.2026, 10:00 - 11:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 23 

10-Finger-Schreiben in wenigen Stunden

Bitte beachten: Der Kurs findet 2-mal wöchentlich, dienstags und donnerstags, statt.
Bitte mitbringen: Stift und ein Tuch

66201 € 114,00

Renate Wachutka, Programmiererin
am Dienstag, 14.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr,
am Donnerstag, 16.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr,
am Dienstag, 21.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr,
am Donnerstag, 23.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr,
am Dienstag, 28.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01



Übergang zu Windows 11 - Neuerungen und Änderungen

66202 € 44,00

Renate Wachutka, Programmiererin
am Montag, 04.05.2026, 18:00 - 20:00 Uhr,
am Mittwoch, 06.05.2026, 18:00 - 20:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01



Hinweis:

Fachkenntnisse IT
siehe Seite 41.

PowerPoint beherrschen

66203 Q V NEU € 55,00

Thilo Herzau, IT-Berater
am Sonntag, 15.03.2026, 10:30 - 12:30 Uhr

Excel Basics sicher beherrschen

66204 Q V NEU € 55,00

Thilo Herzau, IT-Berater
am Samstag, 13.06.2026, 14:30 - 16:30 Uhr

Wir reparieren alle PCs u. Notebooks !



20
Jahre

Danke für Ihr Vertrauen



PC

SPEZIALIST

Hilfe vom Spezialisten

muenchen-ost@pcs-trudering.de 089/451.08.87.60


Künstliche Intelligenz (KI)

ChatGPT Pro - praktischer Einstieg in generative KI

Für Alltag und Beruf


Bitte beachten: Die Teilnahme am Workshop ist grundsätzlich passiv möglich. Alle fortgeschrittenen Funktionen werden live über eine ChatGPT-Plus-Version demonstriert. Für erste praktische Erfahrung können Teilnehmende optional bei zwei kurzen Übungen aktiv mitmachen – ein eigener Zugang zu ChatGPT (kostenfrei) sowie die Mitnahme eines internetfähiges Gerät reichen aus. Eine Registrierungshilfe kann aus Zeitgründen nicht angeboten werden; eine einfache Anleitung ist vorab unter folgendem Link verfügbar: <https://www.youtube.com/watch?v=ipqvUS6eLfA>

66300 V NEU gebührenfrei

Christian Bernhard, Informatiker und Experte für KI
am Montag, 08.06.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06 


Von ChatGPT bis Nvidia - die Hardware hinter Künstlicher Intelligenz

66301 V NEU gebührenfrei

Christian Bernhard, Informatiker und Experte für KI
am Montag, 15.06.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06 


Agentic AI - die nächste Evolutionsstufe nach ChatGPT

66302 V NEU gebührenfrei

Christian Bernhard, Informatiker und Experte für KI
am Montag, 29.06.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06 

KI sieht, hört und handelt - von Vision Models zu humanoiden Robotern

66303 V NEU gebührenfrei

Christian Bernhard, Informatiker und Experte für KI
am Montag, 06.07.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06 
Förderung der Reihe durch das Bayerische Staatsministerium für Unterricht und Kultus

Immer aktuell informiert!



Volkshochschule Haar



KI trifft PowerPoint - KI für Präsentationen

Voraussetzung: Grundkenntnisse in PowerPoint.

66304 O V € 21,00

Robin Weniger, B.A. Soziale Arbeit, Betriebswirt (Fokus Absatzmarketing)
am Montag, 13.04.2026, 16:30 - 17:15 Uhr

KI-Protokolle - Künstliche Intelligenz als Helfer

66305 O V NEU € 21,00

Robin Weniger, B.A. Soziale Arbeit, Betriebswirt (Fokus Absatzmarketing)
am Dienstag, 30.06.2026, 17:30 - 18:15 Uhr

KI-Assistenzen in der Anwendungspraxis - Co-Creation im Büromanagement

66306 O NEU € 39,00


Thorsten Bradt, Bildungsreferent Kommunikation, Medien und agiles Arbeiten
am Donnerstag, 30.04.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
In Zusammenarbeit mit vhs DigitalKooperation



Online dabei sein


Risiken im Netz vermeiden

66400 **V** € 11,50

Evelyn Pfeuffer, zert. Trainerin für Verbraucherbildung
am Montag, 27.04.2026, 14:00 - 15:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28 


Datenschutz im Internet

66401 **V** € 11,50

Evelyn Pfeuffer, zert. Trainerin für Verbraucherbildung
am Dienstag, 05.05.2026, 14:00 - 15:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28 

Arzttermine online buchen

66402 **V** € 14,00

Manfred Hachen, zert. Trainer für Verbraucherbildung
am Montag, 20.07.2026, 14:00 - 15:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30 

Elektronische Patientenakte (ePA)

Voraussetzung: Umgang mit Zoom (Empfehlung: Zoom installieren)

66403 **Q V NEU** gebührenfrei

Sigrid Müller, zert. Trainerin für Verbraucherbildung
am Montag, 20.04.2026, 17:00 - 18:30 Uhr

Förderung durch das Bayerische Staatsministerium für
Unterricht und Kultus

E-Rezept App und Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA)

Voraussetzung: Umgang mit Zoom (Empfehlung: Zoom installieren)

66404 **Q V NEU** gebührenfrei

Sigrid Müller, zert. Trainerin für Verbraucherbildung
am Mittwoch, 22.04.2026, 17:00 - 18:30 Uhr


Förderung durch das Bayerische Staatsministerium für
Unterricht und Kultus

Onlinebanking

Für Einsteiger:innen

Bitte mitbringen: Smartphone, Tablet und/oder Laptop mit
Netz- bzw. Ladekabel

66405 € 42,00


Rüdiger Thubeauville, Digitaler Lotse
ab Mittwoch, 11.03.2026, 3x 14:00 - 15:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01 

Online buchen und einkaufen

Für Einsteiger:innen


Bitte mitbringen: Smartphone, Tablet und/oder Laptop mit
Netz- bzw. Ladekabel

66406 € 28,00

Rüdiger Thubeauville, Digitaler Lotse
ab Mittwoch, 13.05.2026, 2x 14:00 - 15:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01 

Schad-E-Mails und Schad-SMS

66407 **V** € 14,00


Manfred Hachen, zert. Trainer für Verbraucherbildung
am Donnerstag, 23.07.2026, 14:00 - 15:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30 

Kreativ mit KI - eine Bildergeschichte mit Künstlicher Intelligenz erstellen

Für Seniorinnen und Senioren

Voraussetzung: Computer-Grundkenntnisse

66408 **NEU** € 126,00

Friedrich Oswald, Buchautor
ab Dienstag, 09.06.2026, 6x 14:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01 

Smartphone


Mein Smartphone und ich - Grundlagen für Android Smartphones

Für Einsteiger:innen

Bitte beachten: Der Kurs ist nur für Smartphones mit dem
Betriebssystem ANDROID.


Bitte mitbringen: Ihr Smartphone mit Ladekabel.

66500 € 85,00

Manfred Hachen, zert. Trainer für Verbraucherbildung
am Montag, 20.07.2026, 16:00 - 18:00 Uhr,
am Donnerstag, 23.07.2026, 16:00 - 18:00 Uhr
am Montag, 27.07.2026, 16:00 - 18:00 Uhr
am Donnerstag, 30.07.2026, 16:00 - 18:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36 

Apps für unterwegs

66502 **V** € 11,50

Evelyn Pfeuffer, zert. Trainerin für Verbraucherbildung
am Dienstag, 24.03.2026, 14:00 - 15:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28 





vhs
Die Volkshochschule **Haar**

Firmenkurse

Entdecken Sie maßgeschneiderte Firmenkurse und Teambuildingmaßnahmen für Ihre Mitarbeiter:innen und Ihren Betrieb!

Unsere Kurse decken die Bereiche Beruf/IT, Fremdsprachen, Deutsch als Fremdsprache, Gesundheit, Kultur und Gesellschaft ab.

Wir bieten individuelle Angebote, die auf Ihre Wünsche zugeschnitten sind, wie zum Beispiel:

ChatGPT beruflich nutzen | 3 Stunden | 644,00 € pro Kurs

Business English | 15 x 90 Minuten | 1.230,00 € pro Kurs

Deutsch am Arbeitsplatz Teil 1 | 25 x 90 Minuten | 2.450,00 € pro Kurs

Deutsch am Arbeitsplatz Teil 2 | 25 x 90 Minuten | 2.450,00 € pro Kurs

Unterstützung und Prävention der mentalen Gesundheit | 4x 90 Minuten | 650,00 € pro Kurs

Bogenschießen (Teambuilding) | 3 Stunden | 89,00 € pro Person

Sterneküche - asiatische Geschmackswelten (Teambuilding) | 3,5 Stunden | 390,00 € pro Kurs
+ 29,00 € Lebensmittelkosten p.P.

Kontaktieren Sie uns für weitere Informationen:

Tel.: 089-46002-800

E-Mail: info@vhs-haar.de

Oder besuchen Sie uns in der Münchener Str. 3, 85540 Haar.

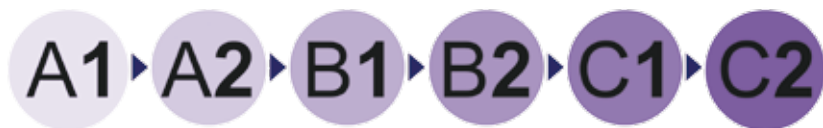
Wir freuen uns darauf, mit Ihnen zusammenzuarbeiten!

BERUF / IT

SPRACHEN

GESUNDHEIT

junge vhs



Sprachen lernen mit System

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen

Elementare Sprachanwendung

A1	Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen - z. B. wo sie wohnen, was für Leute sie kennen oder was für Dinge sie haben - und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartnerinnen oder Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.
A2	Kann Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z. B. Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Kann sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht. Kann mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen beschreiben.

Selbstständige Sprachanwendung

B1	Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern. Kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.
B2	Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne grössere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.

Kompetente Sprachanwendung

C1	Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen. Kann sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden.
C2	Kann praktisch alles, was er / sie liest oder hört, mühelos verstehen. Kann Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.



SPRACHEN



Ansprechpartnerin



**Diana
Corredor-Düwel**

corredor@vhs-haar.de
Tel. 089/46002-826

Gebührenübersicht:

Standardkurs: 9 bis 12 Teilnehmer:
innen
Gebühr für 8 x 90 Minuten: € 68,50
Kleine Gruppe: Wir bieten verschiedene kleine Gruppen an. Bei jedem Kurs finden Sie die jeweilige Gebühr. Wenn das Minimum der Teilnehmerzahl nicht erreicht wird, wird die Kursdauer angepasst. Wir möchten Ihnen die Möglichkeit bieten, dass Kurse auch mit wenigen Teilnehmer:innen stattfinden.

Achtung! Nach dem 2. Kurstermin wird die Stundenzahl nicht mehr geändert!

Sprachen öffnen Grenzen

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

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

Mit Qualität zum Erfolg

Qualität der Kursinhalte, Kompetenz der Kursleiter:innen und deren regelmäßige Fortbildung, qualifizierte und kostenfreie Teilnehmerberatung und -einstufung, moderne Lernmittel in lebendigem und authentischem Sprachunterricht:

Dafür steht Ihre Volkshochschule!

INHALT

ENGLISCH.....	48
FRANZÖSISCH	51
ITALIENISCH	54
SPANISCH	57
ANDERE SPRACHEN	60
Arabisch.....	60
Griechisch	60
Japanisch	60
Kroatisch	61
Portugiesisch	61
Russisch	61
Ungarisch	61

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

FINDEN SIE AB SEITE 62

HINWEIS zu den Online-Kursen:

Online-Kurse werden auf Zoom durchgeführt. Die Zugangsinformationen und den Link zur Teilnahme an dem Onlinekurs erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn per email zugesickt. Voraussetzung: Headset mit Lautsprecher/Mikrofon

ENGLISCH

**Englisch für Anfänger****71000a** € 94,00**Ready Steady Go for it! Starter (978-3-19-102941-8)**
ab Lektion 1

min. 6 Teilnehmer:innen

Evelyn Görgen

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 19:00 - 20:30 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 15

71000b € 82,00**Fortsetzung Kurs 71000a**

Evelyn Görgen

ab Mittwoch, 13.05.2026, 7x 19:00 - 20:30 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 15

Englisch A1 – Auffrischung**71001a** € 112,00**Let's Enjoy English A1.2 -**
Hybrid Edition allango (978-3-12-501651-4) ab Lektion 5

min. 5 Teilnehmer:innen

Carolina Baumgartner

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36

**71001b** € 112,00**Fortsetzung Kurs 71001a**

Carolina Baumgartner

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36



Immer aktuell informiert!

**Englisch A2****71010a** € 112,00

min. 5 Teilnehmer:innen

Evelyn Görgen

ab Montag, 02.03.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 11

71010b € 98,00**Fortsetzung Kurs 71010a**

Evelyn Görgen

ab Montag, 11.05.2026, 7x 18:30 - 20:00 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 11

Englisch B1**71020a** € 112,00**Great! B1, 2nd edition (978-3-12-501776-4) ab Lektion 4**

min. 5 Teilnehmer:innen

Su-Lin Chee

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 10:30 - 12:00 Uhr

Vereinsräume, Kirchenplatz 1, Raum 3

71020b € 112,00**Fortsetzung Kurs 71020a**

Su-Lin Chee

ab Mittwoch, 13.05.2026, 8x 10:30 - 12:00 Uhr

Vereinsräume, Kirchenplatz 1, Raum 3

Englisch B1 – Auffrischung und Konversation**71021a** € 94,50

min. 6 Teilnehmer:innen

Su-Lin Chee

ab Montag, 02.03.2026, 8x 17:30 - 19:00 Uhr

Gymnasium Hofeingang, Jagdfeldring 82, Raum 130

71021b € 94,50**Fortsetzung Kurs 71021a**

Su-Lin Chee

ab Montag, 11.05.2026, 8x 17:30 - 19:00 Uhr

Gymnasium Hofeingang, Jagdfeldring 82, Raum 130

Englisch B1 – Freies Sprechen**71022a** € 94,50

min. 6 Teilnehmer:innen

Kirsten Braun

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 08:30 - 10:00 Uhr

Vereinsräume, Kirchenplatz 1, Raum 3

71022b € 82,40**Fortsetzung Kurs 71022a**

Kirsten Braun

ab Donnerstag, 21.05.2026, 7x 08:30 - 10:00 Uhr

Vereinsräume, Kirchenplatz 1, Raum 3

Englisch B1 – Konversation

71023a € 112,50

min. 5 Teilnehmer:innen

Su-Lin Chee

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 09:00 - 10:30 Uhr
Vereinsräume, Kirchenplatz 1, Raum 3

71023b € 112,50

Fortsetzung Kurs 71023a

Su-Lin Chee

ab Mittwoch, 13.05.2026, 8x 09:00 - 10:30 Uhr
Vereinsräume, Kirchenplatz 1, Raum 3

English B1/B1+ – Konversation

71024a € 113,00

min. 5 Teilnehmer:innen

Breda Howe-Helmecke

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 08:30 - 10:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 23

71024b € 38,90

Fortsetzung Kurs 71024a

max. 8 Teilnehmer:innen

Breda Howe-Helmecke

ab Dienstag, 12.05.2026, 7x 08:30 - 10:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 23

Englisch B1/B2 – Konversation

71025a € 60,40

min. 9 Teilnehmer:innen

Margaret Valenzuela

ab Montag, 02.03.2026, 7x 18:00 - 19:30 Uhr
Gymnasium Hofeingang, Jagdfeldring 82, Raum 133

71025b € 52,40

Fortsetzung Kurs 71025a

Margaret Valenzuela

ab Montag, 11.05.2026, 6x 18:00 - 19:30 Uhr
Gymnasium Hofeingang, Jagdfeldring 82, Raum 133

Englisch B2

71030a € 94,00

face2face B2 Upper Intermediate, 2nd edition (978-3-12-540079-5) ab Lektion 1

min. 6 Teilnehmer:innen

Angelica E. Zeller-Michaelson

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 18:15 - 19:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 11

71030b € 82,00

Fortsetzung Kurs 71030a

Angelica E. Zeller-Michaelson

ab Donnerstag, 21.05.2026, 7x 18:15 - 19:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 11

Englisch B2 – Konversation

71031a € 43,90

min. 9 Teilnehmer:innen

Gabriele Herren

ab Montag, 02.03.2026, 5x 09:00 - 10:30 Uhr
Vereinsräume, Kirchenplatz 1, Raum 3

71031b € 43,90

Fortsetzung Kurs 71031a

Gabriele Herren

ab Montag, 20.04.2026, 5x 09:00 - 10:30 Uhr
Vereinsräume, Kirchenplatz 1, Raum 3

71032a € 82,90

min. 6 Teilnehmer:innen

Gabriele Winter

ab Dienstag, 03.03.2026, 7x 10:00 - 11:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15

71032b € 71,40

Fortsetzung Kurs 71032a

Gabriele Winter

ab Dienstag, 05.05.2026, 6x 10:00 - 11:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15





Englisch B2/C1 – Konversation

71033a

min. 6 Teilnehmer:innen

Kirsten Braun

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



€ 95,00

71033b

Fortsetzung Kurs 71033a

Kirsten Braun

ab Donnerstag, 21.05.2026, 7x 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



€ 82,90

71034a

min. 5 Teilnehmer:innen

Kirsten Braun

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 08:30 - 10:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36



€ 113,00

71034b

Fortsetzung Kurs 71034a

Kirsten Braun

ab Dienstag, 12.05.2026, 7x 08:30 - 10:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36



€ 98,90

71035a

min. 5 Teilnehmer:innen

Kirsten Braun

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 10:10 - 11:40 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36

€ 113,00



71035b

Fortsetzung Kurs 71035a

Kirsten Braun

ab Dienstag, 12.05.2026, 7x 10:10 - 11:40 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36



€ 98,90

Englisch C1 – Konversation

71040a

min. 9 Teilnehmer:innen

Anneliese Schade

ab Dienstag, 03.03.2026, 6x 10:00 - 11:30 Uhr
Evang. Gemeindezentrum, Waldluststr. 36, Martha

€ 59,90

71040b

Fortsetzung Kurs 71040a

Anneliese Schade

ab Dienstag, 28.04.2026, 5x 10:00 - 11:30 Uhr
Evang. Gemeindezentrum, Waldluststr. 36, Martha

€ 49,80

vhs-Newsletter



jetzt abonnieren

Zur Anmeldeseite



FRANZÖSISCH

Französisch A1 für Frühaufsteher:innen


72002a O

€ 91,00

**Rencontres en français A1 (978-3-12-529647-3) ab
Lektion 8**

min. 4 Teilnehmer:innen

Odile Pieh

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 07:30 - 08:30 Uhr

72002b O

€ 79,00

Fortsetzung Kurs 72002a

Odile Pieh

ab Donnerstag, 21.05.2026, 7x 07:30 - 08:30 Uhr

Französisch A1 – Auffrischung

72003a

€ 112,00

**Rencontres en français A1 (978-3-12-529647-3) ab
Lektion 7**

min. 5 Teilnehmer:innen

Birgit Tiedemann

 ab Freitag, 06.03.2026, 8x 09:30 - 11:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30

72003b

€ 98,00

Fortsetzung Kurs 72003a

Birgit Tiedemann

 ab Freitag, 22.05.2026, 7x 09:30 - 11:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30


Französisch A2

72010a

€ 112,00

**Rencontres en français A2 (978-3-12-530078-1) ab
Lektion 7**

min. 5 Teilnehmer:innen

Odile Pieh

 ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 17:40 - 19:10 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15

72010b

€ 98,00

Fortsetzung Kurs 72010a

Odile Pieh

 ab Donnerstag, 21.05.2026, 7x 17:40 - 19:10 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15


Französisch für Anfänger

72000a

€ 112,00

**Rencontres en français A1 (978-3-12-529647-3) ab
Lektion 1**

min. 5 Teilnehmer:innen

Martine Keller

 ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 16:30 - 18:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 23

72000b

€ 112,00

Fortsetzung Kurs 72000a

Martine Keller

 ab Mittwoch, 13.05.2026, 8x 16:30 - 18:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 23


Französisch A1

72001a

€ 112,00

**Rencontres en français A1 (978-3-12-529647-3) ab
Lektion 5/6**

min. 5 Teilnehmer:innen

Odile Pieh

 ab Montag, 02.03.2026, 8x 14:45 - 16:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07

72001b

€ 98,00

Fortsetzung Kurs 72001a

Odile Pieh

 ab Montag, 11.05.2026, 7x 14:45 - 16:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07




Französisch A2 – Vertiefung

72011a € 112,00

Déjà-vu A1-A2 (978-3-12-529633-6) ab Lektion 3/4

min. 5 Teilnehmer:innen

Odile Pieh

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 16:00 - 17:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15



72011b

€ 98,00

Fortsetzung Kurs 72011a

Odile Pieh

ab Donnerstag, 21.05.2026, 7x 16:00 - 17:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15



Französisch A2/B1 – Atelier de grammaire

Théorie et exercices pratiques

72012a € 45,00

Das Material wird im Kurs bekannt gegeben.

min. 4 Teilnehmer:innen

Birgit Tiedemann

ab Montag, 02.03.2026, 5x 10:45 - 11:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07



72012b

€ 45,00

Fortsetzung Kurs 72012a

Birgit Tiedemann

ab Montag, 20.04.2026, 5x 10:45 - 11:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07



Französisch B1

72020a € 94,00

Rencontres en français B1 (978-3-12-530079-8) ab Lektion 5

min. 6 Teilnehmer:innen

Martine Keller

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 23



72020b

€ 94,00

Fortsetzung Kurs 72020a

Martine Keller

ab Mittwoch, 13.05.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 23



72021a

€ 68,50

Rencontres en français B1 (978-3-12-530079-8) ab Lektion 9

min. 9 Teilnehmer:innen

Birgit Tiedemann

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 08:45 - 10:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



72021b

€ 60,00

Fortsetzung Kurs 72021a

Birgit Tiedemann

ab Mittwoch, 13.05.2026, 7x 08:45 - 10:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



Französisch B1 – Freies Sprechen

72022a € 94,50

min. 6 Teilnehmer:innen

Martine Keller

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 10:30 - 12:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



72022b

€ 94,50

Fortsetzung Kurs 72022a

Martine Keller

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 10:30 - 12:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



Immer aktuell informiert!

Follow us
on Instagram



Volkshochschule Haar

Französisch B1 – Konversation

Politique et Culture

72023a

min. 6 Teilnehmer:innen

Birgit Tiedemann

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 10:30 - 11:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30

€ 47,00



72023b

Fortsetzung Kurs 72023a

Birgit Tiedemann

ab Mittwoch, 13.05.2026, 7x 10:30 - 11:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30

€ 41,00



72024a

min. 6 Teilnehmer:innen

Birgit Tiedemann

ab Montag, 02.03.2026, 8x 09:00 - 10:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07

€ 94,00



72024b

Fortsetzung Kurs 72024a

Birgit Tiedemann

ab Montag, 18.05.2026, 7x 09:00 - 10:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07

€ 82,00



Französisch B2 – Konversation

72030a

€ 94,00

Édito B2, 4e édition (978-3-12-529752-4) ab Lektion 2/3

min. 5 Teilnehmer:innen

Odile Pieh

ab Montag, 02.03.2026, 8x 16:20 - 17:35 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07



72030b

€ 82,00

Fortsetzung Kurs 72030a

Odile Pieh

ab Montag, 11.05.2026, 7x 16:20 - 17:35 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07



Französisch B2/C1 – Konversation

72031a

€ 94,00

min. 6 Teilnehmer:innen

Martine Keller

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 09:00 - 10:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



72031b

€ 94,00

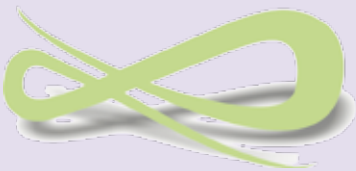
Fortsetzung Kurs 72031a

Martine Keller

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 09:00 - 10:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



BÜRGERSTIFTUNG HAAR



Kreissparkasse München-Starnberg-Ebersberg

BIC BYLADEM1KMS

Spendenkonto IBAN DE85 7025 0150 0022 4859 32

Münchner Bank

BIC GENODEF1M01

Zustifterkonto IBAN DE98 7019 0000 0100 0069 39

Spendenkonto IBAN DE54 7019 0000 0000 0069 39

Bürgerstiftung Haar
Eine gemeinnützige Stiftung
des bürgerlichen Rechts

Geschäftsstelle der Bürgerstiftung

Im Poststadl

1. Stock - Zimmer 22

Münchner Straße 3

85540 Haar

Tel.: 089/46002-861

E-Mail: info@buergerstiftunghaar.de

Wir wollen etwas bewegen und Gutes
tun für die Menschen in Haar.

Helfen Sie uns bitte dabei.

ITALIENISCH



Italienisch für Anfänger:innen – Für Frühaufsteher:innen

73000a

€ 91,00

Fantastico! A1 (978-3-12-525083-3) ab Lektion 1

min. 4 Teilnehmer:innen

Dr. Franca Barbara Faccini

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 07:30 - 08:30 Uhr

73000b

€ 91,00

Fortsetzung Kurs 73000a

Dr. Franca Barbara Faccini

ab Mittwoch, 13.05.2026, 8x 07:30 - 08:30 Uhr

Italienisch für Anfänger:innen

73001a


€ 68,50

Fantastico! A1 (978-3-12-525083-3) ab Lektion 1

min. 9 Teilnehmer:innen

Giuseppe Antonio Saluzzi

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29 


73001b

€ 68,50

Fortsetzung Kurs 73001a

Giuseppe Antonio Saluzzi

ab Dienstag, 12.05.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29 

Italienisch A1

73002a


€ 68,50

Fantastico! A1 (978-3-12-525083-3) ab Lektion 3

min. 9 Teilnehmer:innen

Angela Veronese

ab Montag, 02.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29 


73002b

€ 60,00

Fortsetzung Kurs 73002a

Angela Veronese

ab Montag, 11.05.2026, 7x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29 

Italienisch A1

73003a


€ 94,00

Fantastico! A1 (978-3-12-525083-3) ab Lektion 3/4

min. 6 Teilnehmer:innen

Giuseppe Antonio Saluzzi

ab Montag, 02.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 27 


73003b

€ 94,00

Fortsetzung Kurs 73003a

Giuseppe Antonio Saluzzi

ab Montag, 11.05.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 27 

73004a

€ 94,00

Con Piacere nuovo A1 (978-3-12-502202-7) ab Lektion 4/5

min. 6 Teilnehmer:innen

Raffaella Stronati

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, OG 01

73004b

€ 94,00

Fortsetzung Kurs 73004a

Raffaella Stronati

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, OG 01

73005a


€ 94,00

Con Piacere nuovo A1 (978-3-12-502202-7) ab Lektion 6

max. 9 Teilnehmer:innen

Dr. Franca Barbara Faccini

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29 


73005b

€ 94,00

Fortsetzung Kurs 73005a

Dr. Franca Barbara Faccini

ab Mittwoch, 13.05.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29 

Italienisch A1 für Frühaufsteher:innen

73006a

€ 91,00

Con Piacere nuovo A1 (978-3-12-502202-7) ab Lektion 6/7

min. 4 Teilnehmer:innen

Dr. Franca Barbara Faccini

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 07:30 - 08:30 Uhr

73006b

€ 91,00

Fortsetzung Kurs 73006a

Dr. Franca Barbara Faccini

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 07:30 - 08:30 Uhr

Italienisch A1

73007a € 94,00

Con Piacere nuovo A1 (978-3-12-502202-7) ab Lektion 7
min. 6 Teilnehmer:innen

Barbara Piazza

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 19:30 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29



73007b € 94,00

Fortsetzung Kurs 73007a

Barbara Piazza

ab Dienstag, 12.05.2026, 8x 19:30 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29



73008a € 94,00

Con Piacere nuovo A1 (978-3-12-502202-7) ab Lektion 9/10

min. 6 Teilnehmer:innen

Dr. Franca Barbara Faccini

ab Montag, 02.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07



73008b € 94,00

Fortsetzung Kurs 73008a

Dr. Franca Barbara Faccini

ab Montag, 11.05.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07



Italienisch A2

73010a € 94,00

Con Piacere nuovo A2 (978-3-12-525209-7) ab Lektion 6/7

min. 6 Teilnehmer:innen

Dr. Franca Barbara Faccini

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07



73010b € 94,00

Fortsetzung Kurs 73010a

Dr. Franca Barbara Faccini

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07



73011a € 94,00

Con Piacere nuovo A2 (978-3-12-525209-7) ab Lektion 7/8

min. 6 Teilnehmer:innen

Angela Veronese

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 09:15 - 10:45 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28



73011b € 82,00

Fortsetzung Kurs 73011a

Angela Veronese

ab Dienstag, 12.05.2026, 7x 09:15 - 10:45 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28



73012a € 94,00

Con Piacere nuovo A2 (978-3-12-525209-7) ab Lektion 7

min. 6 Teilnehmer:innen

Heike-Maria Richter

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07



73012b € 94,00

Fortsetzung Kurs 73012a

Heike-Maria Richter

ab Dienstag, 12.05.2026, 8x 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07



73013a € 94,00

Con Piacere nuovo A2 (978-3-12-525209-7) ab Lektion 7

min. 6 Teilnehmer:innen

Heike-Maria Richter

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 10:30 - 12:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36



73013b € 94,00

Fortsetzung Kurs 73013a

Heike-Maria Richter

ab Mittwoch, 13.05.2026, 8x 10:30 - 12:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36



Italienisch A2 – Auffrischung und Konversation

73014a

€ 94,00

min. 6 Teilnehmer:innen

Angela Veronese

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 19:30 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07

73014b

€ 82,00

Fortsetzung Kurs 73014a

Angela Veronese

ab Mittwoch, 13.05.2026, 7x 19:30 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07

Italienisch A2/B1 – Wiederholung und Vertiefung

73015a

€ 94,50

min. 6 Teilnehmer:innen

Angela Veronese

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 08:45 - 10:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07

73015b

€ 82,40

Fortsetzung Kurs 73015a

Angela Veronese

ab Donnerstag, 21.05.2026, 7x 08:45 - 10:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07

Italienisch B1

73020a

€ 112,00

Con Piacere nuovo B1 (978-3-12-525225-7) ab Lektion 4

min. 5 Teilnehmer:innen

Angelina Rossi

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 10:00 - 11:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

73020b

€ 112,00

Fortsetzung Kurs 73020a

Angelina Rossi

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 10:00 - 11:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

73021a

€ 94,00

Con Piacere nuovo B1 (978-3-12-525225-7) ab Lektion 7/8

min. 6 Teilnehmer:innen

Angela Veronese

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07

73021b

€ 82,00

Fortsetzung Kurs 73021a

Angela Veronese

ab Mittwoch, 13.05.2026, 7x 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07

Italienisch B1 – Freies Sprechen

73022a

€ 94,00

min. 6 Teilnehmer:innen

Heike-Maria Richter

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29

73022b

€ 94,00

Fortsetzung Kurs 73022a

Heike-Maria Richter

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29

Italienisch B1/B2

73023a

€ 94,00

Con Piacere nuovo B1+/B2 (978-3-12-525226-4) ab
Lektion 5

min. 6 Teilnehmer:innen

Angela Veronese

ab Montag, 02.03.2026, 8x 19:30 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29

73023b

€ 82,00

Fortsetzung Kurs 73023a

Angela Veronese

ab Montag, 11.05.2026, 7x 19:30 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29

Italienisch B2 – Freies Sprechen

73030a

€ 94,00

Nuovo Contatto B2 (978-88-58-30866-0)

min. 6 Teilnehmer:innen

Angelina Rossi

 ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 17:30 - 19:00 Uhr
 Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28


73030b

€ 94,00

Fortsetzung Kurs 73030a

Angelina Rossi

 ab Dienstag, 12.05.2026, 8x 17:30 - 19:00 Uhr
 Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28


Italienisch B2/C1 – Konversation

73031a

€ 94,00

min. 6 Teilnehmer:innen

Heike-Maria Richter

 ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 19:40 - 21:10 Uhr
 Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29


73031b

€ 94,00

Fortsetzung Kurs 73031a

Heike-Maria Richter

 ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 19:40 - 21:10 Uhr
 Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29


Spanisch für Anfänger:innen – Für Frühaufsteher:innen



74000a

€ 91,00

Con gusto nuevo A1 (978-3-12-514676-1); Trainingsbuch (978-3-12-514672-3) ab Lektion 1

min. 4 Teilnehmer:innen

Marcela Pérez

ab Montag, 02.03.2026, 8x 07:30 - 08:30 Uhr

74000b

€ 91,00

Fortsetzung Kurs 74000a

Marcela Pérez

ab Montag, 11.05.2026, 8x 07:30 - 08:30 Uhr

Spanisch für Anfänger:innen

74001a

€ 94,00

Con gusto nuevo A1 (978-3-12-514676-1); Trainingsbuch (978-3-12-514672-3) ab Lektion 1

min. 6 Teilnehmer:innen

Rebeca del Pilar Zapata Rodríguez

 ab Montag, 02.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
 Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 14

74001b

€ 94,00

Fortsetzung Kurs 74001a

Rebeca del Pilar Zapata Rodríguez

 ab Montag, 11.05.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
 Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 14

Immer aktuell informiert!

 Follow us
 on Instagram


Volkshochschule Haar



Spanisch A1

74002a

€ 94,00

Con gusto nuevo A1 (978-3-12-514676-1); Trainingsbuch (978-3-12-514672-3) ab Lektion 5

min. 6 Teilnehmer:innen

Steven Yecid Ospina Rodríguez

ab Montag, 02.03.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36



74002b

€ 94,00

Fortsetzung Kurs 74002a

Steven Yecid Ospina Rodríguez

ab Montag, 11.05.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36



74003a

€ 94,00

Con gusto nuevo A1 (978-3-12-514676-1); Trainingsbuch (978-3-12-514672-3) ab Lektion 9

min. 6 Teilnehmer:innen

Carolina Baumgartner

ab Montag, 02.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28



74003b

€ 94,00

Fortsetzung Kurs 74003a

Carolina Baumgartner

ab Montag, 11.05.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28



Spanisch A1 für Frühaufsteher:innen

74004a

€ 91,00

Con gusto nuevo A1 (978-3-12-514676-1); Trainingsbuch (978-3-12-514672-3) ab Lektion 10

min. 4 Teilnehmer:innen

Marcela Pérez

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 07:30 - 08:30 Uhr

74004b

€ 91,00

Fortsetzung Kurs 74004a

Marcela Pérez

ab Mittwoch, 13.05.2026, 8x 07:30 - 08:30 Uhr



Spanisch A1

74005a

€ 112,00

Con gusto nuevo A1 (978-3-12-514676-1); Trainingsbuch (978-3-12-514672-3) ab Lektion 10

min. 5 Teilnehmer:innen

Rebeca del Pilar Zapata Rodríguez

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 19:30 - 21:00 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 14

74005b

€ 112,00

Fortsetzung Kurs 74005a

Rebeca del Pilar Zapata Rodríguez

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 19:30 - 21:00 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 14

74006a

€ 94,00

Con gusto nuevo A1 (978-3-12-514676-1); Trainingsbuch (978-3-12-514672-3) ab Lektion 10/11

min. 6 Teilnehmer:innen

Carolina Baumgartner

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



74006b

€ 94,00

Fortsetzung Kurs 74006a

Carolina Baumgartner

ab Mittwoch, 13.05.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30

Spanisch A2

74010a

€ 94,00

Con gusto nuevo A2 (978-3-12-514682-2); Trainingsbuch (978-3-12-514678-5) ab Lektion 3

min. 6 Teilnehmer:innen

Andrea Salomé von Dangel

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 18:15 - 19:45 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 23



74010b

€ 94,00

Fortsetzung Kurs 74010a

Andrea Salomé von Dangel

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 18:15 - 19:45 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 23



Unser Semestertipp:

Konzert – Ricardo Volkert & Ensemble:
In den Gassen und Tavernen des Südens
– Flamenco, Romanzen und Balladen

weitere Informationen siehe Seite 30



Spanisch B1**74020a** **O** € 136,00**Con gusto nuevo B1 (978-3-12-514693-8); Trainingsbuch (978-3-12-514685-3) ab Lektion 1**

min. 4 Teilnehmer:innen

Cristina Sánchez

ab Montag, 02.03.2026, 8x 19:30 - 21:00 Uhr

74020b **O** € 136,00**Fortsetzung Kurs 74020a**

Cristina Sánchez

ab Montag, 11.05.2026, 8x 19:30 - 21:00 Uhr

74021a € 112,00**Con gusto nuevo B1 (978-3-12-514693-8); Trainingsbuch (978-3-12-514685-3) ab Lektion 4**

min. 5 Teilnehmer:innen

Steven Yecid Ospina Rodríguez

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15

74021b € 112,00**Fortsetzung Kurs 74021a**

Steven Yecid Ospina Rodríguez

ab Mittwoch, 13.05.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15

74022a € 112,00**Con gusto nuevo B1 (978-3-12-514693-8); Trainingsbuch (978-3-12-514685-3) ab Lektion 6**

min. 5 Teilnehmer:innen

Carolina Baumgartner

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 10:00 - 11:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36

74022b € 112,00**Fortsetzung Kurs 74022a**

Carolina Baumgartner

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 10:00 - 11:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36

74023a **H** € 94,00**Con gusto nuevo B1 (978-3-12-514693-8); Trainingsbuch (978-3-12-514685-3) ab Lektion 7**

min. 6 Teilnehmer:innen

Rebeca del Pilar Zapata Rodríguez

ab Montag, 02.03.2026, 8x 19:30 - 21:00 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 14

74023b **H** € 94,00**Fortsetzung Kurs 74023a**

Rebeca del Pilar Zapata Rodríguez

ab Montag, 11.05.2026, 8x 19:30 - 21:00 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 14

Spanisch B1 – Auffrischung**74024a** € 121,00**Impresiones B1 (978-3-19-074545-6) ab Lektion 3**

min. 3 Teilnehmer:innen

Rebeca del Pilar Zapata Rodríguez

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 08:45 - 09:45 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36

74024b € 121,00**Fortsetzung Kurs 74024a**

Rebeca del Pilar Zapata Rodríguez

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 08:45 - 09:45 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36

Spanisch B1 – Auffrischung und Konversation**74025a** € 136,00

min. 4 Teilnehmer:innen

Diana Corredor-Düwel

ab Montag, 02.03.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15

74025b € 136,00**Fortsetzung Kurs 74025a**

Diana Corredor-Düwel

ab Montag, 11.05.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15

74026a € 112,00

min. 5 Teilnehmer:innen

Diana Corredor-Düwel

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15

Fortsetzung Kurs 74026a**74026b** € 112,00

Diana Corredor-Düwel

ab Dienstag, 12.05.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15



ANDERE SPRACHEN

**Arabisch A1 – Mit leichten Vorkenntnissen****77000a** € 136,00**Usrati Band 1 (978-3-19-105243-0); Arbeitsbuch (ISBN 978-3-19-135243-1) ab Lektion 7**

min. 4 Teilnehmer:innen

Salua Abdul Rasul Sadiq

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 23

**77000b**

€ 136,00

Fortsetzung Kurs 77000a

Salua Abdul Rasul Sadiq

ab Dienstag, 12.05.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 23

**Chinesisch A2/B1****77001a** € 94,00

min. 6 Teilnehmer:innen

Lin Yao

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr

77001b

€ 82,00

Fortsetzung Kurs 77001a

max. 9 Teilnehmer:innen

Lin Yao

ab Dienstag, 12.05.2026, 7x 18:30 - 20:00 Uhr

Immer aktuell informiert!



Volkshochschule Haar

Griechisch für Anfänger**77002a** € 136,00**Jassu! A1 – A2 (978-3-12-528890-4) ab Lektion 1**

min. 4 Teilnehmer:innen

Maria Tsoumani

ab Montag, 02.03.2026, 8x 19:15 - 20:45 Uhr

77002b € 136,00**Fortsetzung Kurs 77002a**

Maria Tsoumani

ab Montag, 11.05.2026, 8x 19:15 - 20:45 Uhr

Griechisch A1**77003a** € 136,00**Jassu! A1 – A2 (978-3-12-528890-4) ab Lektion 5/6**

min. 4 Teilnehmer:innen

Maria Tsoumani

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 19:00 - 20:30 Uhr

77003b € 136,00**Fortsetzung Kurs 77003a**

Maria Tsoumani

ab Dienstag, 12.05.2026, 8x 19:00 - 20:30 Uhr

Japanisch A1**77004** € 125,00**Japanisch, bitte! neu A1–A2 (978-3-12-606971-7) ab Lektion 12**

min. 6 Teilnehmer:innen

Yasuko Yoshiga

ab Samstag, 07.03.2026, 15x 10:15 - 11:15 Uhr

Japanisch A1**Mit Hiragana Vorkenntnissen****77005a** € 136,00**Japanisch im Sauseschritt 1 (978-4-99003847-2) ab Lektion 12/13**

min. 4 Teilnehmer:innen

Noriko Imlig

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, OG 02

77005b € 119,00**Fortsetzung Kurs 77005a****Japanisch im Sauseschritt 1 (978-4-99003847-2) ab Lektion 12/13**

min. 4 Teilnehmer:innen

Noriko Imlig

ab Mittwoch, 13.05.2026, 7x 18:00 - 19:30 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, OG 02



Japanisch A1

Mit Hiragana und Katakana Vorkenntnissen

77006a € 136,00

Japanisch im Sauseschritt 1 (978-4-99003847-2) ab Lektion 20/21

min. 4 Teilnehmer:innen

Noriko Imlig

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, OG 02

77006b € 119,00

Fortsetzung Kurs 77006a

Japanisch im Sauseschritt 1 (978-4-99003847-2) ab Lektion 20/21

max. 8 Teilnehmer:innen

Noriko Imlig

ab Dienstag, 12.05.2026, 7x 18:00 - 19:30 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, OG 02

Kroatisch A1

77007 € 180,00

Razgovarajte s nama! A1-A2 (978-953-169-427-8) ab Lektion 3

min. 4 Teilnehmer:innen

Antonia Jazidžija Žarković

ab Freitag, 06.03.2026, 8x 18:00 - 20:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15



Portugiesisch A1 – Mit geringen Vorkenntnissen

77008a € 112,00

Português a Valer 1 (978-989-752-738-8) ab Lektion 4

min. 5 Teilnehmer:innen

Alexandra Vitorino Moreira

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 19:30 - 21:00 Uhr

77008b € 112,00

Fortsetzung Kurs 77008a

Alexandra Vitorino Moreira

ab Mittwoch, 13.05.2026, 8x 19:30 - 21:00 Uhr

Portugiesisch B2/C1 – Konversation

77009a € 85,00

min. 4 Teilnehmer:innen

Alexandra Vitorino Moreira

ab Dienstag, 03.03.2026, 5x 19:15 - 20:45 Uhr

77009b € 85,00

Fortsetzung Kurs 77009a

Alexandra Vitorino Moreira

ab Dienstag, 21.04.2026, 5x 19:15 - 20:45 Uhr

Russisch B1

77010a € 181,00

Jasno! neu B1 (978-3-12-527683-3) ab Lektion 2

min. 3 Teilnehmer:innen

Irina Blumberg

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr

77010b € 181,00

Fortsetzung Kurs 77010a

Irina Blumberg

ab Dienstag, 12.05.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr

Ungarisch

77011a € 136,00

Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

min. 4 Teilnehmer:innen

Julia Hrabovszky

ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 18:00-19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36



77011b € 136,00

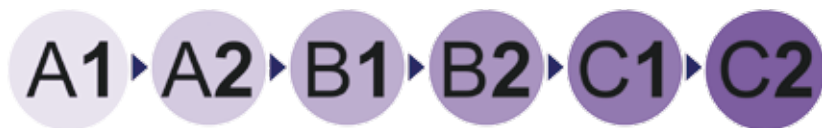
Fortsetzung Kurs 77011a

Julia Hrabovszky

ab Dienstag, 12.05.2026, 8x 18:00-19:30 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36





Sprachen lernen mit System

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen

Elementare Sprachanwendung

A1	Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen - z. B. wo sie wohnen, was für Leute sie kennen oder was für Dinge sie haben - und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartnerinnen oder Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.
A2	Kann Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z. B. Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Kann sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht. Kann mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen beschreiben.

Selbstständige Sprachanwendung

B1	Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern. Kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.
B2	Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne grössere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.

Kompetente Sprachanwendung

C1	Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen. Kann sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden.
C2	Kann praktisch alles, was er / sie liest oder hört, mühelos verstehen. Kann Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.



DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

Ansprechpartnerin



Tímea Göghová M.A.

Weitere Informationen:

Tel. 089/46002-800
deutsch@vhs-haar.de

Wir bieten die Stufen A1 bis C1
nach dem Gemeinsamen
Europäischen Referenzrahmen
an (siehe Seite 62).

- allgemeine Deutschkurse
- Integrationskurse
- Integrationskurse für gering
Literalisierte
- Alphabetisierung

INHALT

DEUTSCHKURSE.....	64
Allgemeine Deutschkurse.....	64
INTEGRATIONSKURSE.....	65
Allgemeine Integrationskurse.....	66
Integrationskurse für gering Literalisierte.....	66
Alphabetisierungskurse.....	66



DEUTSCHKURSE



Unsere Deutschkurse wenden sich an Teilnehmende, die keinen Berechtigungsschein für einen Integrationskurs haben, keinen Intensivkurs besuchen können oder wollen, in kleinen Gruppen lernen wollen. Am Ende der Stufen B2 und C1 bieten wir Prüfungen an (telc). Über den Termin und die Kosten informieren wir im Kurs.

Einstufungstest

Link zum Online-Test: <https://einstufungstests.klett-sprachen.de/eks/DaF-A1-C1>

Allgemeine Deutschkurse

Deutschkurs B2.1

78100 € 416,00

Sicher in Alltag und Beruf! B2.1 (ISBN 978-3191012090), Lektion 1

Dorothea Leiser-Spittelman, Claudia Remold
ab Montag, 02.03.2026, 17x 18:00 - 21:15 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 16

Deutschkurs B2.2

78101 € 416,00

Sicher in Alltag und Beruf! B2.2 (ISBN 978-3191212094), Lektion 7

Dorothea Leiser-Spittelman, Claudia Remold
ab Montag, 18.05.2026, 17x 18:00 - 21:15 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 16

Deutschkurs B2.1

78102 € 416,00

Sicher in Alltag und Beruf! B2.1 (ISBN 978-3191012090), Lektion 1

Lulëzime Prekazi
ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30

Deutschkurs B2.2

78103 € 416,00

Sicher in Alltag und Beruf! B2.2 (ISBN 978-3191212094), Lektion 7

Lulëzime Prekazi
ab Dienstag, 19.05.2026, 17x 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30

Deutschkurs B2.1

78104 € 416,00

Sicher in Alltag und Beruf! B2.1 (ISBN 978-3191012090), Lektion 1

Iwona Swiatczak
ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 09:00 - 12:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 27

Deutschkurs B2.2

78105 € 416,00

Sicher in Alltag und Beruf! B2.2 (ISBN 978-3191212094), Lektion 7

Iwona Swiatczak
ab Dienstag, 19.05.2026, 17x 09:00 - 12:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 27

Deutschkurs B2.2

78106 € 416,00

Sicher in Alltag und Beruf! B2.1 (ISBN 978-3191012090), Lektion 1

Iwona Swiatczak
ab Montag, 13.04.2026, 17x 09:00 - 12:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 27

Deutschkurs C1.1

78107 **NEU** € 416,00

Sicher in Alltag und Beruf! C1.1 (ISBN 978-3192012099), Lektion 1

Lulëzime Prekazi
ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01

Deutschkurs C1.2

78108 **NEU** € 416,00

Sicher in Alltag und Beruf! C1.2 (ISBN 978-3192212093), Lektion 7

Lulëzime Prekazi
ab Dienstag, 19.05.2026, 17x 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01



INTEGRATIONSKURSE



Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge

Allgemeine Integrationskurse

Für alle Migrant:innen, die einen Berechtigungsschein vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge haben oder von einer Behörde verpflichtet sind. Wir helfen Ihnen gerne beim Antrag. Sie können den Kurs aber auch selbst finanzieren.

Kursaufbau allgemeine Integrationskurse

- sechs Module Deutsch A1.1 bis B1.2 und ein Modul Orientierungskurs
- 7 Module à 100 Unterrichtsstunden

Integrationskurse für gering Literalisierte

Unsere Kurse für gering Literalisierte sind für Teilnehmende, die

- wenig Schulbildung haben
- wenig Lese- und Schreibübung haben und mehr Zeit zum Lesen und Schreiben brauchen.

Kursaufbau

- neun Module Deutsch Vorkurs, A1.1 bis A2.2. und ein Modul Orientierungskurs + 3 Module Fortsetzungsmöglichkeit bis B1.2
- 9 Module à 100 Unterrichtsstunden + 3 Module à 100 Unterrichtsstunden

Integrationskurse mit Alphabetisierung

Unsere Alphabetisierungskurse sind für Teilnehmende, die

- nicht lesen und schreiben gelernt haben
- in einer anderen Schrift lesen und schreiben
- nicht sicher lesen und schreiben

Kursaufbau

- neun Module Alphabet und Deutsch A1.1 bis A2.2. und ein Modul Orientierungskurs
- 9 Module à 100 Unterrichtsstunden
- Möglichkeit für 3 Module Wiederholung

Prüfung nur in Verbindung mit einem Kurs

Termine und Dauer

Allgemeine Integrationskurse

- Start in der Regel jeden Monat
- nächste Kursstarts voraussichtlich am 17.03., 27.04., 11.05. und 29.06.2026
- vormittags und abends
- zwischen 12 bis 20 Unterrichtsstunden die Woche

Integrationskurse für gering Literalisierte

- nächster Kursstart voraussichtlich am 23.03.2026
- vormittags und abends

Integrationskurse mit Alphabetisierung

- vormittags, nachmittags und abends
- nächster Kursstart am Vormittag voraussichtlich am 09.03.2026
- nächster Kursstart am Nachmittag voraussichtlich am 18.05.2026

Abschlussprüfungen

- Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)
- Leben in Deutschland (LiD)

Der Einstieg in höhere Module ist möglich, wenn es freie Plätze gibt.

Kursgebühren

Integrationskurse pro Modul (100 mal 45 Minuten)

- mit Berechtigungsschein: 229 Euro
- Selbstzahler:innen: 458 Euro

Prüfungsgebühren DTZ

- mit Berechtigungsschein: 0 Euro
- Selbstzahler:innen: 145 Euro

Prüfungsgebühren LiD

- mit Berechtigungsschein: 0 Euro
- Selbstzahler:innen: 25 Euro

Interesse? Kommen Sie vorbei, rufen Sie uns an oder mailen Sie uns! Wir freuen uns auf Sie!

ZENTRALE Anmeldung über: vhs Büro siehe Seite 4.

Einstufung und Anmeldung – nur mit Termin

Montag 09:00 - 13:00 Uhr
Mittwoch 09:00 bis 13:00 Uhr
Donnerstag: 17:30 – 19:30
Münchener Str. 3, EG18

Bitte bringen Sie zur Einstufung und Anmeldung Ihren Berechtigungsschein vom BAMF oder Ihre Verpflichtung von der Ausländerbehörde oder vom Jobcenter UND Ihren gültigen Ausweis oder Reisepass mit.

Anmeldung

Tel.: 089/46002-800
E-Mail: deutsch@vhs-haar.de

Allgemeine Integrationskurse



Integrationskurs von Modul 1 bis Modul 6 (A1.1. bis B1.2)
inkl. Orientierungskurs.

79001 € 458,00

3 x wöchentlich: Di bis Do
ab Dienstag, 17.03.2026, 18:00 - 21:15 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, OG 09

79002 € 458,00

4 x wöchentlich: Mo bis Do
ab Montag, 27.04.2026, 09:00 - 13:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, OG 09

79003 € 458,00

3 x wöchentlich: Mo, Mi und Do
ab Montag, 11.05.2026, 18:00 - 21:15 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, OG 09

79004 € 458,00

4 x wöchentlich: Mo, Mi, Do und Freitag
ab Montag, 29.06.2026, 09:00 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15

Der Einstieg in höhere Module ist möglich, wenn
es freie Plätze gibt.



Integrationskurse für gering Literalisierte

Integrationskurs für gering Literalisierte

Integrationskurs von Modul 3 bis Modul 9 (A1.1 bis A2.2)
inkl. Orientierungskurs.

79013 € 458,00

4x wöchentlich: Mo, Mi, Do und Fr
ab Montag, 23.03.2026, 09:00 - 13:00 Uhr
Pfarramt St. Konrad, Bahnhofstr. 12 a, Raum Unterkirche

Integrationskurse mit Alphabetisierung

Integrationskurs mit Alphabetisierung

Integrationskurs von Modul 1 bis Modul 9 (Alpha 1 bis
A2.1/A2.2) inkl. Orientierungskurs.

79015 € 458,00

4x wöchentlich: Mo bis Do
ab Montag, 09.03.2026, 09:00 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29

79016 € 458,00

4 x wöchentlich: Mo bis Do
ab Montag, 18.05.2026, 13:45 - 17:45 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29



GESUNDHEIT



Ansprechpartnerinnen



Laura Salamano

Gesundheit - aktiv,
Familienthemen

salamano@vhs-haar.de
Tel. 089/46002-814



Dr. Anna Conte

Gesundheit - kulinarisch
Gesundheit - informativ
Gesundheit - entspannend

conte@vhs-haar.de
Tel. 089/46002-828

HINWEIS zu den Online-Kursen:

Online-Kurse werden auf Zoom durchgeführt. Die Zugangsinformationen und den Link zur Teilnahme an dem Onlinekurs erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn per email zugeschickt.

Voraussetzung: Headset mit Lautsprecher/
Mikrofon

GESUNDHEIT – kulinarisch

Die richtige Ernährung ist ein wesentlicher Baustein für Ihre Gesundheit. Dabei kommt der Genuss nicht zu kurz!

GESUNDHEIT – informativ

Lassen Sie sich mit ganzheitlichen Angeboten und Vorträgen zu anderen Sichtweisen auf Ihre Gesundheit inspirieren.

GESUNDHEIT – entspannend

Erleben Sie das Aufheben von körperlicher und geistiger Anstrengung und gelangen Sie in einen Zustand des „Gelöst-Seins“.

GESUNDHEIT – aktiv

Trainieren Sie gezielt und mit Spaß Ihre Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit – egal ob im Wasser oder an Land, ob an Geräten oder zu Musik. So erhalten Sie Ihre körperliche Leistungsfähigkeit, wecken im Tanz schlafende Kreativität und die Bereitschaft, über sich selbst hinauszuwachsen.

Die vier Säulen für Gesundheit:

1. regelmäßige Bewegung
2. regelmäßige Entspannung
3. gesundes Essen
4. positive Lebenseinstellung

INHALT

KOCHEN/DEGUSTATION	68
Kulinarische Führungen.....	68
Genussvolle Küche.....	68
Kochkurse in italienischer Sprache.....	70
INFORMATIVE VORTRÄGE	71
ENSPANNUNG/ACHTSAMKEIT	72
Entspannungsmethoden/Wellness/ Autogenes Training.....	72
Feldenkrais.....	72
Qi Gong / Tai Chi	73
Yoga	74
Events.....	76
Familienyoga.....	76
Gesundheitsreise	77
GYMNASTIK/FITNESS	78
Wassergymnastik / Aquafitness.....	78
Rückenfitness / Wirbelsäulengymnastik	80
Bogenschießen.....	81
Ganzkörperworkout.....	83
Bodyart® / Bodystyling.....	84
Pilates.....	84
Balance Swing™ - Minitrampolin.....	85
Zumba®.....	85
TRX®.....	86
OUTDOOR.....	87
TANZ	88
Ballett.....	88
Gesellschaftstanz	88
Tänze aus aller Welt.....	90
ELTERN-KIND-KURSE	92

KOCHEN / DEGUSTATION



Kulinarische Führungen

Kulinarische Führung - Haar zum Verlieben

Ein gemütlicher Spaziergang durch Haar, seine historischen Wirtshäuser sowie seine modernen, internationalen Restaurants - mit Verkostung, denn Liebe geht durch den Magen

Treffpunkt wird bekannt gegeben.

10001 € 59,00 (€ 30,00)

Yogesh Rao

am Donnerstag, 18.06.2026, 17:00 - 20:00 Uhr

Genussvolle Küche

Wohlfühlrezepte aus aller Welt (vegetarisch)

In vielen Teilen der Welt sind lokale Spezialitäten traditionell vegetarisch oder auch vegan. Kulinarisch bereisen wir Südamerika, Thailand, Japan und Hawaii. Dabei erleben Sie wie abwechslungsreich und komplett unterschiedlich vegetarische Ernährung sein kann. Mit musikalischer Untermalung.

10004 € 46,00 (€ 17,00)

Xenia Völker

am Mittwoch, 15.04.2026, 18:00 - 21:30 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 11

Genussvoll vegetarisch mit asiatischem Gemüse, Tofu und Tempeh

Besonderes Augenmerk liegt auf der vielseitigen Anwendung von Tofu, Tempeh & Co. sowie den perfekten Zubereitungstechniken - mit Paprika-Spießchen, Erdnuss-Sauce und viel mehr.

10005 € 41,00 (€ 16,00)

Triana Oey

am Dienstag, 05.05.2026, 18:30 - 21:30 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 11

Thailändische Küche

Wir entdecken die köstlichen Facetten der thailändischen Küche, die sich durch eine harmonische Balance verschiedenster Geschmacksrichtungen auszeichnet. Von der säuerlichen Tamarinde über feurige Chilis bis hin zu den charakteristischen Korianderblättern bietet sie eine faszinierende Vielfalt.

10010 € 72,00 (€ 25,00)

Triana Oey

am Samstag, 07.03.2026, 10:00 - 17:00 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 11

Internationale Teigtasche

Lernen Sie alles über Teige, Falttechniken, Füllungen und Saucen. Auf dem Menü: türkische Manti, georgische Chinkali, tibetische Momos, philippinische Empanadas, brasilianische Pastel und indische Gujiya mit Chai.

10020 **NEU** € 50,00 (€ 21,00)

Xenia Völker

am Dienstag, 16.06.2026, 18:00 - 21:30 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 11

Streetfood - Asien trifft Südamerika

Tauchen Sie ein in die aufregende Welt der Straßenküchen von Lateinamerika und Asien! Entdecken Sie neue Aromen, exotische Zutaten und raffinierte Zubereitungstechniken.

10030 **NEU** € 49,00 (€ 20,00)

Xenia Völker

am Mittwoch, 10.06.2026, 18:00 - 21:30 Uhr

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 11

Hinweis zu den Kochkursen 10001 bis 10505

Bitte beachten: **Lebensmittelkosten sind inklusive** und bei den Gebühren in Klammern angegeben.

Bitte mitbringen: 2 Geschirrtücher, 2 Schwammtücher, Gefäße für die Reste



Arabisch kochen - eine Reise durch die Aromen des Orients

Dieser intensive Kochkurs entführt Sie in die exotischen Aromen und Gewürze der arabischen Länder. Wir werden ein umfangreiches, köstliches 3-Gänge-Menü zubereiten, begleitet von arabischer Musik und dem traditionellen, süßen grünen Minztee. Es werden Rezepte aus der Levante Küche übernommen.

10035 NEU € 49,00 (€ 20,00)

Xenia Völker
am Dienstag, 21.07.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 11

Japanisch Kochen 2 - neue Rezepte

Wir entdecken die kulinarische Genüsse, die die japanische Küche jenseits von Sushi zu bieten hat und kochen mit original japanischen Lebensmitteln.

10039 € 49,00 (€ 20,00)

Xenia Völker
am Dienstag, 30.06.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 11

Kochkurs nach Maß

Sie sagen uns, was für einen Kochkurs Sie sich wünschen.

Wir versuchen, ihn für Sie zu „zaubern“.

Info unter Tel.

089-46002-828

Kochen wie die indische Hausfrau - spontan und leicht gemacht

Sie werden sehen, wie man schnell und günstig leckere indische Gerichte für jeden Tag zubereiten kann.

10046 € 46,00 (€ 20,00)

Yogesh Rao
am Samstag, 04.07.2026, 15:00 - 18:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 12

Erfrischende Sommerküche aus aller Welt

Wir kochen ein erfrischendes 4-Gänge-Menü: einen karibischen Gruß aus der Küche mit Garnele, eine thailändische Auberginenvorspeise, eine brasilianische Moqueca wahlweise Fisch oder Huhn mit Limette, Mango und Kokos und ein verzauberndes indisches Zitronendessert.

10048 € 48,00 (€ 19,00)

Xenia Völker
am Dienstag, 14.07.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 11

Super-Bowls - alles aus einer Schüssel (optional vegetarisch/vegan/ mit Fleisch und Fisch)

Die Super-Bowls haben hippe Cafés erobert, Bistros und alle Restaurants, die trendige und gleichzeitig gesunde Speisen anbieten. Die best-of-Varianten für Zuhause in diesem Kurs: Wir lassen uns von ausgesuchten herzhaften und süßen Bowls-Rezepten mit frischesten Zutaten und leckeren Toppings - asiatisch, japanisch, orientalisch, hawaiianisch und eine Dessert-Bowl in pink - mit Fleisch und Fisch, wahlweise auch vegetarisch oder vegan überraschen.

10052 € 49,00 (€ 20,00)

Xenia Völker
am Dienstag, 17.03.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 11



L'italiano vien mangiando

Cucina, cultura e storia gastronomica, tradizioni, enologia: sono questi i temi di cui si parlerà (in italiano, si capisce) durante questi incontri. Ci troveremo quindi davanti ai fornelli alle prese con ricette tradizionali e moderne e infine gusteremo i piatti da noi preparati accompagnandoli con ottimi vini.



Die Kurse finden in italienischer Sprache statt.

Anmeldung bei Forum Italia e.V. Tel 089 74632122
oder Email info@forumitalia.de

Cucina napoletana

10500 NEU

€ 73,00 (€ 18,00)

Gabriella Caiazza-Schwarz, Italienischlehrerin
am Samstag, 16.05.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 12

Antipasti e stuzzichini

10502

€ 73,00 (€ 18,00)

Gabriella Caiazza-Schwarz, Italienischlehrerin
am Samstag, 20.06.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 12

Piatti unici e torte salate per l'estate

10505

€ 73,00 (€ 18,00)

Gabriella Caiazza-Schwarz, Italienischlehrerin
am Samstag, 11.07.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 12



In Kooperation mit Forum Italia und
Istituto Italiano di Cultura

Hinweis zu den Kochkursen 10003 bis 10505

Bitte beachten: **Lebensmittelkosten sind inklusive**
und bei den Gebühren in Klammern angegeben.

Bitte mitbringen: 2 Geschirrtücher, 2 Schwammtücher,
Gefäße für die Reste

Kochkurse für Kinder

finden Sie auf Seite xxx.



INFORMATIVE VORTRÄGE



Grad der Behinderung (GdB)

Was bedeutet eigentlich behindert? Wofür brauche ich einen GdB? Welche Möglichkeiten habe ich dadurch? Und wie wird er beantragt?

11050 **V** gebührenfrei

Anja Ecker, staatl. anerk. Erzieherin und Familien- und Paarberaterin., EUTB - Beraterin
am Dienstag, 03.03.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3



Pflegegrad

Was bedeuten die Pflegegrade und welche Leistungen stehen mir zu? Wie beantrage ich einen PG? Muss ich Angst vor der Begutachtung haben?

11051 **V** gebührenfrei

Anja Ecker, staatl. anerk. Erzieherin und Familien- und Paarberaterin., EUTB - Beraterin
am Dienstag, 21.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3



Nicht allein: Wege zur Entlastung für Familien mit besonderen Herausforderungen

Ein Vortrag für Eltern von Kindern mit Behinderung

Wie können Familien entlastet werden – im Alltag, organisatorisch und emotional? Welche Hilfen gibt es, und wie findet man den eigenen Weg durch den Unterstützungsdschungel?

11052 **V** gebührenfrei

Anja Ecker, staatl. anerk. Erzieherin und Familien- und Paarberaterin, EUTB - Beraterin
am Dienstag, 05.05.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3



Schwerhörigkeit - Ertaubung - Hilfsmittel

Was bedeutet Schwerhörigkeit für die Betroffenen? Wer und was kann helfen?

11053 **V** gebührenfrei

Elke Maier, EUTB Peer-Beraterin und Audioberaterin
am Dienstag, 16.06.2026, 17:00 - 18:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3



O Online-Kurs **H** Präsenz oder Online - Bei der Anmeldung bitte angeben **V** Vortrag barrierefrei

Teilhabeberatung
für Menschen mit Behinderungen
und ihre Familien

in Kooperation mit

Beratung

Gemeinsam mit der EUTB® (Ergänzend unabhängige Teilhabeberatung), bieten wir Unterstützung für Menschen mit Behinderungen, chronischen oder psychischen Krankheiten sowie deren Angehörige an.

Die Beratungen finden in der Volkshochschule Haar e.V., Münchener Str. 3, 85540 Haar, Raum EG 15 statt.

Die Termine sind am Dienstag, den 03.03.26, 21.04.26, 05.05.26, 16.06.26 und 14.07.26, jeweils von 14:00 bis 16:00 Uhr.

Sie können sich anmelden oder spontan kommen.

Beraterin:
Frau Anja Ecker
staatl. anerk. Erzieherin, Familien- und Paarberaterin, EUTB® Beraterin

0176-76899655
anja.ecker@eutb.bayciv.de

Die Beratung ist kostenfrei.
Wir freuen uns auf Sie!

Immer aktuell informiert!



ENTSPANNUNG / ACHTSAMKEIT



Entspannungsmethoden/Wellness

Autogenes Training nach J.H.Schultz ist eine bewährte Entspannungsmethode.

An 8 Abenden lernen wir Autogenes Training überall zu praktizieren, wodurch körperliche und seelische Spannungen, Nervosität, Stress, Schlafstörungen, Ängste und psychosomatische Beschwerden positiv beeinflusst werden können.

Nicht geeignet für Menschen mit schweren körperlichen, geistigen und seelischen Erkrankungen.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, Socken und evtl. Kissen

Autogenes Training - Grundkurs

12006 € 107,00

Dr. Ursula Hieber, Ärztin, Psychotherapeutin
ab Dienstag, 10.03.2026, 8x 18:00 - 19:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 02

Autogenes Training - Vertiefung für TN des Grundkurses

NUR für Absolventen der AT-Grundkurs von Frau Dr. Hieber

Voraussetzung für die Teilnahme: Besuch des Grundkurses 12006

12008 € 22,00

Dr. Ursula Hieber, Ärztin, Psychotherapeutin
am Dienstag, 03.03.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 02

12009 € 22,00

Dr. Ursula Hieber, Ärztin, Psychotherapeutin
am Dienstag, 19.05.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 02

12010 € 22,00

Dr. Ursula Hieber, Ärztin, Psychotherapeutin
am Dienstag, 23.06.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 02

12011 € 22,00

Dr. Ursula Hieber, Ärztin, Psychotherapeutin
am Dienstag, 21.07.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 02

Feldenkrais

Bewusstheit durch Bewegung - Feldenkrais

Wir nehmen aufmerksam unsere Bewegungen wahr und lernen neue Möglichkeiten uns zu bewegen. Gleichzeitig lösen sich chronische Muskelverspannungen. Es entsteht ein Gefühl von Freiheit. Unsere Atmung und die Körperhaltung verbessern sich und wir fühlen uns körperlich, seelisch und geistig wohl.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme warme Kleidung und Decke

Anfänger

Wir nehmen aufmerksam unsere Bewegungen wahr und lernen neue Möglichkeiten uns zu bewegen. Gleichzeitig lösen sich chronische Muskelverspannungen. Es entsteht ein Gefühl von Freiheit. Unsere Atmung und die Körperhaltung verbessern sich und wir fühlen uns körperlich, seelisch und geistig wohl.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme warme Kleidung und Decke

12104 H € 119,00

Doris Schmidt, Feldenkraislehrerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 13x 10:00 - 11:15 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

12107 O € 116,00

Gabriele Blasy, Feldenkraispädagogin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 13x 19:00 - 20:15 Uhr

Anfänger

12110 € 143,00

Johanna Pflanz, Gymnastiklehrerin, Feldenkraispädagogin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 14x 10:30 - 12:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

Der HerzKreis - eine Einführung auch für gesunde Herzen

Lernen Sie, wie Sie Ihr Herz entlasten können.

12050 € 19,00

Roswitha de Souza, HerzKreisTrainerin
am Sonntag, 10.05.2026, 16:30-18:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01



Tai Chi und Qi Gong

Qi Gong / Tai Chi

Tai Chi und Qi Gong sind jahrhundertealte chinesische meditative Bewegungssysteme mit gesundheitsfördernden Aspekten. Die langsame konzentrierte Ausführung der Bewegung steigert das körperliche Wohlfühl und bewirkt eine mentale Entspannung.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke

Qi Gong

Anfänger und Fortgeschrittene

12201 € 109,00

Barbara Nosse, Qi Gong Lehrerin
ab Montag, 02.03.2026, 12x 18:00 - 19:15 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

Fortgeschrittene - kleine Gruppe

12204 € 146,00

Barbara Nosse, Qi Gong Lehrerin
ab Montag, 02.03.2026, 12x 19:15 - 20:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

Tai Chi und Qi Gong nach Yang Stil (Kurze Form)

für Anfänger und Fortgeschrittene

12281 € 198,00

Andreas Egerer, Physiotherapeut, Kinesiologe, Tai Chi und Qi Gong Lehrer

ab Montag, 02.03.2026, 15x 19:30 - 21:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 02

Tai Chi Chuan -Anfänger und Fortgeschrittene

Tai Chi Faust: Erlernen 24-Form +42-Form

12300 € 132,00

Lin Yao, Ärztin für TCM

ab Samstag, 07.03.2026, 15x 11:30 - 12:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Tai Chi - Fortgeschrittene-

Erlernen Tai Chi Fächer + 42-Form. Wiederholung 32-Form Tai Chi Schwert

12308 € 132,00

Lin Yao, Ärztin für TCM

ab Samstag, 07.03.2026, 15x 10:30 - 11:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Immer aktuell informiert!



Volkshochschule Haar

Hinweis:

Familienyoga finden
Sie auf Seite 76.

Yoga

Hatha Yoga

Wir lernen die verschiedenen Asanas (Haltungen), Flows (Bewegungsabläufe) und unseren Atem bewusst zu spüren. Wir entdecken die wohltuende Wirkung des Yoga auf Körper, Geist und Seele.

Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung und warme Socken

12402 H € 153,00

Christian Klari M.A., Yogalehrer
ab Montag, 02.03.2026, 15x 17:45 - 19:15 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 04

Anfänger

12403 H € 153,00

Christian Klari M.A., Yogalehrer
ab Mittwoch, 04.03.2026, 15x 17:45 - 19:15 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 04

12420 € 208,00

Matthias Engler, Yogalehrer
ab Dienstag, 10.03.2026, 15x 18:00 - 19:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

12425 € 112,00

Roswitha de Souza, staatl. anerk. Gymnastiklehrerin, YOGA moveTrainerin, Pilatestrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 18:00 - 19:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 03

12440 NEU € 55,00

N.N., Yogalehrer
ab Freitag, 06.03.2026, 5x 09:30-11:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

12441 NEU € 110,00

N.N., Yogalehrer
ab Freitag, 24.04.2026, 10x 09:30-11:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

Mittelstufe

12508 € 153,00

Christian Klari M.A., Yogalehrer
ab Montag, 02.03.2026, 15x 19:15 - 20:45 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 04

12520 H € 153,00

Christian Klari M.A., Yogalehrer
ab Mittwoch, 04.03.2026, 15x 19:15 - 20:45 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 04

**Power Yoga**

Beim Ashtanga Vinyasa Yoga in der Tradition von Sri K. Patthabi Jois werden Asanas in fester Reihenfolge mit dynamischen Übergängen praktiziert. Etwas Kondition ist von Vorteil.

Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung, warme Socken

Power Yoga Easy

Beim Vinyasa Yoga werden Asanas mit dynamischen Übergängen praktiziert. Etwas langsamer als beim Poweryoga mit einer geeigneten Auswahl an Asanas. Fokus auf Aligement(Ausrichtung)

12634 NEU € 129,00

Rozsa Hornyak, Yogalehrerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 18:00 - 19:15 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 04

Mittelstufe

12636 H € 153,00

Rozsa Hornyak, Yogalehrerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 19:45 - 21:15 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 04

Yoga in der Tradition von B.K.S. Iyengar

Eine dynamische, intensive, wirkungsvolle und zeitgemäße Methode, um sich beweglich zu halten und die Gesundheit zu fördern. Mit Hilfsmitteln (Klötze, Seile, Kissen) wird es möglich, die verschiedenen Körperhaltungen leicht und exakt auszuführen.

Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung und leichte Decke

Anfänger

12645 **H** € 153,00

Sabine Gall, Yogalehrerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 15x 10:15 - 11:45 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 03

Kundalini Yoga

Kundalini Yoga beinhaltet effektive und allumfassende Übungen und Meditationen, welche schnell Vitalität, Ausdauer, Klarheit und Entspannung schaffen.

Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung, Getränk, eine Decke, warme Socken

Anfänger und Fortgeschrittene

12751 **NEU** € 44,00

Sigrid Urban, Yogalehrerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 4x 19:30 - 21:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

12752 **NEU** € 55,00

Sigrid Urban, Yogalehrerin
ab Donnerstag, 16.04.2026, 5x 19:30-21:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

12756 € 153,00

Sigrid Urban, Yogalehrerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 18:00 - 19:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

Kundalini Yoga für Frauen

Fortgeschrittene und Anfängerinnen

12760 € 163,00

Sigrid Urban, Yogalehrerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 16x 09:30 - 11:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

Anusara Yoga

Anusara Yoga ist ein moderner Hatha Yoga Stil, der eine herzorienteerte, lebensbejahende Philosophie mit anatomisch genauen Anleitungen der Asanas verbindet.

Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung, Getränk, eine Decke, warme Socken

12763 **NEU** € 55,00

Nicole Bach, Yogalehrerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 5x 18:00-19:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

12764 **NEU** € 110,00

Nicole Bach, Yogalehrerin
ab Mittwoch, 22.04.2026, 10x 18:00-19:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

Entspannung mit Yoga Nidra

Yoga Nidra ist eine effektive Entspannungstechnik aus der Yogatradition, welche gegen Stress und Überforderung hilft. Bevor wir uns in den „Schlaf des Yogis“ versetzen, sorgen wir mit einigen einfachen Übungen für körperliche Entspannung. Während der Körper entspannt, bleibt der Geist hellwach. Tiefe Bewusstseinschichten werden aktiviert und in einen gelassenen Zustand versetzt, das Immunsystem wird gestärkt. Die Anwendung eines „Sankalpas“ (positiver Leitsatz) aktiviert tief liegende Kräfte. Diese Entspannungsmethode kann ohne weitere Hilfsmittel zu Hause angewendet werden.

Bitte mitbringen: Leichte Decke, eventuell Kopfkissen, Socken

12765 **NEU** € 55,00

Sigrid Urban, Yogalehrerin
ab Donnerstag, 11.06.2026, 5x 19:30 - 21:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03



Yoga nach YogaDoc

Der Kurs mit Elementen aus YogaDoc verbindet klassisches Yoga mit medizinischem Know-how. Sie lernen achtsame Körperübungen, Atemtechniken und Entspannungseinheiten kennen, die gezielt Ihre Gesundheit fördern – präventiv, wohltuend und alltagstauglich. Ideal für alle, die Körper und Geist in Einklang bringen möchten.

Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung und warme Socken

12772

€ 39,00

Gabriele Hercog, Yogalehrerin

am Sonntag, 22.03.2026, 09:30 - 11:00 Uhr

am Sonntag, 19.04.2026, 09:30 - 11:00 Uhr

am Sonntag, 10.05.2026, 09:30 - 11:00 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

Yoga am Stuhl

12775

€ 26,00

Roswitha de Souza, Yogalehrerin

ab Dienstag, 10.03.2026, 3x 15:30-16:30 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 02

Sommerbrise - leicht und erfrischend

Spür die Sonne auf der Haut, lass dich mitnehmen in die Natur, lausche dem Vogelgezwitscher und genieße eine unvergessliche Zeit voller Lachen, Leichtigkeit und guter Gespräche. Unsere Sommerbrise lädt dich ein, durchzuatmen, den Moment zu genießen und dich von der sommerlichen Atmosphäre verzaubern zu lassen. Frisch. Freundlich. Frei. Du bist herzlich willkommen, sei dabei! Treffpunkt: Gorillaberg beim Dino am Wieselweg

12921 NEU

€ 18,00

Birgitta Engler, Lachyogatrainerin, Friederica Ertl, Glückscoach

am Freitag, 12.06.2026, 15:00 - 16:30 Uhr

12922 NEU

€ 18,00

Birgitta Engler, Lachyogatrainerin, Friederica Ertl, Glückscoach

am Freitag, 19.06.2026, 15:00 - 16:30 Uhr

12923 NEU

€ 18,00

Birgitta Engler, Lachyogatrainerin, Friederica Ertl, Glückscoach

am Freitag, 26.06.2026, 15:00 - 16:30 Uhr



Familienyoga - Workshop am Sonntag

Für Kinder ab 4,5 Jahren und mind. einer Begleitperson (auch Nicht-Yogis)

Gebühr für Erwachsene EUR 12,00, für Kinder EUR 8,00.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränk und evtl. leichte Decke

12950

€ 12,00

Yogesh Rao, Yogalehrer

am Sonntag, 26.04.2026, 11:00 - 12:30 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

12951

€ 12,00

Yogesh Rao, Yogalehrer

am Sonntag, 17.05.2026, 11:00 - 12:30 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

12952

€ 12,00

Yogesh Rao, Yogalehrer

am Sonntag, 28.06.2026, 11:00 - 12:30 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02





Selbstbestimmt durch stürmische Zeiten

Eine Auszeit um Ruhe und Kraft für das Wesentliche zu finden im Kloster Bernried/ Starnberger See

In der Zersplitterung heutiger Zeit ist es nicht leicht, die innere Mitte zu behalten. An diesem besonderen Wochenende nähern wir uns diesem Ziel aus zwei scheinbar gegensätzlichen Richtungen: Zum einen üben wir ganz praktische Organisationsprinzipien, die uns helfen, in Alltag und Beruf die Dinge besser in den Griff zu bekommen. Es sind einige bewährte Tools erfolgreicher Manager, die für die persönliche Anwendung aufbereitet und greifbar gemacht werden. Zum anderen üben wir die Schau nach Innen in Yoga und Meditation. Dies geschieht auf der Übungsmatte in einigen Stunden in der klassischen Ashtanga-Tradition (für Anfänger geeignet). Vor allem aber lernen wir von einem sehr erfahrenen Zen-Lehrer die Grundprinzipien der Meditation. Diese Stunden sind für Anfänger wie Fortgeschrittene geeignet.

Ziel sind Gleichmut und Gelassenheit in den Wechselfällen des Lebens. Die Umsetzung beginnt mit der körperlichen Haltung auf der Übungsmatte. Als innere Haltung übertragen wir diese auf das Leben insgesamt. Dreh- und Angelpunkt aller Praxis ist die Zentriertheit des Geistes, die in den Meditationsstunden, aber auch durch den besonderen Ort des Klosters am Starnberger See ermöglicht wird.

Das Besondere an diesem Seminar ist diese Verbindung der meditativen Praxis mit der praktischen Ausrichtung auf eine neue Selbstbestimmung im Alltag. Wir erhalten genügend Anregungen, um im Anschluss den eigenen Weg zielsicher verfolgen zu können.

An diesem Wochenende erleben wir unmittelbar, wie sich scheinbar gegensätzliche Elemente zu einem größeren Ganzen, nämlich zu unserer ganz persönlichen Aus-Richtung verbinden.

Ort: Kloster Bernried/ Starnberger See

Termin: Freitag 31.07.2026, 18:00 Uhr bis Sonntag, 02.08.2026, ca. 16:00 Uhr.

Kosten: Seminargebühr 220,00 € zzgl. Kosten für Kurtaxe, Unterkunft und Verpflegung im Doppelzimmer ca. 195,00 € oder im Einzelzimmer ca. 239,00 € werden 9 Wochen vor Seminarbeginn abgebucht. Rücktritt ist danach nur möglich, wenn eine Ersatzperson gestellt wird!

Anmeldeschluss: 18.05.2026.

Reiseanmeldung nach dem 18.05.2026 ist nur nach Anfrage vorbehaltlich Verfügbarkeit möglich!

Keine Ermäßigung möglich!

13500

im DZ ca. € 415,00

Paul Königer, Yogalehrer; Stefan Sachs, Zen-Meditationslehrer

ab Freitag, 31.07.2026 18:00 Uhr bis Sonntag 02.08.2026 16:00 Uhr

Kloster Bernried, Starnberg



PAUL KÖNIGER

Arbeitete 30 Jahre lang im IT-Großunternehmen in Leitungsfunktionen.
Seit vielen Semestern Ashtanga Yoga-Lehrer.
Fotograf.



STEFAN SACHS

Diplomingenieur, Manager und berät seit mehreren Jahren zu Themen der Elektromobilität. Er übt seit über 40 Jahren Zen und hat die Lehrerlaubnis der Sanbozen Linie.



Ansprechpartnerin für Inklusion, Diversity und Universal Design of Learning:

Dr. Anna Conte, conte@vhs-haar.de,
089/46002-828

GYMNASTIK / FITNESS



Wassergymnastik / Aquafitness

Wassergymnastik ist eines der wirksamsten und beliebtesten Bewegungsangebote zur Vorbeugung (Prävention) und Vermeidung von Gelenk- und Muskelproblemen. Vorteile: Durch die Auftriebskraft des Wassers werden Gelenke, Wirbelsäule und Bandscheiben entlastet. Wir spüren unsere Schwere nicht und können den Körper mit Leichtigkeit durchtrainieren, so dass eine optimale Kräftigung, Dehnung und Lockerung der Muskulatur in einem erfolgt.

Durch den hydrostatischen Druck wird die Durchblutung, die Herzstätigkeit und die Atmung reguliert. Der Wasserwiderstand bewirkt eine „Massage“ und somit Straffung der Haut und des Bindegewebes. Das Ganze macht viel Spaß und wirkt entspannend und anregend zugleich.

Alle Kurse finden im Schwimmbad, St.-Konrad-Str.7, statt.

Hinweis: Alle Teilnehmer:innen möchten darauf achten, dass während der Wassergymnastikkurse kein öffentlicher Badebetrieb ist. Betreten Sie das Bad erst zu Beginn Ihres Kurses und die Umkleidekabine erst 15 Minuten vor Kursbeginn. Schwimmbadeintritt ist in der Gebühr enthalten!

Unsere Wassergymnastik dauert in der Regel für Einsteiger 40 Minuten und für Trainierte 45 Minuten. Empfohlen werden Einheiten von 30 - 45 Minuten. Ihre Gesundheit wird es Ihnen danken.

Der Eintritt fürs Schwimmbad von € 4,00 pro Tag ist in der Kursgebühr enthalten.

14002 € 145,00

Andrea Stadlmair, Iris Grün, Laura Salamano, Aquatrainerinnen
ab Montag, 02.03.2026, 17x 16:05 - 16:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14003 € 145,00

Andrea Stadlmair, Aquatrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 17x 16:45 - 17:25 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14004 € 145,00

Andrea Stadlmair, Aquatrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 17x 17:25 - 18:05 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14005

Andrea Stadlmair, Aquatrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 17x 18:05 - 18:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14006

Daniela Fest, Aquatrainerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 11:45 - 12:25 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14007

Daniela Fest, Aquatrainerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 12:25 - 13:05 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14010

Helga Neigenfind-Cerovsky, Aquatrainerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 14:30 - 15:15 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14012

Marina Kurochkina, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 15:15 - 16:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14013

Marina Kurochkina, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 16:00 - 16:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad



14014 € 154,00

Barbara Meisel, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 16:45 - 17:30 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14015 € 154,00

Barbara Meisel, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 17:30 - 18:15 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14016 € 154,00

Barbara Meisel, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 18:15 - 19:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14017 € 145,00

Barbara Meisel, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 16:45 - 17:25 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14018 € 145,00

Barbara Meisel, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 17:25 - 18:05 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

Aquafitness - Präventives Herz-Kreislauf-Training

Ein konditionsförderndes „Allround“-Angebot für alle Alters- und Leistungsgruppen. Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit stehen im Mittelpunkt eines spritzigen Bewegungsprogramms.

Der Eintritt fürs Schwimmbad von € 4,00 pro Tag ist in der Kursgebühr enthalten.

14019 € 145,00

Iris Grün, Aquatrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 17x 14:45 - 15:25 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14020 € 145,00

Iris Grün, Aquatrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 17x 15:25 - 16:05 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14021 € 164,00

Helga Neigenfind-Cerovsky, Aquatrainerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 15:20 - 16:10 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14022 € 145,00

Barbara Meisel, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 18:05 - 18:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14023 € 145,00

Iris Grün, Aquatrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 18:45 - 19:25 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad



Dozentin Iris Grün

14024 € 145,00

Brunhilde Helml, Aquatrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 19:25 - 20:05 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14025 € 145,00

Brunhilde Helml, Aquatrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 20:05 - 20:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14026 € 145,00

Laura Salamano, Aquatrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 17x 18:45 - 19:25 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14027 € 145,00

Laura Salamano, Aquatrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 17x 19:25 - 20:05 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

16 Termine**14028** € 145,00

Borjana Gottlöber, Aquatrainerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 16x 09:00 - 09:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

16 Termine**14029** € 145,00

Borjana Gottlöber, Aquatrainerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 16x 10:30 - 11:15 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

Schwimmen für Erwachsene**16 Termine****14030** € 145,00

Borjana Gottlöber, Aqua- und Schwimmtrainerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 16x 09:45 - 10:30 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

Rückenfitness / Wirbelsäulengymnastik

Wirbelsäulengymnastik

Unser Rücken leistet täglich Schwerstarbeit. Viel Wertschätzung erhält er dafür eher selten von uns. Im Gegenteil: wir stressen ihn durch stundenlanges Sitzen, nehmen dabei vielleicht sogar noch eine schlechte Haltung ein und lassen seine Muskeln verkümmern. In unseren Wirbelsäulengymnastik- und Rückenfit-Kursen steht die Rückengesundheit im Fokus. Wir setzen auf die Kräftigung der Muskulatur, Vorbeugung von Schmerzen und Entspannung. Mehr Informationen zu den einzelnen Kursen finden Sie im Internet unter vhs-haar.de, einfach die Kursnummer in die Suchzeile eingeben.

14104 € 90,00

Roswitha Kruse-Jäger, Übungsleiterin
ab Montag, 02.03.2026, 15x 18:00 - 19:00 Uhr
nicht am 15.06.2026 und 22.06.2026
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Fitnessraum

14105 € 94,50

Borjana Gottlöber, Übungsleiterin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 16x 18:00 - 19:00 Uhr
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Gymnastikraum

Die Halswirbelsäule

Ein Informationsworkshop mit praktischer Anleitung

14106 € 12,00

Tristan Bechmann, lizenziertes Fitnesstrainer
am Montag, 04.05.2026, 19:00 - 20:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 02

Sturzprophylaxe

Ein Informationsworkshop mit praktischer Anleitung

In diesem Kurs lernen Sie gezielte Übungen zur Verbesserung von Kraft und Koordination kennen.

14107 € 20,00

Tristan Bechmann, zertifizierter Gesundheitstrainer,
Rehattrainer Neurologie, Trainer für Demenzsport
am Montag, 23.03.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 02

Mit dem vhs-Newsletter
immer aktuell informiert.
Einfach QR-Code scannen
oder unter [vhs-haar.de/
newsletter](http://vhs-haar.de/newsletter) anmelden



Wirbelsäulengymnastik - präventive Gymnastik

14108 € 99,00

Alexandra Waldmann, Präventionsübungsleiterin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 09:45 - 10:45 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Fit mit Wirbelsäulengymnastik

14109 H € 90,00

Martina Spitz, Sportlehrerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 15x 17:45 - 18:45 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Wirbelsäulengymnastik und Ausgleichsgymnastik

14110 € 90,00

Martina Spitz, Sportlehrerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 17:00 - 18:00 Uhr
Grundschule, St.-Konrad-Str. 7, Bewegungsraum UG

Wirbelsäulengymnastik - Rückenfitness

14111 H € 90,00

Martina Spitz, Sportlehrerin
ab Montag, 02.03.2026, 15x 18:00 - 19:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

14113 € 90,00

Roswitha Kruse-Jäger, Übungsleiterin
ab Montag, 02.03.2026, 15x 19:00 - 20:00 Uhr
nicht am 15.06.2026 und 22.06.2026
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Fitnessraum



Intensives Rückentraining mit Ausgleichsgymnastik

14114 € 99,00

Daniela Fest, staatl. gepr. Physiotherapeutin und Übungsleiterin

ab Montag, 02.03.2026, 17x 09:05 - 10:05 Uhr

Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Fitnessraum

Präventives, aktives Rücken- und Ausdauertraining

14115 € 99,00

Daniela Fest, staatl. gepr. Physiotherapeutin und Übungsleiterin

ab Montag, 02.03.2026, 17x 10:15 - 11:15 Uhr

Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Fitnessraum

14116 € 99,00

Daniela Fest, staatl. gepr. Physiotherapeutin und Übungsleiterin

ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 09:55 - 10:55 Uhr

Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Gymnastikraum

14117 € 99,00

Daniela Fest, staatl. gepr. Physiotherapeutin und Übungsleiterin

ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 11:00 - 12:00 Uhr

Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Gymnastikraum



Rückenzieltraining mit Geräten

14123 € 105,00

Iva Berankova/TSV Fitnessstudio, Lizenzierte Fitnesstrainerin

ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 18:00 - 19:00 Uhr

Fitnessstudio Racketpark, Höglweg 7, Geräteraum

Bogenschießen

Therapeutisches Bogenschießen

Bringen Sie Körper, Geist und Seele wieder in Balance. In einer liebevollen Atmosphäre werden Kurse im intuitiven Bogenschießen angeboten, um eine Möglichkeit zu schaffen, vom Alltag „abzuschalten“, Kraft zu tanken, zur Ruhe zu kommen und nach einem stressigen Tag die wohlverdiente Entspannung zu finden. Über die theoretische Einführung in das Bogenschießen, wichtige Sicherheitsregeln bis zum Erlernen der Grundlagen für intuitives und therapeutisches Bogenschießen geht es in dem Kurs um das direkte Erleben und Erfahren mit dem Bogen als Hilfsmittel. Dies beinhaltet wesentlich mehr als nur das einfache Schießen mit Pfeil und Bogen. Hier wird auf körperliche und seelische Anspannung eingegangen und ein Ausgleich für psychische Probleme geschaffen. Jeder Teilnehmer bekommt eine Bogenausrüstung gestellt, die er/sie alleine nutzt.

Bitte mitbringen: Es werden saubere Hallenschuhe benötigt. Damit sich die Bogensehne nicht an der Kleidung verfangen kann, sollte ein eng anliegendes Oberteil getragen werden. Bei längeren Haaren ist ein Haargummi sinnvoll.

Therapeutisches Bogenschießen - Anfänger:innen

14203 € 129,00

Marzena Wrodczyk, Zertifizierte Therapeut:innen im Bogenschießen sowie DOSB-lizenzierte C-Trainer:innen „Bogen-Leistungssport“

ab Dienstag, 24.02.2026, 4x 19:00 - 20:45 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

14204 € 129,00

Marzena Wrodczyk, Zertifizierte Therapeut:innen im Bogenschießen sowie DOSB-lizenzierte C-Trainer:innen „Bogen-Leistungssport“

ab Dienstag, 14.04.2026, 4x 17:00 - 18:45 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

14205 € 129,00

Marzena Wrodczyk, Zertifizierte Therapeut:innen im Bogenschießen sowie DOSB-lizenzierte C-Trainer:innen „Bogen-Leistungssport“

ab Dienstag, 09.06.2026, 4x 19:00 - 20:45 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01



Therapeutisches Bogenschießen - Fortgeschrittene

14213 € 129,00

Marzena Wrodarczyk, Zertifizierte Therapeut:innen im Bogenschießen sowie DOSB-lizenzierte C-Trainer:innen „Bogen-Leistungssport“
ab Dienstag, 24.02.2026, 4x 17:00 - 18:45 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01



Dozentin Marzena Wrodarczyk

14214 € 129,00

Marzena Wrodarczyk, Zertifizierte Therapeut:innen im Bogenschießen sowie DOSB-lizenzierte C-Trainer:innen „Bogen-Leistungssport“
ab Dienstag, 14.04.2026, 4x 19:00 - 20:45 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

14215 € 129,00

Marzena Wrodarczyk, Zertifizierte Therapeut:innen im Bogenschießen sowie DOSB-lizenzierte C-Trainer:innen „Bogen-Leistungssport“
ab Dienstag, 09.06.2026, 4x 17:00 - 18:45 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

Bogenschießen

Bogenschießen ist eine Sportart mit langer Geschichte, Tradition und Faszination. Der Bogensport ist für jeden das Richtige, der einen Ausgleich zum Alltag sucht, da er Konzentration und Selbstdisziplin vom Schützen fordert, die Bewegung aber auch nicht zu kurz kommt. Auch kann dieser Sport Haltungsschäden der Heranwachsenden entgegenwirken und ein toller Ausgleich zu Schule und Beruf sein. Der Kurs vermittelt den Weg vom richtigen Bewegungsablauf bis hin zum perfekten Schuss. Neben Spaß und Freude steht das aktive Schießen klar im Vordergrund und kann ausreichend praktisch geübt werden. Der Kurs eignet sich zum Beispiel auch sehr gut als Vorbereitung für einen Club-Urlaub mit Bogenschießmöglichkeit. Die Kursgebühr beinhaltet ein tolles Lehrbuch, weiteres Lehrmaterial sowie die Nutzung von Bogen, Pfeilen, Scheiben und Sicherheitszubehör.

Bitte mitbringen: saubere Hallenturnschuhe, engliegende Oberbekleidung sowie ein Haargummi bei längeren Haaren. Geeignet für Jugendliche ab 10 Jahren. Um ca. 13.00 Uhr ist eine einstündige Mittagspause eingeplant. Wir werden bei einem Lieferservice auf eigene Kosten am Samstag etwas zu Essen bestellen. Ein Familienrabatt kann vor Ort gewährt werden. Bitte sprechen Sie dafür die Kursleiter an. Wegen Bogenart und Bogengröße bitte angeben: Links- oder Rechtshänder? Körpergröße?

Bogenschießen für Anfänger:innen

14224 € 129,00

Marzena Wrodarczyk, DOSB-lizenzierte C-Trainerin Bogen-Leistungssport
am Samstag, 14.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr,
am Sonntag, 15.03.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Vaterstetten, Baldhamer Str. 39, vhs-Bildungszentrum

14225 € 129,00

Marzena Wrodarczyk, DOSB-lizenzierte C-Trainerin Bogen-Leistungssport
am Samstag, 09.05.2026, 10:00 - 16:00 Uhr,
am Sonntag, 10.05.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Vaterstetten, Baldhamer Str. 39, vhs-Bildungszentrum

14226 € 129,00

Marzena Wrodarczyk, DOSB-lizenzierte C-Trainerin Bogen-Leistungssport
am Samstag, 11.07.2026, 10:00 - 16:00 Uhr,
am Sonntag, 12.07.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Vaterstetten, Baldhamer Str. 39, vhs-Bildungszentrum

Ganzkörperworkout

Ballspiele für Erwachsene - spielend fit bleiben

14250 € 45,00

Kathleen Kober, Übungsleiterin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 7x 20:00 - 21:00 Uhr
Sportzentrum, Jagdfeldring 82, Gymnastikraum



Alltagsfit für Junggebliebene

14300 € 90,00

Gabriele Hercog, Übungsleiterin
ab Freitag, 06.03.2026, 15x 10:30 - 11:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Kräftigung der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur

14301 € 94,50

Borjana Gottlöber, Übungsleiterin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 16x 10:00 - 11:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Fit ab 50 - All In One

14302 H € 90,00

Martina Spitz, Sportlehrerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 15:30 - 16:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Fit ab 50 - Ganzkörpergymnastik

14303 H € 90,00

Martina Spitz, Sportlehrerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 15x 16:45 - 17:45 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Fit ab 50 - Osteoporoseprophylaxe

14304 H € 90,00

Martina Spitz, Sportlehrerin
ab Montag, 02.03.2026, 15x 16:45 - 17:45 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Body-Workout mit und ohne Kleingeräte

14500 € 90,00

Irene Dötz, Übungsleiterin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 19:00 - 20:00 Uhr
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Fitnessraum

Body-Workout mit und ohne Kleingeräte

14501 € 90,00

Irene Dötz, Übungsleiterin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 20:00 - 21:00 Uhr
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Fitnessraum

Power Up Fitness

14502 € 99,00

Claudia Gomes Schreiner, Dipl. Sportlehrerin, Fitnesstrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 17x 19:30 - 20:30 Uhr
Grundschule, St.-Konrad-Str. 7, Bewegungsraum UG

Cardio Kickboxing Workout

Bitte mitbringen: Bandagen und Boxing Handschuhe

14503 € 99,00

Claudia Gomes Schreiner, Dipl. Sportlehrerin, Fitnesstrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 17x 20:30 - 21:30 Uhr
Grundschule, St.-Konrad-Str. 7, Bewegungsraum UG



Fitnessgymnastik am Morgen**14522** € 90,00

Borjana Gottlöber, Übungsleiterin
 ab Freitag, 06.03.2026, 15x 09:00 - 10:00 Uhr
 Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Gymnastikraum

Ausgleichs- und Problemzongymnastik**14524** € 94,50

Borjana Gottlöber, Übungsleiterin
 ab Mittwoch, 04.03.2026, 16x 19:00 - 20:00 Uhr
 Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Gymnastikraum

**Powergymnastik -
Präventives Rückentraining****14525** € 99,00

Barbara Meisel, Sportlehrerin
 ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 19:00 - 20:00 Uhr
 Grundschule, St.-Konrad-Str. 7, Bewegungsraum UG

Yoga Workout**14526** € 99,00

Roswitha de Souza, staatl. annerk. Gymnastik Lehrerin und
 Yoga Move Trainerin
 ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 18:00 - 19:00 Uhr
 Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 24

Woyo**14526** € 99,00

Gabriele Hercog, Übungsleiterin mit Zusatzausbildung
 ab Freitag, 06.03.2026, 15x 09:15 - 10:30 Uhr
 Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Bodyart® / Bodystyling**BODYART® Training****14530** € 105,00

Caroline Reitwiesner, lizenzierte BODYART® Trainerin
 ab Mittwoch, 04.03.2026, 14x 19:00 - 20:15 Uhr
 Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

**Bodystyling****14542 H** EGYM WELLPASS € 90,00

Andrea Stadlmair, Übungsleiterin
 ab Dienstag, 03.03.2026, 15x 18:15 - 19:15 Uhr
 Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

14543 H EGYM WELLPASS € 90,00

Andrea Stadlmair, Übungsleiterin
 ab Dienstag, 03.03.2026, 15x 09:00 - 10:00 Uhr
 Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

14544 EGYM WELLPASS € 99,00

Roswitha de Souza, Übungsleiterin
 ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 19:00 - 20:00 Uhr
 Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

14547 H EGYM WELLPASS € 90,00

Stefanie Wenig, Bachelor of Arts Gesundheitsmanagement
 ab Montag, 02.03.2026, 15x 19:00 - 20:00 Uhr
 Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Pilates**Pilates und Wirbelsäulengymnastik****14604** € 90,00

Borjana Gottlöber, Übungsleiterin
 ab Freitag, 06.03.2026, 15x 10:00 - 11:00 Uhr
 Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Gymnastikraum

Pilates - weiterführendes Training**14606** € 110,00

Gabriele Hercog, Lizenzierte Pilates- und „Woyo“-Trainerin
 ab Freitag, 06.03.2026, 15x 08:00 - 09:15 Uhr
 Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

**Pilates - Anfänger:innen mit und ohne
Vorkenntnisse****14609** € 99,00

Roswitha de Souza, staatl. annerk. Gymnastik Lehrerin und
 Pilatestrainerin
 ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 18:00 - 19:00 Uhr
 Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 03

Pilates Basismattentraining - Beckenboden - Powerhouse

14610 € 94,50

Borjana Gottlöber, Pilatestrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 16x 19:00 - 20:00 Uhr
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Übungsraum 1

Pilates - Mattentraining - Beckenboden - Powerhouse

14611 € 94,50

Borjana Gottlöber, Übungsleiterin
ab Montag, 02.03.2026, 16x 20:00 - 21:00 Uhr
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Fitnessraum

Pilates und Stretching

14612 € 99,00

Roswitha de Souza, staatl. annerk. Gymnastik Lehrerin und
Pilatestrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 19:15 - 20:15 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 03

Balance Swing™ – Minitrampolin

Balance Swing™ mit dem Minitrampolin

14650 € 90,00

Stefanie Wenig, Balance - Swing Trainerin
ab Montag, 02.03.2026, 15x 17:00 - 18:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 03

14651 H € 90,00

Stefanie Wenig, Balance - Swing Trainerin
ab Montag, 02.03.2026, 15x 18:00 - 19:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 03

Balance Swing™ Gold mit dem Minitrampolin - für Senior:innen

14652 H € 38,00

Stefanie Wenig, Balance - Swing Trainerin
ab Montag, 20.04.2026, 5x 16:00 - 17:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 03



Zumba®



ZUMBA® - Party

Tageskasse € 15,00

14706 € 15,00

Maria Frank, Shirley Aguilar, Sybille Bahlmann, Cristina
Sanchez, Hans Schwartze, Sabine Holzapfel
am Sonntag, 01.03.2026, 15:00 - 17:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

ZUMBA® - Tanz Dich fit

14708 € 37,00

Sybille Bahlmann, lizenziierter Zumba-Fitness-Instructor
ab Donnerstag, 25.06.2026, 6x 19:00 - 20:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

ZUMBA® Tanz dich fit

6 - 7 Pers.: € 115,00

ab 8 Pers.: € 99,00

14709 € 115,00

Maria Frank, lizenzierte Zumba-Fitness-Instructorin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 08:30 - 09:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

ZUMBA® - Tanz Dich fit

14712 € 90,00

Aiman Attia, Sportlehrer, Tanzpädagog, lizenziierter
Zumba-Instructor
ab Montag, 02.03.2026, 15x 20:30 - 21:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

ZUMBA® - Tanz Dich fit

14713 € 90,00

Aiman Attia, Sportlehrer, Tanzpädagog, lizenzierter Zumba-Instructor

ab Mittwoch, 04.03.2026, 15x 19:15 - 20:15 Uhr

Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Fitnessraum

ZUMBA® - Tanz Dich fit

14714 € 99,00

Shirley Aguilar, lizenzierte Zumba-Fitness-Instructorin

ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 17:50 - 18:50 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

ZUMBA® - Tanz Dich fit

14715 € 65,00

Hans Schwartz, lizenzierter Zumba-Fitness-Instructor

ab Donnerstag, 05.03.2026, 11x 19:00 - 20:00 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02



Dozent: Hans Schwartz

ZUMBA® - Tanz Dich fit

14716 € 99,00

Maria Frank, lizenzierte Zumba-Fitness-Instructorin

ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 19:00 - 20:00 Uhr

Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Fitnessraum

Zumba® für Anfänger:innen

6 - 7 Pers.: € 115,00

ab 8 Pers.: € 99,00

14720 € 115,00

Aiman Attia, Zumbainstructor & Tanzpädagog

ab Dienstag, 03.03.2026, 15x 19:15 - 20:15 Uhr

Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Übungsraum 2

ZUMBA Gold®

6 - 7 Pers.: € 115,00

ab 8 Pers.: € 99,00

14721 € 115,00

Maria Frank, lizenzierte Zumba-Fitness-Instructorin

ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 18:00 - 19:00 Uhr

Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Fitnessraum

TRX®



TRX-Suspension-Training

14803 € 105,00

Tobias Wulf, TRX-Suspension-Fitness-Trainer

ab Freitag, 06.03.2026, 15x 18:20 - 19:20 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 03

TRX-Suspension-Training

14805 € 105,00

Tobias Wulf, TRX-Suspension-Fitness-Trainer

ab Freitag, 06.03.2026, 15x 17:20 - 18:20 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 03

TRX-Suspension-Training

14806 € 105,00

Tobias Wulf, TRX-Suspension-Fitness-Trainer

ab Dienstag, 03.03.2026, 15x 18:15 - 19:15 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 03

TRX-Suspension-Training

14807 € 105,00

Tobias Wulf, TRX-Suspension-Fitness-Trainer

ab Dienstag, 03.03.2026, 15x 17:15 - 18:15 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 03

OUTDOOR



Nordic Walking Basics - Schritt für Schritt zu mehr Ausdauer

15000 € 33,00

Andrea Schuhbauer, lizenzierte Nordic Walking Trainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 4x 17:00 - 18:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz beim Gut Keferloh

Nordic Walking

Aufbaukurs für Fortgeschrittene

15001 € 33,00

Andrea Schuhbauer, lizenzierte Nordic Walking Trainerin
ab Donnerstag, 16.04.2026, 4x 17:00 - 18:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz beim Gut Keferloh

15002 € 84,00

Andrea Schuhbauer, lizenzierte Nordic Walking Trainerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 15x 17:30 - 18:30 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz beim Gut Keferloh

15003 € 84,00

Andrea Schuhbauer, lizenzierte Nordic Walking Trainerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 15x 18:45 - 19:45 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz beim Gut Keferloh



Nordic Cross Skaten für Anfänger:innen

15410 € 80,00

Ulrich Rüger ActivOutdoor, DSV Nordic Cross-Skating
Rollski Trainer
am Samstag, 25.04.2026, 09:00 - 12:00 Uhr
Treffpunkt: Haar, Eislaufplatz an der Parkstraße



Segeln lernen in Theorie und Praxis

Im Theorieunterricht geht es zunächst darum, die Grundlagen zu lernen. Bei der praktischen Segelausbildung auf dem Tegernsee wird das Gelernte umgesetzt. Die Praxistermine werden individuell vereinbart (Praxisgebühr: € 200,00/12 Std.). Nach erfolgreichem Abschluss erhalten die Kursteilnehmer:innen den Segelschein.

15412 € 58,00

Volker Ludwig, lizenzierter Segellehrer und Diplomsportökonom
ab Dienstag, 05.05.2026, 3x 18:30 - 20:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 13

Weitere
Infos
über unsere
Veranstaltungen:

www.vhs-haar.de

TANZ



Ballett

Ballett - Anfänger:innen mit Vorkenntnissen**16000** € 157,00

Herbert Huber, professioneller Balletttänzer
 ab Freitag, 06.03.2026, 17x 18:00 - 19:30 Uhr
 Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Ballett - Anfänger:innen**16001** € 99,00

Herbert Huber, professioneller Balletttänzer
 ab Freitag, 06.03.2026, 17x 19:45 - 20:45 Uhr
 Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

Gesellschaftstanz

Mittelmeertänze - Schnupperkurs

Anfänger:innen und auch zum Auffrischen der Tanz-
 kenntnisse

16300 € 27,50

Tina Steenbuck, Tanzpädagogin, staatl. anerkannte
 Gymnastiklehrerin
 ab Freitag, 06.03.2026, 3x 19:00 - 20:30 Uhr
 Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Fitnessraum

**Mittelmeertänze - Mittelstufe und Fortge-
schrittene****16301** € 75,00

Tina Steenbuck, Tanzpädagogin
 ab Freitag, 27.03.2026, 9x 19:00 - 20:30 Uhr
 Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Fitnessraum

**Gesellschaftstanz -
Standard und Lateinamerikanisch****Grundkurs**

Wenn möglich bitte paarweise anmelden! Frau & Frau oder
 Mann & Mann sind willkommen.

Bitte mitbringen: Tanzschuhe oder Gymnastikschlapp-
 chen mit Ledersohle (keine Straßenschuhe) sowie leichte
 bequeme Tanz- oder Sportkleidung

16400 € 55,00

Christian Seidl, Tanzpädagoge
 ab Dienstag, 10.03.2026, 8x 19:15 - 20:30 Uhr
 Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Aufbaukurs**16401** € 49,00

Christian Seidl, Tanzpädagoge
 ab Dienstag, 19.05.2026, 7x 19:15 - 20:30 Uhr
 Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Fortgeschrittene**16402** € 130,00

Christian Seidl, Tanzpädagoge
 ab Dienstag, 10.03.2026, 15x 20:30 - 22:00 Uhr
 Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02



Hochzeits-Crashkurs Tanzen

Bitte mitbringen: Tanzschuhe oder Schlappchen mit Leder-
sohle, keine Straßenschuhe und bequeme Tanzkleidung

16405 € 44,00

Christian Seidl, Tanzpädagoge

am Samstag, 02.05.2026, 11:00 - 14:00 Uhr,

am Sonntag, 03.05.2026, 11:00 - 14:00 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

16406 € 44,00

Christian Seidl, Tanzpädagoge

am Samstag, 11.07.2026, 11:00 - 14:00 Uhr,

am Sonntag, 12.07.2026, 11:00 - 14:00 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Lindy Hop - Workshop

für Anfänger:innen mit und ohne Vorkenntnissen

Wenn möglich bitte paarweise anmelden! Frau & Frau oder
Mann & Mann sind willkommen. Bitte mitbringen: Flache
Tanzschuhe mit glatter Sohle

16408 € 22,00

Oksana Pavlova, Tänzerin & Tanzpädagogin

am Sonntag, 14.06.2026, 12:00 - 15:00 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

16409 € 22,00

Oksana Pavlova, Tänzerin & Tanzpädagogin

am Sonntag, 26.07.2026, 16:00 - 19:00 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01



Charlston - Solotanz

Anfänger:innen mit und ohne Vorkenntnissen

16412 € 22,00

Oksana Pavlova, Tänzerin & Tanzpädagogin

am Sonntag, 22.03.2026, 16:00 - 19:00 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

Blues - Solotanz

Anfänger und Anfänger mit Vorkenntnissen

16413 € 22,00

Oksana Pavlova, Tanzpädagogin

am Samstag, 04.07.2026, 12:00 - 15:00 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01



Tänze aus Hawaii und Polynesien

Anfänger:innen

16491 € 77,00

Sonja Haydn, lizenzierte „Hula“-Trainerin

ab Donnerstag, 23.04.2026, 10x 20:00 - 20:00 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

Fortgeschrittene

16493 € 77,00

Sonja Haydn, lizenzierte „Hula“-Trainerin

ab Montag, 20.04.2026, 10x 20:00 - 21:00 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Immer aktuell informiert!



Dance Like Your Icons

ab 18 Jahren

16495 NEU

€ 40,00

Joy Schmidt

ab Donnerstag, 23.04.2026, 4x 18:00 - 19:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01



Dozentin Joy Schmidt

Tänze aus aller Welt

Latin Party Moves - Line Dance

Bitte mitbringen: Flache Schuhe mit rutschender Sohle.

16500

€ 40,00

Sonja Haydn, Latin Dance Coach

ab Montag, 20.04.2026, 5x 19:00 - 20:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 03

Salsa, Merengue, Bachata - for Ladies

Bitte mitbringen: Flache Schuhe mit rutschender Sohle

16501

€ 40,00

Sonja Haydn, Latin Dance Coach

ab Montag, 08.06.2026, 5x 19:00 - 20:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 03

American Line Dance - Anfänger:innen

16505

€ 95,00

Hans-Jürgen Mader, Trainer für American Line Dance
ab Donnerstag, 26.02.2026, 16x 20:30 - 21:30 Uhr
nicht am 07.05.2026

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 24

American Line Dance - Mittelstufe

mit Vorkenntnissen aus den vorangegangenen Kursen
und für Wiedereinsteiger

16506

€ 75,00

Jörg Weber, Trainer für American Line Dance

ab Freitag, 06.03.2026, 12x 19:30 - 20:30 Uhr
nicht am 07.05.2026

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

American Line Dance - Fortgeschrittene

mit Vorkenntnissen aus den vorangegangenen Kursen

16507

€ 117,50

Hans-Jürgen Mader, Tanzpädagoge für American Line Dance

ab Donnerstag, 26.02.2026, 16x 19:00 - 20:30 Uhr
nicht am 07.05.2026

Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 24



Westafrikanischer Tanz aus Benin

Mittelstufe und Fortgeschrittene

16603

€ 150,00

Roswitha de Souza, staatl. anerkannte Gymnastiklehrerin,
Tanzpädagogin, Tänzerin

ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 19:15 - 20:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 24

Bollywood Dance

6 - 7 Pers.: € 115,00

ab 8 Pers.: € 99,00

16610EGYM
WELLPASS

€ 115,00

Tina Raj, Tänzerin & Tanzpädagogin

ab Freitag, 06.03.2026, 17x 18:15 - 19:15 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

**Bharatanatyam - klassischer indischer Tanz**

6 - 7 Pers.: € 115,00

ab 8 Pers.: € 99,00

16611 **NEU**

€ 115,00

Tina Raj, Tänzerin & Tanzpädagogin

ab Samstag, 07.03.2026, 17x 10:00 - 11:00 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

Traditionelle griechische Tänze**16650**

€ 20,00

Monika Möhr-Jundt, Tanzlehrerin

am Sonntag, 15.03.2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, Foyer EG

**16651**

€ 20,00

Monika Möhr-Jundt, Tanzlehrerin

am Sonntag, 26.04.2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, Foyer EG

**16652**

€ 20,00

Monika Möhr-Jundt, Tanzlehrerin

am Sonntag, 17.05.2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, Foyer EG

**16653**

€ 20,00

Monika Möhr-Jundt, Tanzlehrerin

am Sonntag, 21.06.2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, Foyer EG

**16654**

€ 20,00

Monika Möhr-Jundt, Tanzlehrerin

am Sonntag, 12.07.2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, Foyer EG

**O** Online-Kurs **H** Präsenz oder Online - Bei der Anmeldung bitte angeben **V** Vortrag barrierefrei**Bauchtanz - Anfänger:innen und Anfänger:innen mit Vorkenntnissen****16700**

€ 160,00

Aiman Attia, Tanzpädagogin

ab Mittwoch, 04.03.2026, 15x 18:00 - 19:15 Uhr

Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Fitnessraum

Bauchtanz - Mittelstufe**16701**

€ 160,00

Aiman Attia, Tanzpädagogin

ab Dienstag, 03.03.2026, 15x 18:00 - 19:15 Uhr

Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Übungsraum 2

16702

€ 160,00

Aiman Attia, Tanzpädagogin

ab Montag, 02.03.2026, 15x 18:00 - 19:15 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

Bauchtanz - Technik und Choreographie - Fortgeschrittene**16704**

€ 160,00

Aiman Attia, Tanzpädagogin

ab Montag, 02.03.2026, 15x 19:15 - 20:30 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

**O** Online-Kurs **H** Präsenz oder Online - Bei der Anmeldung bitte angeben **V** Vortrag barrierefrei

ELTERN-KIND-KURSE



Geburtsvorbereitung

Anmeldung nur über Gabriele Ammerer, Tel. 46201414

17000 gebührenfrei

Gabriele Ammerer, Hebamme

ab Donnerstag, 16.04.2026, 6x 19:00 - 21:20 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, UG 02

Geburtsvorbereitung

Anmeldung nur über Frau Sara Colantonio
Tel. 01732844629

17003 gebührenfrei

Sara Colantonio, Hebamme

am Samstag, 25.04.2026, 10:00 - 18:00 Uhr,
am Sonntag, 26.04.2026, 10:00 - 18:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 04

17004 gebührenfrei

Sara Colantonio, Hebamme

am Samstag, 13.06.2026, 10:00 - 18:00 Uhr,
am Sonntag, 14.06.2026, 10:00 - 18:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03



17005

€ gebührenfrei

Sara Colantonio, Hebamme

am Samstag, 25.07.2026, 10:00 - 18:00 Uhr,
am Sonntag, 26.07.2026, 10:00 - 18:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 04

17006

€ gebührenfrei

Sara Colantonio, Hebamme

am Samstag, 19.09.2026, 10:00 - 18:00 Uhr,
am Sonntag, 20.09.2026, 10:00 - 18:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 04

Rückbildungsgymnastik mit Baby

Anmeldung nur über Gabriele Ammerer, Tel. 46201414

17200

gebührenfrei

Gabriele Ammerer, Hebamme

ab Montag, 13.04.2026, 6x 10:00 - 12:40 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Eltern-Kind-Turnen Abenteuerspielplatz Turnhalle

für 1- bis 3,5jährige Kinder

17800

€ 90,00

Kathleen Kober, Fitnesstrainerin für Kinder u. Erwachsene
ab Montag, 02.03.2026, 17x 09:00 - 10:00 Uhr
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Gymnastikraum

17801

€ 90,00

Kathleen Kober, Fitnesstrainerin für Kinder u. Erwachsene
ab Montag, 02.03.2026, 17x 10:00 - 11:00 Uhr
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Gymnastikraum

vhs-Newsletter



Wir haben keine tierischen Boten,
aber immer tierisch gute Newsletter.

jetzt abonnieren

Zur Anmeldeseite



junge vhs



Kinder und Jugendliche sind uns herzlich willkommen – und deshalb ein wichtiger Grund für uns als vhs, für sie ein vielfältiges Kursangebot zu gestalten. Ganz ohne Leistungsdruck und Stress wollen wir die kindliche Neugierde wach halten, gestellte und nicht gestellte Fragen mit Antworten stillen, die Entwicklung der Persönlichkeit unterstützen – und generell die Freude am Lernen, Sich-Aus-testen und Sich-Weiterentwickeln fördern.

Geschwister-Rabatt

Geschwister, die den gleichen Kurs besuchen, erhalten eine Ermäßigung von 25%.

(Ausnahmen in Ausschreibung vermerkt)

INHALT

Schülerförderung	94
Alles will gelernt sein	94
KinderUni	94
Konzentrations-Training	95
Knigge für Kids	95
Selbstbehauptungs- / Selbstsicherheitstraining	95
Naturwissenschaften / Frühes Forschen	96
Computer	97
Englisch	97
Entdecke deine Kreativität	98
Zeichnen / Malen / Basteln	98
Zaubern	99
Silberschmieden	99
Töpfern	99
Kochen und Genießen	100
Bleib in Bewegung	100
Tanz	100
Familien-Yoga	101
Eltern-Kind-Turnen	101
Dance like your Icons	101
Schwimmen	102
Outdoor	103

Wussten Sie schon?

Die vhs Haar bietet Nachmittagsbetreuung für alle Haarer Grund- und Mittelschüler:innen an!

Wir bieten:

- Pädagogisch erfahrenes und kompetentes Personal
- Betreuung während der Essenszeit
- Zeit zum Austoben, Miteinander spielen und Freundschaften pflegen
- Homogene Gruppen und Unterstützung bei den Hausaufgaben
- AG's wie z. B. Malen, Basteln, Yoga, Schach, Theater, Tanz

Interessiert?

Dann melden Sie sich bei Lulëzime Prekazi (Fachbereichsleiterin Nachmittagsbetreuung), Tel. 089/46002-825, prekazi@vhs-haar.de.

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 10.

SCHÜLERFÖRDERUNG



- Schlechte Noten?
- Verständnisschwierigkeiten im Unterricht?
- Passen die Methoden für Sie nicht?
- Lernblockaden und Prüfungsangst?

Wir bieten Ihnen die bestmögliche Unterstützung und Förderung für den schulischen Erfolg, egal in welcher Schulart.

Wie?

Wir setzen auf individuellen Unterricht. Eine Gruppe besteht aus Schüler:innen gleicher Jahrgänge und Schultypen in einer angenehmen Atmosphäre. Oder benötigen sie einen Einzelunterricht? Dann sprechen Sie uns einfach an und gemeinsam finden wir eine Lösung.

Welche Kursarten bieten wir an?

Kontinuierliche Förderung

In den Kursen wird der Schulstoff wiederholt und vertieft. Es wird Zeit, das wichtigste Grundwissen im jeweiligen Fach aufzufrischen und fitter im Schuljahr zu sein. Somit können eventuelle Wissenslücken geschlossen werden.

Fit durch die Grundschule

Hier finden Sie Kurse für Grundschüler:innen, die beim Lesen, Schreiben oder Rechnen Schwierigkeiten haben. Der Stoff wird systematisch und transparent aufgebaut.

Ihr Kind bekommt eine gezielte Spezialförderung und wird so bei der Lösung seiner Lernprobleme unterstützt. Dabei wird gleichzeitig Lernfreude geweckt und die schulische Integration erleichtert.

Ferienkurse / Prüfungsvorbereitungskurse

Die schulfreien Tage sind ideal, um in aller Ruhe gelerntes Wissen zu festigen, versäumten Stoff nachzuholen und sich optimal auf die bevorstehenden Prüfungen vorzubereiten. Hier werden die Schüler:innen mit Prüfungsaufgaben früherer Jahrgänge gezielt auf die Prüfungen vorbereitet. Damit klappt es auch in der Prüfung Ihres Kindes!

Weitere Infos:

Lulëzime Prekazi
prekazi@vhs-haar.de oder
Tel. 089/46002-825

Auf die Angebote der Schülerförderung
kann keine Ermäßigung gewährt werden.

ALLES WILL GELERNT SEIN



KinderUni Haar

Für junge Student:innen von 8 bis 12 Jahren

Die KinderUni erklärt die Rätsel der Welt. Entdeckt mit uns die Welt der Wissenschaft - Experimente, Spaß und Spannung! Einmal im Monat bieten wir Euch eine spannende Vorlesung. Unsere Professor:innen beantworten Eure Fragen!

MACHT MIT! Meldet Euch an! Wir freuen uns!

Vorlesungsverzeichnis:

- 13.03.2026 Walt Disney - Der „Vater“ von Micky Maus
- 17.04.2026 Wie entsteht eigentlich ein Laser?
- 08.05.2026 Von der Burg zum Schloss
- 26.06.2026 Warum werden Sportler immer schneller?
- 10.07.2026 München und die Isar

K0100

gebührenfrei

ab Freitag, 13.03.2026, 5x 17:00 - 17:45 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06



Die KinderUni wird unterstützt von der Bürgerstiftung Haar. Wir bedanken uns, auch im Namen der Kinder, für die freundliche Unterstützung.

Bürgerstiftung Haar
Eine gemeinnützige Stiftung
des bürgerlichen Rechts
Geschäftsstelle der Bürgerstiftung
Im Poststadl
1. Stock - Zimmer 22
Münchner Straße 3
85540 Haar
Tel.: 089/46002-861
E-Mail: info@buergerstiftunghaar.de



Wir wollen etwas bewegen und Gutes tun für die Menschen in Haar. Helfen Sie uns bitte dabei.

Kreissparkasse München-Starnberg-Ebersberg
BIC BYLADEM1KMS
Spendenkonto IBAN DE85 7025 0150 0022 4859 32

Münchner Bank
BIC GENODEF1M01
Zustifterkonto IBAN DE98 7019 0000 0100 0069 39
Spendenkonto IBAN DE54 7019 0000 0000 0069 39



Konzentrations- / Knigge für Kids

Marburger Konzentrations- / Knigge für Kids

Für Grundschüler:innen der 1. und 2. Klasse

Bitte beachten: Am letzten Kurstag findet in den letzten 30 Minuten ein Elternabend statt.

Bitte mitbringen: Stifte bzw. Federmäppchen

K0200

€ 99,00

Isabel Lönne, Trainerin MKT

ab Mittwoch, 10.06.2026, 6x 16:00 - 17:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07



Für Grundschüler:innen der 3. und 4. Klasse

K0201

€ 99,00

Isabel Lönne, Trainerin MKT

ab Mittwoch, 15.04.2026, 6x 16:00 - 17:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07



Knigge für Kids für Alltag und Schule

Von 8 bis 12 Jahren

Bitte mitbringen: Brotzeit und Trinken

K0203

€ 20,00

Sophie R. Schönhofer, Pädagogin

am Samstag, 25.04.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15



HINWEIS:

Sie benötigen eine Beratung,
haben Anregungen oder Fragen?

Rufen Sie einfach an.

089/46002-800

Selbstbehauptungs- / Selbstsicherheitstraining

Selbstbehauptungs-/Selbstsicherheitstraining

Für Mädchen von 6 bis 8 Jahren

Starke Mädchen wehren sich, starke Mädchen bleiben cool.

K0300

€ 37,50

Sarah Aksakal, Erzieherin

am Samstag, 07.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15



Für Mädchen von 9 bis 12 Jahren

K0301

€ 37,50

Sarah Aksakal, Erzieherin

am Samstag, 18.04.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15



Für Mädchen von 13 bis 17 Jahren

K0302

€ 37,50

Sarah Aksakal, Erzieherin

am Samstag, 04.07.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15



Selbstbehauptungs-/Selbstsicherheitstraining

Für Jungs von 6 bis 8 Jahren

Starke Jungs schützen sich, starke Jungs bleiben cool.

K0303

€ 37,50

Sarah Aksakal, Erzieherin

am Samstag, 14.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 15



Naturwissenschaften / Frühes Forschen

Ein Tag im Wald

Von 7 bis 12 Jahren

Bitte mitbringen: 2 € Materialkosten, wettergerechte Kleidung, Sitzunterlage, Brotzeit u. Getränk

K3001 € 25,00

Ute Heidegger, Wildnispädagogin, Kinderpflegerin
am Samstag, 11.07.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Treffpunkt: Haar, Bahnhofplatz 4a, vor dem Eiscafé Firenze



Wir bauen eine Nisthilfe für Wildbienen

Ab 8 Jahren

Bitte beachten: Materialkosten in Höhe von 15,00 € sind inklusive

K3003 € 36,00

Janik Gahr, Betreiber des Blogs „BioGartenLiving“
am Samstag, 02.05.2026, 10:00 - 13:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04



Frühes Forschen: Es kracht und fliegt in die Luft

Von 4 bis 6 Jahren

Bitte beachten: Materialkosten von 2,50 € werden im Kurs abgerechnet.

Bitte mitbringen: Hausschuhe, kleine Brotzeit und Getränk

K3006 € 19,00

Julia Waibel, Referentin Bildung für nachhalt. Entwickl.
am Mittwoch, 25.03.2026, 15:00 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04



Von 7 bis 10 Jahren

K3007 € 19,00

Julia Waibel, Referentin Bildung für nachhalt. Entwickl.
am Mittwoch, 25.03.2026, 16:45 - 18:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04



Frühes Forschen: Vulkane, Tornados und weitere Naturgewalten

Von 4 bis 6 Jahren

Bitte beachten: Materialkosten von 2,50 € werden im Kurs abgerechnet.

Bitte mitbringen: Hausschuhe, kleine Brotzeit und Getränk

K3008 € 19,00

Julia Waibel, Referentin Bildung für nachhalt. Entwickl.
am Mittwoch, 20.05.2026, 15:00 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04



Von 7 bis 10 Jahren

K3009 € 19,00

Julia Waibel, Referentin Bildung für nachhalt. Entwickl.
am Mittwoch, 20.05.2026, 16:45 - 18:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04





Frühes Forschen: Das Gleichgewicht

Von 5 bis 7 Jahren

Bitte beachten: Materialkosten von 2,50 € werden im Kurs abgerechnet.

Bitte mitbringen: Hausschuhe, kleine Brotzeit und Getränk

K3010 **NEU** € 19,00

Gabriele Wappler, Diplom-Informatikerin (FH)
am Montag, 15.06.2026, 15:00 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04



Von 8 bis 10 Jahren

K3011 **NEU** € 19,00

Gabriele Wappler, Diplom-Informatikerin (FH)
am Montag, 15.06.2026, 16:45 - 18:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04



Frühes Forschen: Plitsch, Platsch – Wasser-spaß! Spannende Experimente mit H₂O

Von 4 bis 6 Jahren

Bitte beachten: Materialkosten von 2,50 € werden im Kurs abgerechnet.

Bitte mitbringen: Hausschuhe, kleine Brotzeit und Getränk

K3012 € 19,00

Julia Waibel, Referentin Bildung für nachhalt. Entwickl.
am Mittwoch, 22.07.2026, 15:00 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04



Von 7 bis 10 Jahren

K3013 € 19,00

Julia Waibel, Referentin Bildung für nachhalt. Entwickl.
am Mittwoch, 22.07.2026, 16:45 - 18:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04



Computer

10-Finger-Schreiben in wenigen Stunden

Bitte beachten: Der Kurs findet 2-mal wöchentlich, dienstags und donnerstags, statt.

Bitte mitbringen: Stift und ein Tuch

K6001 € 98,00

Renate Wachutka, Programmiererin
ab Dienstag, 14.04.2026, 5x 16:30 - 18:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01



Englisch

Englisch für Kinder

Von 5 bis 7 Jahren

Bitte mitbringen: Schere, Kleber, Buntstifte

K7100 € 157,50

Elaine Friedrich, Sozialpädagogin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 15:45 - 17:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07





ENTDECKE DEINE KREATIVITÄT

Zeichnen / Malen / Basteln



Zeichnen ist gar nicht schwer!

Kinder und Jugendliche ab 9 Jahren

Bitte mitbringen: Zeichenblock, Bleistifte (HB, 2B, 4B, 6B), Bunt- und Lieblingsstifte

K4101 € 128,00

Anna Arndt, Freischaffende Künstlerin

ab Mittwoch, 04.03.2026, 12x 16:00 - 17:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 27

K4102 € 128,00

Anna Arndt, Freischaffende Künstlerin

ab Mittwoch, 04.03.2026, 12x 17:30 - 19:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 27



Malen wie „Der blaue Reiter“

Von 5 bis 9 Jahren

Bitte mitbringen: Malkittel, Brotzeit, Getränk

Materialkosten: € 4,00, werden im Kurs abgerechnet

K4109 € 23,00

Dr. Anna Maria Chitano Nordmann, Pädagogin

am Samstag, 11.07.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05

Freies Malen

Von 4 bis 9 Jahren

Bitte mitbringen: Malkittel, Brotzeit, Getränk

Materialkosten: € 4,00, werden im Kurs abgerechnet

K4110 € 23,00

Dr. Anna Maria Chitano Nordmann, Pädagogin

am Samstag, 20.06.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 05



Frohes Frühlingsbasteln

Ab 6 Jahren

Bitte mitbringen: Schere, Uhu, Buntstifte, Brotzeit und Getränk

Materialkosten: € 4,00, werden im Kurs abgerechnet

K4305 € 23,00

Dr. Anna Maria Chitano Nordmann, Kunstpädagogin

am Samstag, 28.03.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04

Holzstecken kreativ gestalten

Ab 5 Jahren

Bitte mitbringen: kleine Brotzeit und Getränk

Materialkosten: € 4,00, werden im Kurs abgerechnet

K4316 € 23,00

Ute Heidegger, Wildnispädagogin, Kinderpflegerin
am Sonntag, 19.04.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04

Ritter und mehr - Kunst wie im Mittelalter: Farben aus Pigmenten selber herstellen

Ab 7 Jahren

Bitte mitbringen: kleine Brotzeit, Malkittel, Leinwand
Größe ca. Din A3 (je nach Vorliebe), Malbecher

Materialkosten: € 5,00, werden im Kurs abgerechnet

K4317 € 23,00

Didi Richter, Künstlerin und Kunstpädagogin
am Sonntag, 12.04.2026, 09:30 - 12:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04

Filzen für Kinder - Tiere

Ab 7 Jahren

Bitte mitbringen: Plastikschüssel, Handtuch, kleine Brotzeit
Materialkosten: nach Verbrauch ca. € 6,00 - 9,00, werden
im Kurs abgerechnet

K4318 € 23,00

Didi Richter, Künstlerin und Kunstpädagogin
am Sonntag, 12.04.2026, 13:30 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04

Zaubern

Aktuell im Frühling - Zaubern mit dem Osterhasen

Ab 5 Jahren

Materialkosten: € 9,50, bitte abgezählt im Umschlag
mitbringen

K4321 € 24,00

Petra Rhinow, Kunstpädagogin
am Mittwoch, 25.03.2026, 15:30 - 17:45 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04

Neues Schnupperzaubern - Simalabim für große Kinder und Jugendliche

Ab 8 Jahren

Materialkosten: € 9,50, bitte abgezählt im Umschlag
mitbringen

K4322 € 24,00

Petra Rhinow, Kunstpädagogin
am Montag, 20.04.2026, 16:00 - 18:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04

Silberschmieden

Silberschmieden - Ferienkurs

Ab der 5. Klasse

Materialkosten: ca. € 20,00, werden im Kurs abgerechnet

K4350 € 68,00

Michaela Schaab, Goldschmiedin
ab Montag, 30.03.2026, 3x 09:30 - 12:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 06

K4351 € 68,00

Michaela Schaab, Goldschmiedin
ab Mittwoch, 03.06.2026, 3x 09:30 - 12:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 06



Töpfern

Töpfern

Kinder und Jugendliche

Bitte mitbringen: Schürze, Brotzeit, Getränk

Materialkosten: Material wird zur Verfügung gestellt, nach
Verbrauch berechnet, Material wird zur Verfügung gestellt
und nach Verbrauch berechnet, 12 €/kg feuchten Ton

K4366 € 46,00

Dr. Anna Maria Chitano Nordmann, Pädagogin
am Samstag, 16.05.2026, 10:00 - 13:00 Uhr,
am Samstag, 23.05.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04

Töpfern für Familien

Mit Kind ab 7 Jahren

Bitte beachten: Elternteil und Kind anmelden, Gebühr ist
pro TN

Bitte mitbringen: Schürze, Brotzeit, Getränk

Materialkosten: werden nach Verbrauch direkt mit der
Kursleiterin abgerechnet, 15 €/kg Ton gebrannte und
glasierte Keramik

K4367 € 70,00

Gabriele Müller, Lehrerin
ab Samstag, 27.06.2026, 3x 10:00 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 04

Kochen und Genießen

Kochkurs: kochen - backen - zusammen essen

Von 6 bis 11 Jahren

Willst du auch mal für deine Eltern kochen? Hier kannst du lernen, in wenigen und einfachen Schritten ein leckeres Menü aus Vor-, Haupt- sowie Nachspeise auf den Tisch zu zaubern (und es natürlich auch probieren)!

Bitte beachten: Lebensmittelkosten von 8,00 € sind inklusive.

Bitte mitbringen: Schürze, 2 Geschirrtücher, 2 Schwammtücher, Gefäße für Reste

K8900 € 33,00

Maria Volpe,
am Samstag, 14.03.2026, 09:00 - 12:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 12

K8901 € 33,00

Maria Volpe,
am Samstag, 09.05.2026, 09:00 - 12:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 12

K8902 € 33,00

Maria Volpe,
am Samstag, 27.06.2026, 09:00 - 12:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schulküche UG 12



Eisdiplom

Alles über die handwerkliche Eisherstellung

Das Eiseminar bietet Kindern einen Blick in die Produktion ihrer Lieblingsleckerei. Wie wird original italienisches, handwerkliches Eis ohne Konservierungsstoffe hergestellt? Welches Eis gibt es überhaupt? Nach dem Vortrag dürfen sich die Kinder einen Becher des eigens hergestellten Eises schmecken lassen.

Eis essen, 1 alkoholfreies Getränk und Teilnahme-Diplom ist in der Kursgebühr enthalten.

K8910 € 18,00

Rolando Nardi,
am Freitag, 26.06.2026, 16:00 - 17:30 Uhr
Treffpunkt: Eis Cafe Firenze, Bahnhofplatz 4a, ,

BLEIB IN BEWEGUNG



Tanz

Kreativer Kindertanz

Von 3,5 bis 5,5 Jahren

K9100 € 75,00

Yvonne Kraus, Tanzpädagogin und Tänzerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 15x 15:15 - 16:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

K9101 € 75,00

Yvonne Kraus, Tanzpädagogin und Tänzerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 15x 16:00 - 16:45 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

K9103 € 75,00

Yvonne Kraus, Tanzpädagogin und Tänzerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 14x 15:30 - 16:15 Uhr
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Übungsraum 2

Modern Dance und Tanzspiele für Kinder

Von 6 bis 9 Jahren

K9104 € 75,00

Yvonne Kraus, Tanzpädagogin und Tänzerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 14x 16:15 - 17:00 Uhr
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Übungsraum 2

K9105 € 75,00

Yvonne Kraus, Tanzpädagogin und Tänzerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 14x 17:00 - 17:45 Uhr
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Übungsraum 2

K9106 € 75,00

Yvonne Kraus, Tanzpädagogin und Tänzerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 15x 16:45 - 17:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

K-Pop Workshop für Jugendliche ab 10 Jahren

K9110 **NEU**

€ 40,00

Lorena Böhm, K-Pop Tänzerin und Tanzlehrerin
am Samstag, 07.03.2026, 12:00 - 14:00 Uhr,
am Sonntag, 08.03.2026, 14:00 - 16:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01



Let's move - erste Schritte ins Tanzleben ab 12 Jahren

K9111 **NEU**

€ 40,00

Lorena Böhm, Hip Hop Tänzerin und Tanzlehrerin
am Samstag, 14.03.2026, 12:00 - 14:00 Uhr,
am Sonntag, 15.03.2026, 14:00 - 16:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01



Dozentin Lorena Böhm

Familienyoga

Familienyoga - Workshop am Sonntag

Für Kinder ab 4,5 Jahren und mind. einer Begleitperson
(auch Nicht-Yogis)

Gebühr für Erwachsene EUR 12,00, für Kinder EUR 8,00.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränk und evtl.
leichte Decke

12950

€ 12,00

Yogesh Rao, Yogalehrer
am Sonntag, 26.04.2026, 11:00 - 12:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

12951

€ 12,00

Yogesh Rao, Yogalehrer
am Sonntag, 17.05.2026, 11:00 - 12:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

12952

€ 12,00

Yogesh Rao, Yogalehrer
am Sonntag, 28.06.2026, 11:00 - 12:30 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

Eltern-Kind-Turnen

Eltern-Kind-Turnen Abenteuerspielplatz Turnhalle

für 1- bis 3,5jährige Kinder

17800

€ 90,00

Kathleen Kober, Fitnesstrainerin für Kinder u. Erwachsene
ab Montag, 02.03.2026, 17x 09:00 - 10:00 Uhr
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Gymnastikraum

17801

€ 90,00

Kathleen Kober, Fitnesstrainerin für Kinder u. Erwachsene
ab Montag, 02.03.2026, 17x 10:00 - 11:00 Uhr
Sport- u. Freizeitpark, Höglweg 3, Gymnastikraum

Dance like your Icons

Dance like your Icons

ab 18 Jahren

16495 **NEU**

€ 40,00

Joy Schmidt
ab Donnerstag, 23.04.2026, 4x 18:00 - 19:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

Schwimmen



Kinderschwimmen - Anfänger:innen

Ab 5 Jahren

K9201 € 150,00

Anja Schmidseider, Irene Dötz, Aquatrainer:innen der vhs Haar

ab Sonntag, 01.03.2026, 15x 13:15 - 13:55 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

Kinderschwimmen mit Vorkenntnissen

Ab ca. 6 Jahren - Seepferdchen möglich

K9202 € 150,00

Anja Schmidseider, Irene Dötz, Aquatrainer:innen der vhs Haar

ab Sonntag, 01.03.2026, 15x 14:05 - 14:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

K9203 € 150,00

Anja Schmidseider, Irene Dötz, Aquatrainer:innen der vhs Haar

ab Sonntag, 01.03.2026, 15x 14:55 - 15:35 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

K9205 € 150,00

Anja Schmidseider, Irene Dötz, Aquatrainer:innen der vhs Haar

ab Sonntag, 01.03.2026, 15x 15:45 - 16:25 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

Kinderschwimmen - Vorbereitung Bronze

Ab 6 Jahren - Voraussetzung: Seepferdchen

K9206 € 157,00

Anja Schmidseider, Irene Dötz, Aquatrainer:innen der vhs Haar

ab Sonntag, 01.03.2026, 15x 16:35 - 17:20 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

Kinderschwimmen Bronze

Ab 6 Jahren - Voraussetzung: Seepferdchen

K9207 € 157,00

Anja Schmidseider, Irene Dötz, Aquatrainer:innen der vhs Haar

ab Sonntag, 01.03.2026, 15x 17:30 - 18:15 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

Immer aktuell informiert!

Follow us
on Instagram



Volkshochschule Haar

Outdoor

Inline-Skating auf gerader Fläche

Anfänger:innen - Von 6 bis 12 Jahren

K9300

€ 22,00

Peter Köbl-Völk, Trainer-Team Ausbilder des Dilv
am Mittwoch, 08.04.2026, 10:00 - 12:00 Uhr
Treffpunkt: Wieselweg, Skateboardanlage beim Gorillaberg

Aufbaukurs - Von 6 bis 12 Jahren

K9301

€ 22,00

Peter Köbl-Völk, Trainer-Team Ausbilder des Dilv
am Freitag, 29.05.2026, 10:00 - 12:00 Uhr
Treffpunkt: Wieselweg, Skateboardanlage beim Gorillaberg



Voltigieren beim Welt- und Europameister

Von 6 bis 12 Jahren

K9306

€ 35,00

Jutta Wolf, Voltigiertrainer:in Voltigierverein Ingelsberg e. V.
am Freitag, 10.04.2026, 11:00 - 13:00 Uhr
Reitsportzentrum Vaterstetten, Johann-Sebastian-Bach-Str. 50



Hobby-Horsing Workshop

von 6 - 14 Jahren

Die Steckenpferde können von der Dozentin ausgeliehen werden..

K9307 **NEU**

€ 20,00

Ria Koch, Trainerin für Hobby-Horsing
am Samstag, 18.04.2026, 14:30 - 16:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02



Dozentin Ria Koch

Immer aktuell informiert!



1. Geltungsbereich

1.1. Diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen (nachfolgend „AGB“) der Volkshochschule Haar e. V. (nachfolgend „vhs“), gelten für alle Verträge, die ein Verbraucher oder Unternehmer (nachfolgend „Kunde“) 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 widersprochen, es sei denn, es ist ausdrücklich etwas anderes vereinbart.

1.2. Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der vhs. Insoweit tritt die vhs lediglich als Vermittler auf. In diesen Fällen entsteht kein Vertragsverhältnis zwischen der vhs und dem Kunden.

1.3. Bei Veranstaltungen, die in Zusammenarbeit mit anderen Volkshochschulen angeboten werden, gelten die Teilnahmebedingungen der jeweils veranstaltenden Volkshochschule.

2. Teilnahme

Das Angebot der vhs steht allen offen. Müssen im Einzelfall zur Teilnahme bestimmte Voraussetzungen erfüllt werden, wird dies in der Programmankündigung vermerkt. An den Veranstaltungen kann jede(r) teilnehmen, der/die sich ordnungsgemäß angemeldet hat und/oder die Voraussetzungen zur Teilnahme erfüllt. Minderjährige müssen durch die Erziehungsberechtigten angemeldet werden. Zu Kursen für Erwachsene können Personen unter 15 Jahren nur in Ausnahmefällen und in Absprache mit der vhs zugelassen werden.

3. Anmeldung

3.1. Die Anmeldung ist über die vhs Homepage, schriftlich, telefonisch oder persönlich möglich.

3.2. Die vhs vergibt die freien Plätze nach zeitlicher Reihenfolge der Anmeldung.

3.3. Eine schriftliche Bestätigung erfolgt ausschließlich per E-Mail, wenn diese der vhs vorliegt.

4. Vertragsschluss bei Fernabsatzverträgen

Bei Fernabsatzverträgen erfolgt der Vertragsschluss zwischen der vhs und dem Kunden nach folgender Maßgabe:

4.1. Die auf der Website oder in Printmedien der vhs beschriebenen Veranstaltungen stellen keine verbindlichen Angebote seitens der vhs dar, sondern dienen lediglich als Einladung zur Abgabe eines verbindlichen Angebots durch den Kunden.

4.2. Der Kunde kann sein Angebot postalisch, telefonisch, per Telefax oder per E-Mail gegenüber der vhs abgeben. Bei einer Buchung über die Website der vhs kann der Kunde das Angebot auch über das in die Website der vhs integrierte Online-Anmeldeformular abgeben. Dabei gibt der Kunde, nachdem er die ausgewählten Veranstaltungen in den virtuellen Warenkorb gelegt und den elektronischen Bestellprozess durchlaufen hat, durch Klicken des den Bestellvorgang abschließenden Buttons ein rechtlich verbindliches Vertragsangebot in Bezug auf die im Warenkorb enthaltenen Veranstaltungen ab.

4.3. Die vhs kann das Angebot des Kunden innerhalb von 14 Tagen annehmen,

* indem sie dem Kunden eine schriftliche Anmeldebestätigung oder eine Anmeldebestätigung in Textform (Fax oder E-Mail) übermittelt, wobei insoweit der Zugang der Anmeldebestätigung beim Kunden maßgeblich ist, oder

* indem sie den Kunden nach Abgabe von dessen Bestellung zur Zahlung auffordert oder

* indem sie im Falle des SEPA-Lastschriftverfahrens die Teilnahmegebühr vom Bankkonto des Kunden einzieht.

Liegen mehrere der vorgenannten Alternativen vor, kommt der Vertrag in dem Zeitpunkt zustande, in dem eine der vorgenannten Alternativen zuerst eintritt. Nimmt die vhs das Angebot des Kunden innerhalb vorgenannter Frist nicht an, so gilt dies als Ablehnung des Angebots mit der Folge, dass der Kunde nicht mehr an seine Willenserklärung gebunden ist. Gleiches gilt für den Fall, dass die vom Kunden ausgewählte Veranstaltung schon vor Ablauf der Annahmefrist beginnt und die vhs das Angebot des Kunden nicht bis spätestens 24 Stunden vor Beginn der Veranstaltung annimmt, sofern zwischen den Parteien nichts anderes vereinbart wurde.

4.4. Die Frist zur Annahme des Angebots beginnt am Tag nach der Absendung des Angebots durch den Kunden zu laufen und endet mit dem Ablauf des 14. Tages, welcher auf die Absendung des Angebots folgt.

4.5. Bei einer Buchung über die Website der vhs wird der Vertragstext von der vhs gespeichert und dem Kunden nach Absendung seines Angebots nebst den vorliegenden AGB in Textform per E-Mail zugesandt. Der Vertragstext kann vom Kunden nach Absendung seines Angebots jedoch nicht mehr über die Website der vhs abgerufen werden.

4.6. Vor verbindlicher Abgabe des Angebots über das Online-Anmeldeformular der vhs kann der Kunde seine Eingaben laufend über die üblichen Tastatur- und Mausfunktionen korrigieren. Darüber hinaus werden alle Eingaben vor der verbindlichen Abgabe des Angebots noch einmal in einem Bestätigungsfenster angezeigt und können auch dort mittels der üblichen Tastatur- und Mausfunktionen korrigiert werden.

4.7. Für den Vertragsschluss steht ausschließlich die deutsche Sprache zur Verfügung.

4.8. Meldet der Kunde weitere Teilnehmer:innen für eine Veranstaltung an, verpflichtet er sich, auch für die vertraglichen Verpflichtungen aller von ihm angemeldeten Teilnehmer:innen einzustehen, sofern er bei der Anmeldung eine entsprechende Erklärung abgibt.

5. Zahlungsbedingungen

5.1. Sofern sich aus dem Angebot der vhs nichts anderes ergibt, handelt es sich bei der angegebenen Teilnahmegebühr um einen Gesamtpreis (inklusive etwaiger Steuern) für die Kursteilnahme.

5.2. Kosten für Anreise, Übernachtung und Verpflegung sowie Eintritte und Materialkosten sind nicht in der Teilnahmegebühr inbegriffen und vom Kunden zu tragen, sofern sich aus der Kursbeschreibung der vhs nichts anderes ergibt.

5.3. Dem Kunden stehen verschiedene Zahlungsmöglichkeiten zur Verfügung, die auf der Website bzw. in den Printmedien der vhs angegeben werden.

5.4. Die Teilnahmegebühr wird sofort zur Zahlung fällig.

5.5. Bei Teilnahme am SEPA-Lastschriftverfahren wird beim Kunden/Kontoinhaber die Teilnahmegebühr frühestens 21 Tage vor Kursbeginn eingezogen. Der vhs entstehende Kosten durch falsche oder erloschene Kontodaten werden an den Kunden weitergegeben. Prüfungsgebühren (Deutsch) werden 4 Wochen vor Prüfungstermin eingezogen.

5.6. Zahlt der Kunde die fällige Teilnahmegebühr nicht, kann die vhs dem Kunden eine angemessene Nachfrist zur Bezahlung setzen und bei fruchtlosem Fristablauf vom Vertrag zurücktreten. In diesem Fall ist der Kunde vorbehaltlich weitergehender Ansprüche verpflichtet, der vhs für die Bearbeitung des Anmeldevorgangs eine pauschale Aufwandsentschädigung in Höhe von 5% der Teilnahmegebühr, höchstens jedoch einen Betrag von 20,00 Euro zu bezahlen. Dem Kunden wird jedoch der Nachweis gestattet, dass die tatsächlichen Kosten nicht entstanden sind oder wesentlich niedriger sind als die vereinbarte Pauschale.

6. Ermäßigungen

6.1. Ermäßigungen werden ab einer Teilnahmegebühr von 25 € gewährt. Es sei denn, es ist in der Kursausschreibung anders ausgeschrieben.

6.2. 25 % Ermäßigung wird gewährt für: Schüler:innen, Auszubildende und Studierende bis zum vollendeten 26. Lebensjahr, Absolvent:innen des freiwilligen sozialen Jahres und des Bundesfreiwilligendienstes, Schwerbehinderte ab 50 %, Familien mit mindestens 3 Kindern, Personen mit Ehrenamtskarte. 25 % Ermäßigung erhalten Geschwisterkinder im gleichen Kurs im Bereich „junge vhs“ (unabhängig von der Höhe der Teilnahmegebühr). Ermäßigung für Schüler und Auszubildende wird im Bereich „junge vhs“ nicht gewährt.

50 % Ermäßigung erhalten Personen, die Bürgergeld, Grundsicherung oder Unterstützung als Asylbewerber beziehen sowie Personen mit Landkreis- oder München-Pass.

50 % Ermäßigung erhalten aktive Kursleiter:innen des laufenden Semesters.

6.3. Alle Ermäßigungsberechtigte können die Ermäßigung nach Vorlage eines gültigen Nachweises beantragen.

6.4. Ausgenommen von der Ermäßigung sind Kurse unter 25 € Teilnahmegebühr, Integrationskurse, Exkursionen, Studienfahrten und -reisen, Prüfungsgebühren sowie Kurse aus Drittmittelfinanzierung. Auf Materialkosten kann keine Ermäßigung gewährt werden.

7. Teilnahmeberechtigung, Vertragsübertragung

7.1. Teilnahmeberechtigt ist nur die in der Anmeldebestätigung namentlich genannte Person. Eine Vertragsübertragung auf einen Dritten ist nur mit Zustimmung der vhs in Textform möglich.

7.2. Tritt ein Dritter in den Vertrag zwischen dem Kunden und der vhs ein, so haften er und der Kunde der vhs als Gesamtschuldner für die Teilnahmegebühr und für die der vhs durch den Eintritt des Dritten gegebenenfalls entstehenden Mehrkosten.

8. Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl

8.1. Sofern sich aus der Kursbeschreibung oder der Anmeldebestätigung der vhs nichts anderes ergibt, gilt für Veranstaltungen der vhs eine Mindestteilnehmerzahl von 15.

8.2. Bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl kann die vhs bis spätestens 3 Tage vor Kursbeginn durch Erklärung gegenüber dem Kunden vom Vertrag zurücktreten.

8.3. Die vhs wird dem Kunden die Erklärung nach Ziffer 8.2 unverzüglich nach Kenntnis der nicht erreichten Teilnehmerzahl, spätestens bis 3 Tage vor Kursbeginn zugehen lassen.

8.4. Macht die vhs von ihrem Rücktrittsrecht nach Ziffer 8.2 Gebrauch, so kann der Kunde die Teilnahme an einer mindestens gleichwertigen anderen Veranstaltung verlangen, wenn die vhs in der Lage ist, eine solche Veranstaltung ohne Mehrpreis für den Kunden aus ihrem Angebot anzubieten.

8.5. Der Kunde hat sein Recht nach Ziffer 8.4 unverzüglich nach Zugang der Erklärung der vhs dieser gegenüber geltend zu machen.

8.6. Macht der Kunde nicht von seinem Recht nach Ziffer 8.4 Gebrauch oder kann die vhs seinem Verlangen nicht nachkommen, so wird die vhs dem Kunden eine gegebenenfalls bereits gezahlte Teilnahmegebühr unverzüglich zurückerstatten.

9. Stornierung, Änderung oder Ausfall der Veranstaltung

9.1. Storniert der Kunde seine Teilnahme, so ist dies eine volle Woche vor Beginn der gebuchten Veranstaltung kostenlos möglich. Die Stornierungserklärung muss in Textform erfolgen. Bei Stornierungen danach ist die volle Teilnahmegebühr fällig. Bei Studienreisen und Kooperationsveranstaltungen können abweichende Stornierungsfristen gelten. Des Weiteren bei Prüfungen, für die – je nach Prüfungstyp – längere Stornierungsfristen gelten. Bei nicht wahrgenommenen Prüfungsterminen werden die vom Prüfungszentrum der vhs in Rechnung gestellten Prüfungsgebühren an den Kunden weiterbelastet. Abweichende Stornierungsfristen sind in der Ausschreibung vermerkt.

9.2. Fernbleiben entbindet nicht von der Zahlungspflicht.

9.3. Die vhs behält sich vor, Zeit, Ort, Dozent und/oder Inhalt der Veranstaltung zu ändern, sofern hierfür ein sachlicher Grund vorliegt und die Änderung unter Berücksichtigung der Interessen der vhs für den Kunden zumutbar ist. Zumutbar sind nur unerhebliche Leistungsänderungen, die nach Vertragsabschluss notwendig werden und nicht von der vhs wider Treu und Glauben herbeigeführt wurden. Die vhs wird den Kunden im Falle einer Änderung von Zeit, Ort, Dozent:in und/oder Inhalt der Veranstaltung rechtzeitig hierüber informieren.

9.4. Bei einer erheblichen Leistungsänderung kann der Kunde kostenlos vom Vertrag zurücktreten oder stattdessen die Teilnahme an einer mindestens gleichwertigen anderen Veranstaltung verlangen, wenn die vhs in der Lage ist, eine solche Veranstaltung ohne Mehrpreis für den Kunden aus ihrem Angebot anzubieten.

9.5. Die vhs ist berechtigt, eine Veranstaltung in ein Online-Seminar oder in eine hybride Veranstaltung im Sinne von Ziffer 10 zu ändern, sofern hierfür ein sachlicher Grund besteht. Der Kunde ist in diesem Fall berechtigt vom Vertrag zurückzutreten oder stattdessen die Teilnahme an einer mindestens gleichwertigen anderen Veranstaltung verlangen, wenn die vhs in der Lage ist, eine solche Veranstaltung ohne Mehrpreis für den Kunden aus ihrem Angebot anzubieten.

9.6. Die Rechte nach Ziffer 9.4 und 9.5 hat der Kunde unverzüglich nach der Information der vhs über die Leistungsänderung dieser gegenüber geltend zu machen. Macht der Kunde von seinem Rücktrittsrecht nach Ziffer 9.4 und Ziffer 9.5 Gebrauch, hat die vhs dem Kunden eine gegebenenfalls bereits gezahlte Teilnahmegebühr unverzüglich zurückerstatten.

9.7. Die vhs ist berechtigt, die Veranstaltung aus wichtigen Gründen, wie etwa höherer Gewalt oder Erkrankung von Kursleiter:innen kurzfristig gegen volle Erstattung einer ggf. bereits gezahlten Teilnahmegebühr abzusagen. Die vhs wird sich bei Ausfall der Veranstaltung um einen Ersatztermin bemühen. Dieser wird den Kunden, die von der Absage betroffen sind, unverzüglich angeboten. Hierdurch entsteht keine Verpflichtung der betroffenen Kunden, diesen Ersatztermin anzunehmen und die Teilnahmegebühr hierfür zu entrichten.

10. Teilnahme an Online-Seminaren und hybriden Veranstaltungen

10.1. Zur Teilnahme an Online-Seminaren und hybriden Veranstaltungen sind nur die in der Anmeldebestätigung namentlich genannten Personen berechtigt. Für eine Vertragsübertragung auf dritte Personen gilt Ziff. 7 entsprechend.

10.2. Die nach Ziff. 10.1 zur Teilnahme an Online-Seminaren und hybriden Veranstaltungen Berechtigten, dürfen weder dritten Personen Zugriff auf ihren Teilnehmeraccount und/oder ihren Computerbildschirm einräumen und dritten Personen dadurch eine Teilnahme an einem Online-Seminar oder einer hybriden Veranstaltung ermöglichen noch zusammen mit dritten Personen über ihren Teilnehmeraccount und/oder ihren Computerbildschirm an einem Online-Seminar oder einer hybriden Veranstaltung teilnehmen.

10.3. Die Teilnehmer:innen von Online-Seminaren und hybriden Veranstaltungen sind nicht berechtigt, Online-Seminare oder hybride Veranstaltungen aufzuzeichnen und/oder zu speichern und/oder zu vervielfältigen und/oder zu verbreiten und/oder über das Internet öffentlich zugänglich zu machen und/oder in jeder sonstigen Form in Bild und/oder Ton zu veröffentlichen.

10.4. Bei Online-Seminaren und hybriden Veranstaltungen können Einschränkungen und Beeinträchtigungen entstehen, die außerhalb des Einflussbereichs der vhs liegen. Hierunter fallen insbesondere die von der vhs nicht beeinflussbaren technischen Bedingungen des Internets sowie Störungen in der technischen Infrastruktur Dritter. Dies hat keinerlei Auswirkung auf die Vertragsgemäßheit der von vhs erbrachten Leistungen.

11. Bereitstellung digitaler Inhalte

11.1 Sofern die vhs dem Kunden im Zusammenhang mit der Teilnahme an Veranstaltungen - einschließlich Online-Seminaren und hybriden Veranstaltungen – digitale Inhalte im Sinne von § 327 Abs. 2 BGB (insbesondere E-Books und andere Textdateien sowie Audio- und Videodateien) zur Verfügung bereitstellt, schuldet die vhs die Bereitstellung im Zeitpunkt des Veranstaltungsbegins, sofern sich aus dem Angebot der vhs nichts anderes ergibt.

11.2 Sofern sich aus dem Angebot der vhs nichts anderes ergibt, ist die Bereitstellung digitaler Inhalte durch die vhs mit Zahlung der Teilnahmegebühr im Sinne von Ziffer 5 abgegolten.

12. Teilnahmebescheinigung

Teilnahmebescheinigungen können nur binnen eines Jahres nach Kursende ausgestellt werden, wenn mindestens 80% der Unterrichtsstunden besucht wurden. Diese können angefordert und gegen eine Gebühr von 3 € im vhs Büro abgeholt bzw. gegen eine Gebühr von 4 € (Vorkasse) zugesandt werden. Für Integrationskurse gelten gesonderte Regelungen.

13. Nutzungsrechte

13.1. Die in der Veranstaltung verwendeten Materialien einschließlich der Kursunterlagen und gegebenenfalls von der vhs bereitgestellter digitaler Inhalte sind urheberrechtlich geschützt.

13.2. Die vhs ist Inhaberin sämtlicher Nutzungsrechte an den Materialien, die zur Durchführung der Veranstaltung erforderlich sind. Dies gilt auch im Hinblick auf Kursunterlagen und digitale Inhalte, die dem Kunden gegebenenfalls im Zusammenhang mit der Veranstaltung überlassen bzw. bereitgestellt werden.

13.3. Der Kunde darf die Inhalte der Veranstaltung einschließlich gegebenenfalls überlassener Kursunterlagen und bereitgestellter digitaler Inhalte lediglich in dem Umfang nutzen, der nach dem von beiden Parteien zugrunde gelegten Vertragszweck erforderlich ist. Ohne gesonderte vorherige Erlaubnis der vhs ist der Kunde insbesondere nicht berechtigt, die Veranstaltung oder Teile daraus mittels technischer Hilfsmittel aufzuzeichnen (Bild-, Ton- oder Videoaufnahmen) oder Kursunterlagen zu vervielfältigen, zu verbreiten oder öffentlich zugänglich zu machen.

14. Haftung

Die vhs haftet dem Kunden aus allen vertraglichen, vertragsähnlichen und gesetzlichen, auch deliktischen Ansprüchen auf Schadens- und Aufwendungsersatz wie folgt:

14.1. Die vhs haftet aus jedem Rechtsgrund uneingeschränkt

* bei Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit,

* bei fahrlässiger oder vorsätzlicher Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit,

* aufgrund eines Garantieversprechens, soweit diesbezüglich nichts anderes einzelvertraglich geregelt ist,

* aufgrund zwingender Haftung wie etwa nach dem Produkthaftungsgesetz.

14.2. Verletzt die vhs fahrlässig eine wesentliche Vertragspflicht, ist die Haftung auf den vertragstypischen, vorhersehbaren Schaden begrenzt, sofern nicht gemäß Ziffer 14.1 unbeschränkt gehaftet wird. Wesentliche Vertragspflichten sind Pflichten, die der Vertrag der vhs nach seinem Inhalt zur Erreichung des Vertragszwecks auferlegt, deren Erfüllung die ordnungsgemäße Durchführung des Vertrags überhaupt erst ermöglicht und auf deren Einhaltung der Kunde regelmäßig vertrauen darf.

14.3. Im Übrigen ist eine Haftung der vhs ausgeschlossen.

14.4. Vorstehende Haftungsregelungen gelten auch im Hinblick auf die Haftung der vhs für ihre Erfüllungsgehilfen und gesetzlichen Vertreter.

15. Anwendbares Recht, Gerichtsstand

15.1. Für sämtliche Rechtsbeziehungen der Parteien gilt das Recht der Bundesrepublik Deutschland. Bei Verbrauchern gilt diese Rechtswahl nur insoweit, als dadurch nicht der gewährte Schutz durch zwingende Bestimmungen des Rechts des Staates, in dem der Verbraucher seinen gewöhnlichen Aufenthalt hat, entzogen wird.

15.2. Handelt der Kunde als Kaufmann, juristische Person des öffentlichen Rechts oder öffentlich-rechtliches Sondervermögen mit Sitz im Hoheitsgebiet der Bundesrepublik Deutschland, ist ausschließlicher Gerichtsstand für alle Streitigkeiten aus diesem Vertrag der Geschäftssitz der vhs. Hat der Kunde seinen Sitz außerhalb des Hoheitsgebiets der Bundesrepublik Deutschland, so ist der Geschäftssitz der vhs ausschließlicher Gerichtsstand für alle Streitigkeiten aus diesem Vertrag, wenn der Vertrag oder Ansprüche aus dem Vertrag der beruflichen oder gewerblichen Tätigkeit des Kunden zugerechnet werden können. Die vhs ist in den vorstehenden Fällen jedoch in jedem Fall berechtigt, das Gericht am Sitz des Kunden anzurufen.

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Haar e.V. (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse) kann kein Vertrag geschlossen werden. Altersgruppe und Geschlecht erheben wir für interne Auswertungen und für die amtliche Landesstatistik. Für besondere Kurse, z.B. Babykurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz-, Mobilfunknummer bzw. Ihrer E-Mail-Adresse erfolgt im berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mail-Adresse zur Zusendung von Werbeinformationen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mail-Adresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, Vornamen und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an Kooperationsveranstaltungen werden, wo zur Vertragserfüllung erforderlich, personenbezogene Daten an kooperierende Einrichtungen weitergeleitet. Das sind Name, Vorname und wenige Kontaktdaten (Telefonnummer und e-Mail-Adresse) der Teilnehmenden. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

5. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten: datenschutz@vhs-haar.de

vhs-Newsletter



Hallo!

Sie wollen, wie ich, auch mehr von der vhs Haar? Schnell Newsletter abonnieren.

Einfach QR-Code scannen.

jetzt abonnieren

Zur Anmeldeseite



BILDNACHWEISE

Seite Quelle

- U1 Canva Designecologist von Pexels
1 vhs Haar; Janina Ruthenkolik
2+3 Markus Schellhorn; nmbk_photography; privat; ©Charta der Vielfalt; Initiative Ludwig-Erhard-Preis e.V.
4 Marion Mutschler; nmbk_photography; Markus Schellhorn; privat
5 vhs Haar; Maria_Alberto auf Pixabay; BLWG
6 Initiative Ludwig-Erhard-Preis e.V.; vhs Haar
7 Bayerischer Volkshochschulverband e.V.
8 Canva
9 Canva; EUTB®; Bundesministerium für Arbeit und Soziales®; vhs Haar
10 olia-danilevich - Pexels; andrea-piacquadio - Pexels; max-fischer - Pexels; Fauxels - Pexels
11 Canva
12 Markus Schellhorn; Canva no_limit_pictures; www.derweisserabe.de; Canva NunDigital; Canva literaturkreis.
13 Nicky ????????? auf Pixabay; nmbk_photography; privat
14 Gerd Altmann auf Pixabay; Carlos Castilla
15 Rufus46 - Eigenes Werk, CC BY-SA 3.0; https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=68298376; Dieter Donat auf Pixabay; Canva_wwing
16 Vyacheslav auf Pixabay cross-2395434_1920; ?? ? auf Pixabay; ©Bayerische Volkssternwarte München e.V.;
17 Dt. Akademie der Technikwissenschaften
19 Dt. Akademie der Technikwissenschaften
20 MagnusGuenther - Pixabay;
Von Rudolph Buch - Eigenes Werk, Gemeinfrei, https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=17826144; iira116 auf Pixabay herbsge237a224a_1920;
21 Canva_DAPA Images; hand in hand e.V.; Stadtwerke Haar
22 Gerd Altmann - Pixabay; Wilfried Pohnke auf Pixabay pension-g7d2452c89_1920
23 ElisaRiva - Pexels
24 Canva baseimage; Canva - Michal Collection
25 Canva_agsandrew; privat; bvv
26 Canva Jotily; Canva Flyingmovies; C.Schulze - privat
27 Canva designerpoint von Pixabay; Alfred Pfeuffer – Privat, Ulrich Sebulke – Privat,
28 CanvaGül Isik von Pexels; Canva_Foottoo;
Canva Gül Isik von Pexels; A.Pirkenseer - Privat
29 Canva KarolaG von Pexels
30 Canva remainjorgephotos; Ricardo Volkert - privat
31 Canva Chamille White; A. Arndt - privat; M.Plote - Privat
32 G. von Ende-Pichler - privat; A. Arndt - privat
33 S. Grasser - privat; A. Arndt - privat; E. Marjanovic - privat; A. Bühner-Blaschke - Privat
34 Canva Yasuke Inoue; M. Schaab - privat
35 Canva_barri12; A.Tryandafilidis - privat; Canva jakobchuk
36 Rita Dollberg – Privat; Canva olgaza; A. Kuziuberdina - privat; Canva marilyna
37 Canva shirokova; Canva Beatriz Montes Dura; Canva_Syda_Productions
38 Canva Pavel Danilyuk von Pexel;
Canva_Marius_Dumitrescu_Images; T. Hilmer - Privat
39 Suliman Sallehi von Pexels; nmbk_photography; Privat
40 Oleg Magni – Pexels; Canva_FreezingRain
41 Anna Shvets – Pexels
42 Canva chachamal, PC Spezialist
43 Gerd Altmann auf Pixabay; Canva_South_agency
44 Canva_FloralDeco
45 Canva
47 Canva Juan Moyano; Markus Schellhorn
48 Canva utha778
49 Canva_Nimis69

Seite Quelle

- 50 Canva_demaerre; Pexels
51 Canva_cnythzl; Canva_Gustavo von Pexels; digital designer auf Pixabay
52 Canva shirokova
53 Bürgerstiftung Haar
54 Canva nito100; digital designer auf Pixabay
55 Canva fazon1
56 Canva georgescu-adrians-image; Canva Rudy_Balasko
57 Canva Nimis69; Canva Petr Polak; digital designer auf Pixabay
58 Canva Lorenzo Pacifico; Ricardo Volkert
59 Canva Tomas Sereda
60 Canva sorincolac
61 Canva Mike Jones
63 Canva_BirgitKorber; Privat; bvv
64 Canva franz12;
65 ©Bundesamt für Migration und Flüchtlinge
66 Canva_cnythzl; Canva_kali; Canva - Fotografia Basica
67 Canva_Ezrin Nazan; privat; Markus Schellhorn
68 Peggy und Marco Lachman-Anke auf Pixabay; Canva_xfotostudio; Canva - fabiofoto
69 Canva_mariakraynova; Canva_fascinadora
70 ©Istituto Italiano di Cultura; ©Forum Italia; Canva kstudio
71 Canva - viperagg; Canva; EUTB®; ©BMAS; vhs Haar
72 Canva katecat
73 Canva freemixer
74 Canva weerasaksaeu
75 Canva KarolaG von Pexels
76 Canva FatCamera; Canva_Pressmaster
77 Paul Königler – privat, Stefan Sachs – privat, Maria_Alberto auf Pixabay
78 Canva Fat Camera; Canva Elena Safonova; U. Mirwald - privat, H. Neigenfind-Cerovsky - privat; Canva_jupiterimages
79 I. Grün - privat
80 Canva Robert Kneschke; Canva Karola G von Pexels
81 Canva Robert Kneschke
82 Canva irinakeinanon von Pixabay; M. Wrodarczyk - privat
83 Canva_corelens; Canva_FatCamera
84 Loredana La Rocca; ©Egym Wellpass; Canva gilaxia
85 Canva Pavel1964; Laura Salamano - privat; ©Egym Wellpass
86 U. Mirwald - privat; ©Egym Wellpass; TRX®
87 ©TRX; A. Schuhbauer – privat; Canva Dmitry Rukhelnko; Canva EpicStockMedia
88 Canva Aisedora; Canva PhotoInc
89 O. Pavlova - privat; Lordeana La Rocca
90 J. Schmidt - privat; Canva BrianAJackson
91 Canva powerofforeve; Loredana La Rocca
92 Lordeana La Rocca; Canva nensuria; Pexels
93 Canva_FatCamera
94 Canva_elenavagengeim; Bürgerstiftung Haar
95 Gerd Altmann - Pixabay; olia-danilevich - Pexels
96 Dominika Roseclay_Pexels; Canva Ines Carrara; Canva alphaspirt.it
97 Canva africa images; Canva Rido; Canva nemchinova
98 DevilsApricot - Pixabay; DevilsApricot - Pixabay; vhs Haar; A. Arndt - privat; A. Arndt - privat; Canva_Zolotaosen
99 Canva Jordimorastock
100 Unsplash-hopefilmfoto; Canva pixelshot
101 Canva Ivans von Pexel; L. Böhm - privat
102 Canva dotshock
103 „Canva_Sergey Novikov; Elias Ritter-privat; Canva_MinttuFin; R. Koch privat“
104 Canva
108 Pexels

SEMESTERKALENDER - FRÜHJAHR/SOMMER 2026							
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
März 2026	02.03.	03.03.	04.03.	05.03.	06.03.	07.03.	08.03.
	09.03.	10.03.	11.03.	12.03.	13.03.	14.03.	15.03.
	16.03.	17.03.	18.03.	19.03.	20.03.	21.03.	22.03.
	23.03.	24.03.	25.03.	26.03.	27.03.	28.03.	29.03.
	30.03.	31.03.					
April 2026			01.04.	02.04.	03.04.	04.04.	05.04.
	06.04.	07.04.	08.04.	09.04.	10.04.	11.04.	12.04.
	13.04.	14.04.	15.04.	16.04.	17.04.	18.04.	19.04.
	20.04.	21.04.	22.04.	23.04.	24.04.	25.04.	26.04.
	27.04.	28.04.	29.04.	30.04.			
Mai 2026					01.05.	02.05.	03.05.
	04.05.	05.05.	06.05.	07.05.	08.05.	09.05.	10.05.
	11.05.	12.05.	13.05.	14.05.	15.05.	16.05.	17.05.
	18.05.	19.05.	20.05.	21.05.	22.05.	23.05.	24.05.
	25.05.	26.05.	27.05.	28.05.	29.05.	30.05.	31.05.
Juni 2026	01.06.	02.06.	03.06.	04.06.	05.06.	06.06.	07.06.
	08.06.	09.06.	10.06.	11.06.	12.06.	13.06.	14.06.
	15.06.	16.06.	17.06.	18.06.	19.06.	20.06.	21.06.
	22.06.	23.06.	24.06.	25.06.	26.06.	27.06.	28.06.
	29.06.	30.06.					
Juli 2026			01.07.	02.07.	03.07.	04.07.	05.07.
	<u>06.07.</u>	<u>07.07.</u>	<u>08.07.</u>	09.07.	10.07.	11.07.	12.07.
	13.07.	14.07.	15.07.	<u>16.07.</u>	<u>17.07.</u>	18.07.	19.07.
	20.07.	21.07.	22.07.	23.07.	24.07.	25.07.	26.07.
	27.07.	28.07.	29.07.	30.07.	31.07.		

_____ Unterrichtsende bei 15 Kursterminen

: Unterrichtsfreie Tage

Ferien und Feiertage:

30.03.2026 - 12.04.2026 Osterferien
 01.05.2026 Tag der Arbeit
 14.05.2026 Christi Himmelfahrt
 25.05.2026 - 07.06.2026 Pfingstferien
 03.08.2026 - 14.09.2026 Sommerferien



ANMELDUNG

Teilnehmer:in:

Name*

Vorname*

Sträße*

PLZ/Ort*

Tel./privat

Tel./beruf.

Tel./mobil

E-Mail

Bitte geben Sie mindestens einen Kontakt an, damit wir Sie ggf. über Änderungen informieren können.

☐ Bitte nehmen Sie meine Email-Adresse in Ihren **Newsletters** auf.

Ich bevollmächtige die vhs Haar zur einmaligen Abbuchung der Kursgebühren von folgendem Konto. Die Gebühren werden frühestens 3 Wochen vor Kursbeginn eingezogen.

BIC

IBAN*

Bank

Kontoinhaber*

Anmeldung für:

Kurs-Nr.:

Title

Gebühr

Kurs-Nr.

Title

Gebühr

Kurs-Nr.:

Title

Gebühr

Kurs-Nr.

Title

Gebühr

Sie sind angemeldet, wenn Sie nichts Gegenteiliges hören. Eine Bestätigung seitens der vhs Haar erfolgt nicht. Die allgemeinen Geschäftsbedingungen sowie die Datenschutzerklärung habe ich zur Kenntnis genommen.

✻

✻

Datum

Unterschrift des Verfügungsberechtigten (Kontoinhaber)



..... Hier fallen und ausgefülltes Formular im Fenster-Kuvert an die vhs-Haar senden.

per Fax: 089/46002-850

Zur Anmeldung bitte an die vhs Haar schicken

Statistische Angaben:

Geschlecht: w ☐ m ☐
Alter: unter 15 ☐
15 bis 18 ☐
18 bis 25 ☐
26 bis unter 35 ☐
35 bis unter 50 ☐
50 bis unter 65 ☐
65 bis unter 75 ☐
über 75 ☐

**Volkshochschule
Haar e.V.
Münchener Straße 3
85540 Haar**

Die statistischen Angaben werden nur für interne
Auswertungen und die amtliche Landesstatistik verwendet.

Ausgefülltes Formular im Fenster-Kuvert an die vhs-Haar senden. Sie können das Formular auch per Fax: 089-46 00 2-850 an uns senden.



© OpenStreetMap-Mitwirkende, Lizenz: www.openstreetmap.org/copyright

vhs-Büro im Poststadt

Münchener Straße 3
85540 Haar
Tel. 089/46002-800
Fax 089/46002-850
Email: info@vhs-haar.de

- 1 - vhs-Büro/Poststadt:**
Münchener Straße 3
Unterrichtsräume sowie
vhs-Werkstätten
- 2 - Sport- und Freizeitpark:**
Höglweg 3
Racketpark, Höglweg 7
- 3 - Gesundheitszentrum:**
Friedrich-Ebert-Straße 12
- 4 - Mittelschule:**
St.-Konrad-Straße 7
- 5 - Grundschule:**
St.-Konrad-Straße 7
- 6 - Evang. Gemeindezentrum:**
Waldluststraße 36
- 7 - Gymnasium:**
Jagdfeldring 82

P Beachten Sie bitte die **Parkverbote** besonders in der St.-Konrad-Straße (ständige Polizeikontrolle).
Parken Sie in der Tiefgarage der Mittelschule, St. Konrad-Str. 7, geöffnet von 13.30 - 23.00 Uhr.
Nutzen Sie auch die freien **Parkmöglichkeiten** in der Leibstraße und am Bahnhof!

Wichtig! Die Schulparkplätze müssen vormittags für die Lehrer freigehalten werden. Abends steht auch die **Rathaus-Tiefgarage** in der Bahnhofstraße zur Verfügung!

Folgende Kursräume sind barrierefrei gut erreichbar:

vhs-Büro und Unterrichtsräume,
Münchener Str. 3
Mittelschule Erdgeschossräume

Wenn Sie noch Fragen haben,
rufen Sie einfach an:
089/46002-800

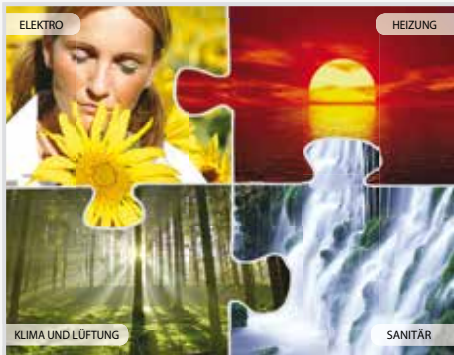


Mit diesem QR-Code
finden Sie unser
Kursangebot im Internet

www.vhs-haar.de

WIR FREUEN UNS AUF SIE! IHRE VHS HAAR

Ihr kompetenter Ansprechpartner in Sachen Elektro, Heizung, Sanitär und Klima/Lüftung



Elektro•Heizung•Lüftung/Klima•Sanitär

Meister- und Innungsbetrieb

- Umweltgerechte Heizsysteme
- Innovative Elektrotechnik
- Prickelnde Badideen aus einer Hand
- Erfrischende Klima- und Lüftungsanlagen

Sauerlacher Str. 2 · D-85649 Brunnthal · Tel. 089/203 35 206 · www.gsg-haustechnik.de

SKIFAHREN

im besten Gebiet Kärntens

Nassfeld
Hermagor

Direkt an
der Skipiste wohnen

Eingerahmt von mächtigen Bergen befindet sich das Haus auf ca. 1.500 m Höhe. Tür auf - und ab auf die Piste. Es erwarten Sie 33 Lifтанlagen und mehr als 110 km Skipisten. Im Ortskern, nur ca. 400 m entfernt befinden sich Lebensmittel- und Sportgeschäfte, Skischule, Skiverleih und Restaurants.

WINTER



FERIENHAUS
Fritz

5 Ferienwohnungen

SOMMER

BADEN & WANDERN

in der schönsten Region



Buchung und Infos unter:

Familie Fritz · Schlosserweg 70
A-9620 Nassfeld · Tel.: +43(0)4285/8117
postkorb@ferienhaus-fritz.de
www.ferienhaus-fritz.de

