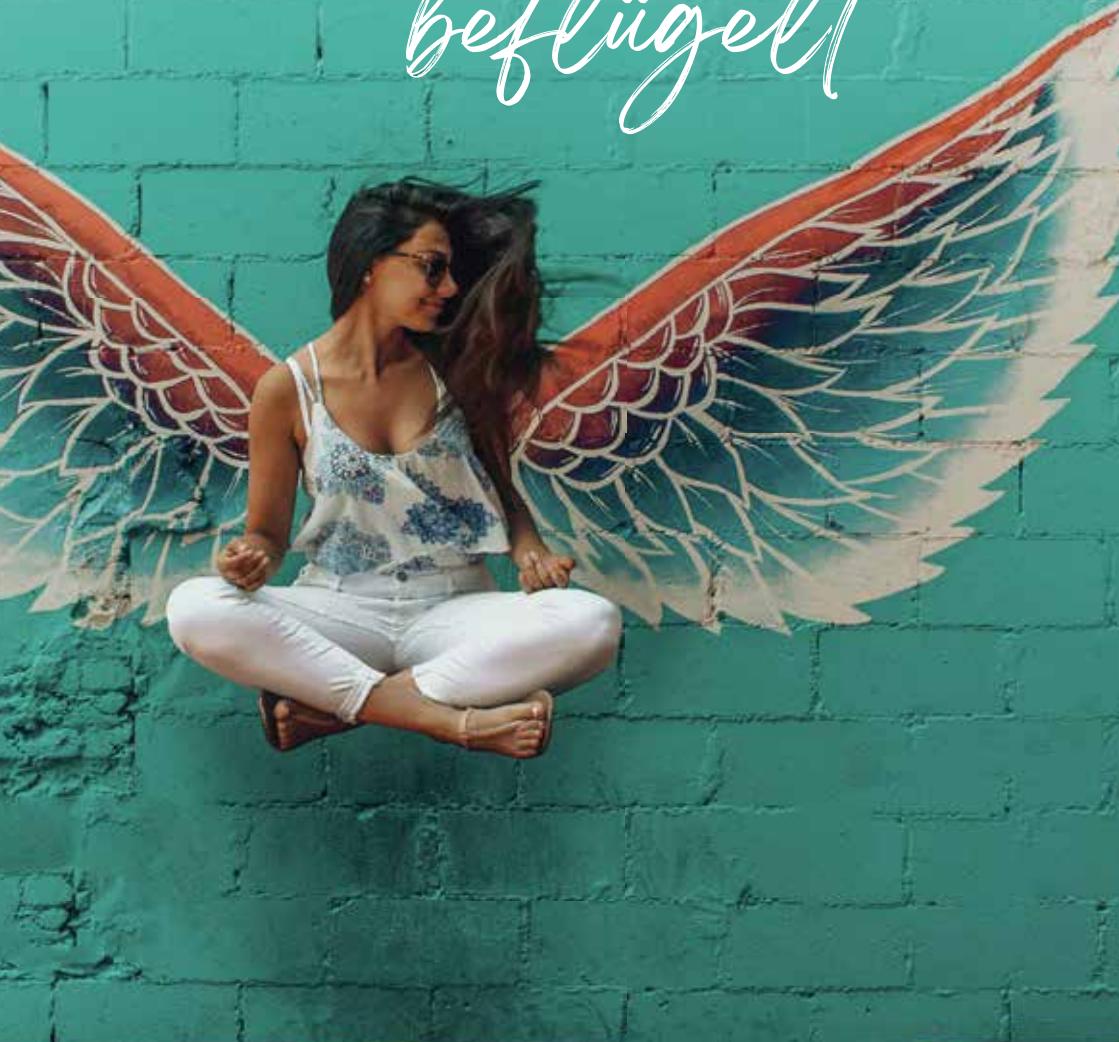


Wissen

beflügelt



FRÜHJAHR
SOMMER
2026

vhs

Die Volkshochschule **Haar**

Tel. 089 / 95 00 26 37

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

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

UNSERE LEISTUNGEN

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

Heimat braucht Mitmacher.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

zurBank.de/mitgliedschaft

Jetzt Mitglied werden.

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.



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.

Heben Sie ab mit Flamenco und Balladen aus den Gassen des Südens und binden Sie stimmungsvolle Kränze zu Ostern und zur Sonnende. 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.

Genau dieses Gefühl möchten wir Ihnen mit unserem Frühjahrs-/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 Höhenflug. Hier begegnen sich Menschen

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 Mitternachtssonne 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 María Ros de Andrés,
Leiterin der vhs Haar

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
Stadspaziergänge	26	Zeichnen	31
Kunst am Vormittag / Kunst am Nachmittag	27	Aquarellmalerei	31
Museumsbesuche	28	Öl- und Acrylmalerei/Gouache	32
Studentenfahrt	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
		TEXTILES GESTALTEN	37
		Klöppeln	37
		Nähen	37
		STILBERATUNG	38
		Kosmetik	38

INFO/SERVICE

Anmeldeinformationen	4
Öffnungszeiten	4
Hauptausschuss/Mitgliedschaft	5
Zertifizierung Qualitätsmanagement	6
Positionspapier der bayerischen Volkshochschulen – Entschieden demokratisch!	7
Barrierefreiheit	8
Teilabebertitung für Menschen mit Behinderung	9
Schüler-Nachmittagsbetreuung	10
Kinokreis Haar	11
vhs im Dialog	12
Firmenkurse	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	Alphabetsierungskurse	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 Góghová
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 GELERNNT SEIN	94	Zeichnen / Malen / Basteln	98
KinderUni	94	Zaubern	99
Konzentrationsstraining	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



Lulézime 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.: 089/46002-833



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: GENODEF10HC
IBAN: DE75 7016 6486 0001 4060 00

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE48VHS00000299417

Anmeldung

ZENTRALE ANMELDUNG über:

vhs-Büro / Poststadt

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, Traudi 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

Traudi Vater
Dr. Dietrich Keymer

Gutschein



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



Anprechpartnerin 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/Wohnort:

Tel.Nr.:

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 Wertorientierung: 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.

SPITZENLEISTUNGEN IM WETTWERB



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



Gültigkeit des Zertifikats: bis Mai 2026



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 „parteipolitisch, 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). Parteipolitische 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 in Frage.

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 parteipolitisch 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 garantierter 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. anerk. 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 Audioberaeterin

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 Ganztagsschule 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 bietet 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:

Lulézime Prekazi

Fachbereichsleiterin Nachmittagsbetreuung

Tel.: 089/46002-825

prekazi@vhs-haar.de

Wir laden Sie herzlich ein zur

Sonntagsmatinée im Haarer Kino

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

IMMER UM
11:00 UHR

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

HER

8

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. Unerlässlicher 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

**APR
19**

WUNSCHFILM

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

**MAI
17**

NIGHT ON EARTH

Ein Episodenfilm von Jim Jarmusch,
USA 1991

**JUN
14**

**WENN DAS LICHT
ZERBRICHT**

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

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 Spontanität.

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 Lohr, 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 Vortragssaal 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





GESELLSCHAFT



Ansprechpartner



Andreas Tontsch

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



**Maximilian Ludwig
Klobofsky**

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

Weitere
Infos
über unsere
Veranstaltungen:
www.vhs-haar.de

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

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.



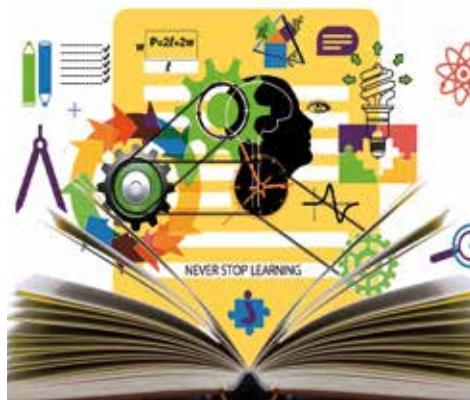
STUDIUM GENERALE



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 einzurichten 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

01023

ab Mittwoch, 04.03.2026, 15x 09:15 - 11:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, 0G 06

€ 152,00



Studium Generale am Donnerstagvormittag

Themen:

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

01024

ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 09:00 - 11:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, 0G 06

€ 152,00



Der aktuelle Vormittag - wissen, was los ist

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

01095

€ 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



Theodora - Kaiserin von Byzanz

02003 V NEU

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

€ 9,00



Geschichte östliches Europa und Wurzeln des Russland-Ukraine-Krieges

Vortragsreihe

02004 V NEU

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

€ 27,00



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

02005 O V NEU

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!

€ 8,00

Palästina zwischen Krieg und Hoffnung

02010 V NEU

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

€ 9,00



Syrien - gelingt der Aufbruch nach Assad?

02011 V NEU

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

€ 9,00



RELIGION/PHILOSOPHIE

Aufklärungströmungen 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   **V** **NEU** € 9,00

Dr. 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** € 9,00

Volodymyr Kliukko, Priester der orthodoxen Kirche am Sonntag, 10.05.2026, 11:30 - 13:00 Uhr

Treffpunkt: 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., Universitätstraße, Neubiberg

Die Besonderheiten der Planeten unseres Sonnensystems

02031  € 9,00

Dr. 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   **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 Wettkauf 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 O V 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 O V 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 O V 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, Civilisationstheorie sowie Geschichte der menschlichen Destruktivität. Für seine Biografie über Christoph Martin Wieland erhielt er 2023 den Bayerischen Buchpreis.

02109 O V 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 O V 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 O V 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 O V 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 Forschungsrats 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)

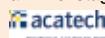
Musik, Wissenschaft und Technik - eine Reise durch zwei Jahrhunderte

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“

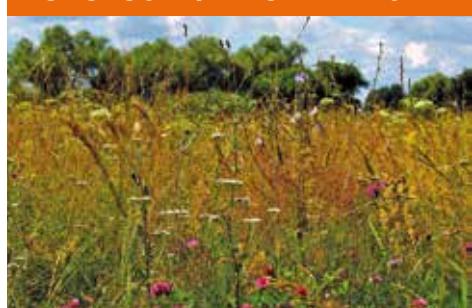
03104 € 9,00
 Daniela Güthner, Fachreferentin Sammlung, Bildung und Vermittlung, Kulturzentrum Haus der Donauschwaben Bayern e.V.
 am Donnerstag, 26.03.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
 Treffpunkt: Haus der Donauschwaben, Leibstr. 33, Haar
 In Kooperation mit dem Kulturzentrum Haus der Donauschwaben e.V.

Das Bayerische Landeskriminalamt - ein Blick hinter die Kulissen

Bitte beachten: Zur Teilnahme benötigt das LKA Daten der Teilnehmer:innen, deren Unterschrift und eine Personal-Ausweis-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 **D V** € 9,00
 Axel Baschnagel, Marketingberater für internationale Lichtverbände
 am Montag, 27.04.2026, 19:00 - 20:30 Uhr

Wärmepumpen – Fakten statt Vorurteile

04007 

€ 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 mit helfen. 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... Bringt 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



Energie fürs Leben



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 **0** **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 Skandinavieren lernen kann

05007 **v** € 9,00

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



Anlagestrategien in der Zeitenwende - Sachwert schlägt Geldwert

05008 **v** **NEU** € 9,00

Gernot Arendt, Dipl. Ökonom, zertifizierter Sachverständiger 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, Steuersparnis, Vermögensaufbau

05010 **v** € 9,00

Gernot Arendt, Dipl. Ökonom und zertifizierter Sachverständiger 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 Sachverständiger 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 **0** **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 Wohnungseigentumsrecht
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



0 Online-Kurs **H** Präsenz oder Online - Bei der Anmeldung bitte angeben **V** Vortrag **barrierefrei**

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 transgenerationales 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

Walderlebnis - 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 Paarbeziehung

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, Evolutionspädagoge 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, Evolutionspädagoge 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 Stadt rundgängen.

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 Münchener 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: Liebfrauendorf, Haupteingang

31026 NEU € 15,00

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

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



Kurs B

31047 € 30,00
Ingrid Oxford, Stadtführerin
1. Termin: Dienstag, 24.03.2026, 14:30 - 16:30 Uhr

Kurs C

31048 € 30,00
Ingrid Oxford, 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



0 Online-Kurs **H** Präsenz oder Online - Bei der Anmeldung bitte angeben **V** Vortrag **barrierefrei**

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 Frauenporträts 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!



MUSIK / LITERATUR



Gitarre

Gitarre

Schwerpunkt Liedbegleitung

Der Kursleiter Klaus Franke entwickelte ein in der Praxis erprobtes und bewährtes Unterrichtskonzept. Im Vordergrund steht dabei das Thema Liedbegleitung, 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 Musikdition.

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“ Liedbegleitung 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** € 70,00Anna und Jakob Lücking
ab Donnerstag, 05.03.2026, 15x 18:00 - 19:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, EG 19**Fortgeschritten - nach Absprache mit Kursleitungen****37006** € 80,00Anna 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 € 25,00Ricardo Volkert, Cantautor
am Freitag, 06.03.2026, 19:30 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06**FOTOGRAFIE****Kreative Fotografie für Fortgeschrittene****38000** € 65,00Michael 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: Natürliche, realistisch oder abstrakt?

Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: vorhandene Materialien zur Malerei,
am 1. Kurstag wird individuell Genauereres 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!



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 Marijanovic, 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 Marijanovic, 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 Tryandafilidis, 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 Tryandafilidis, 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

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



Hinweis:

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

Ikebana



Ikebana - die japanische Kunst Pflanzen zu arrangieren

Fortgeschrittenes

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



€ 50,00

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 Kosmetiktäschchen

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



Nähwerkstatt am Samstag

Bitte mitbringen: Stoff, Schnitt oder Lieblingsteil, Schere, Seidenpapier, Schneidekreide, 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



Nähwerkstatt am Sonntag

Bitte mitbringen: Stoff, Schnitt oder Lieblingsteil, Schere, Seidenpapier, Schneidekreide, 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, Zuschneideschere, 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, so dass 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

!

Weitere Infos über unsere Veranstaltungen:
www.vhs-haar.de

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

66100 € 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 0 € 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 0 V NEU € 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 0 € 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 0 € 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 0 € 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 0 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 0 € 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 0 € 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

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 O V NEU

€ 55,00

Thilo Herzau, IT-Berater

am Sonntag, 15.03.2026, 10:30 - 12:30 Uhr

Excel Basics sicher beherrschen

66204 O 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 Mithnahme 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, 0G 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, 0G 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, 0G 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, 0G 06



Förderung der Reihe durch das Bayerische Staatsministerium für Unterricht und Kultus

Immer aktuell informiert!



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   **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   **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.

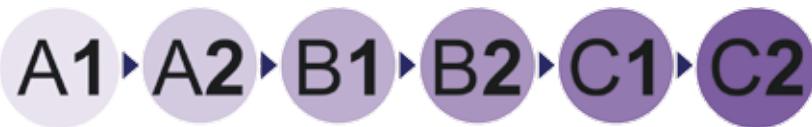
Kontaktieren Sie uns für weitere Informationen:

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!



Sprachen lernen mit System

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen

Elementare Sprachanwendung

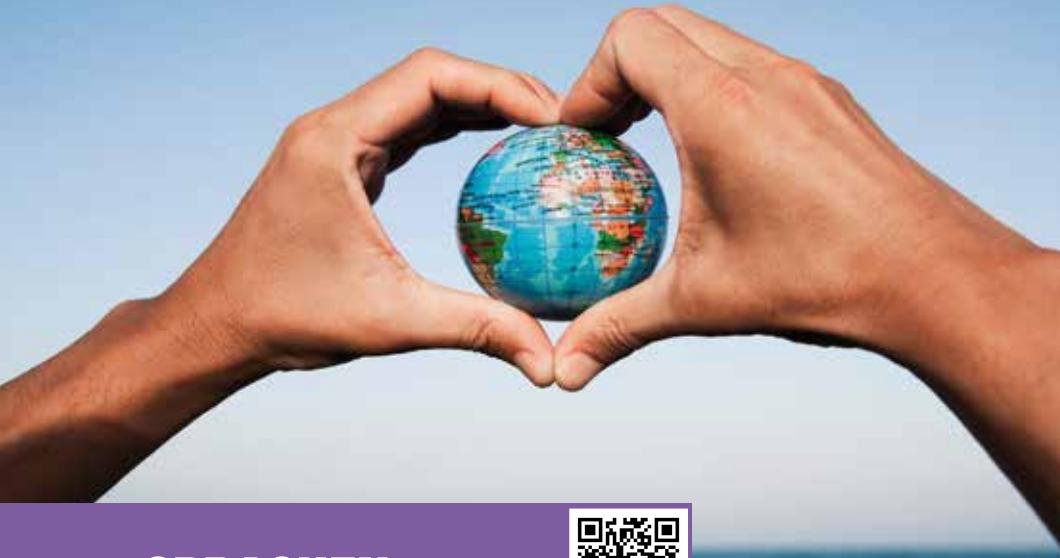
A1	Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen - z. B. wo sie wohnen, was für Leute sie kennen oder was für Dinge sie haben - 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 Themenpektrum 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 verstehen.

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 Onlinenkurs erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn per email zugeschickt. 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**

min. 5 Teilnehmer:innen

Su-Lin Chee

ab Mittwoch, 04.03.2026, 8x 09:00 - 10:30 Uhr
Vereinsräume, Kirchenplatz 1, Raum 3**71023b****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**

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****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**

min. 9 Teilnehmer:innen

Margaret Valenzuela

ab Montag, 02.03.2026, 7x 18:00 - 19:30 Uhr
Gymnasium Hofeingang, Jagdfeldring 82, Raum 133**71025b****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 Herrlen

ab Montag, 02.03.2026, 5x 09:00 - 10:30 Uhr
Vereinsräume, Kirchenplatz 1, Raum 3**71031b**

€ 43,90

Fortsetzung Kurs 71031a

Gabriele Herrlen

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 € 95,00
 min. 6 Teilnehmer:innen
 Kirsten Braun
 ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 19:00 - 20:30 Uhr
 Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



71033b € 82,90
Fortsetzung Kurs 71033a
 Kirsten Braun
 ab Donnerstag, 21.05.2026, 7x 19:00 - 20:30 Uhr
 Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30



71034a € 113,00
 min. 5 Teilnehmer:innen
 Kirsten Braun
 ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 08:30 - 10:00 Uhr
 Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36



71034b € 98,90
Fortsetzung Kurs 71034a
 Kirsten Braun
 ab Dienstag, 12.05.2026, 7x 08:30 - 10:00 Uhr
 Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36



71035a

€ 113,00

min. 5 Teilnehmer:innen
 Kirsten Braun
 ab Dienstag, 03.03.2026, 8x 10:10 - 11:40 Uhr
 Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36

€ 98,90

71035b

€ 98,90

Fortsetzung Kurs 71035a

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



Englisch C1 – Konversation

€ 59,90

71040a

min. 9 Teilnehmer:innen
 Anneliese Schade
 ab Dienstag, 03.03.2026, 6x 10:00 - 11:30 Uhr
 Evang. Gemeindezentrum, Waldluststr. 36, Martha

€ 49,80

71040b

Fortsetzung Kurs 71040a

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

vhs-Newsletter



jetzt abonnieren

Zur Anmeldeseite





FRANZÖSISCH



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

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

Fortsetzung Kurs 72001a

Odile Pieh

ab Montag, 11.05.2026, 7x 14:45 - 16:15 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07



Französisch A1 für Frühaufsteher:innen

72002a 0

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

€ 91,00

72002b 0

€ 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

€ 98,00

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

€ 98,00

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

€ 98,00

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

€ 98,00





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	

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!



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**72023b****Fortsetzung Kurs 72023a**

Birgit Tiedemann

ab Mittwoch, 13.05.2026, 7x 10:30 - 11:15 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30**72024a**

min. 6 Teilnehmer:innen

Birgit Tiedemann

ab Montag, 02.03.2026, 8x 09:00 - 10:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07**72024b****Fortsetzung Kurs 72024a**

Birgit Tiedemann

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

€ 47,00

€ 41,00

€ 94,00

€ 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**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 Poststadt
1. Stock - Zimmer 22
Münchener 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



VUOI PARLARE ITALIANO?

Italienisch für Anfänger:innen –
Für Frühaufsteher:innen

73000a

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

€ 91,00

73000b

Fortsetzung Kurs 73000a

Dr. Franca Barbara Faccini

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

€ 91,00

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

€ 68,50

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

€ 60,00

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

Raffaela Stronati

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, 0G 01

73004b

€ 94,00

Fortsetzung Kurs 73004a

Raffaela Stronati

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 18:30 - 20:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, 0G 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 29Italienisch 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
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29

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



€ 94,00

73007b**Fortsetzung Kurs 73007a**

Barbara Piazza

ab Dienstag, 12.05.2026, 8x 19:30 - 21:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29

**73008a****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



€ 94,00

73008b**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



€ 82,00

73014b

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 H € 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 H € 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 Piace 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****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

€ 94,00

€ 94,00

**73030b****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**

min. 6 Teilnehmer:innen

Heike-Maria Richter

ab Donnerstag, 05.03.2026, 8x 19:40 - 21:10 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29

€ 94,00

€ 94,00

**73031b****Fortsetzung Kurs 73031a**

Heike-Maria Richter

ab Donnerstag, 21.05.2026, 8x 19:40 - 21:10 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29

**SPANISCH****Spanisch für Anfänger:innen – Für Frühaufsteher:innen****74000a 0****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 0**Fortsetzung Kurs 74000a**

Marcela Pérez

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

Spanisch für Anfänger:innen**74001a****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**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



€ 91,00

€ 91,00

€ 94,00

€ 94,00

immer aktuell informiert!

Follow us
on Instagram



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

Fortsetzung Kurs 74002a

Steven Yecid Ospina Rodríguez

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

€ 94,00

74003a

**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

€ 94,00

74003b

Fortsetzung Kurs 74003a

Carolina Baumgartner

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

€ 94,00

Spanisch A1 für Frühaufsteher:innen

74004a 0 € 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



€ 91,00

74004b 0 € 91,00

Fortsetzung Kurs 74004a

Marcela Pérez

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

€ 91,00

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



€ 94,00

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



€ 94,00

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



€ 94,00

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** 0 € 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 0 € 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, 0G 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, 0G 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

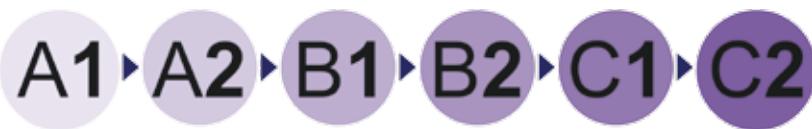
77007 € 180,00

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



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 Themenpektrum 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



Timea Góghová 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
- Intergrationskurse 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-Spittelmeister, 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-Spittelmeister, 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, 0G 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, 0G 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, 0G 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

INHALT

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

KOCHEN/DEGUSTATION

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

GYMNASIUM/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 Unterhaltung.

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 Garnel, eine thailändische Auberginenvorspeise, eine brasiliische 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-Variationen 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 Audioberaeterin
am Dienstag, 16.06.2026, 17:00 - 18:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3



Teilhabeberatung
für Menschen mit Behinderungen
und ihre Familien

in Kooperation mit 

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. 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!



Volkshochschule Haar

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 Deckewarme Socken und eine 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 Blas, 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

Barbara Nosse, Qi Gong Lehrerin € 109,00

ab Montag, 02.03.2026, 12x 18:00 - 19:15 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

Fortgeschrittene - kleine Gruppe

12204

Barbara Nosse, Qi Gong Lehrerin € 146,00

ab Montag, 02.03.2026, 12x 19:15 - 20:30 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 03

Immer aktuell informiert!



Tai Chi und Qi Gong nach Yang Stil (Kurze Form)

für Anfänger und Fortgeschrittene

12281

Andreas Egerer, Physiotherapeut, Kinesiologe, Tai Chi und Qi Gong Lehrer € 198,00

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

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 Klarl 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 Klarl 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 Klarl 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 Klarl 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 geeignete Auswahl an Asanas. Fokus auf Alignment(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 (Klötzte, 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 herzorientierte, 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 Bewusstseinsschichten werden aktiviert und in einen gelassenen Zustand versetzt, das Immunsystem wird gestärkt. Die Anwendung eines „Sankalpas“ (positiver Leitsatz) aktiviert tiefliegende 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, durchzutreten, 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

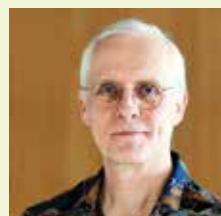
ab Freitag, 31.07.2026 18:00 Uhr bis Sonntag 02.08.2026 16:00 Uhr

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 Herzaktivität 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

€ 145,00

Andrea Stadlmair, Aquatrainerin

ab Montag, 02.03.2026, 17x 18:05 - 18:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14006

€ 145,00

Daniela Fest, Aquatrainerin

ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 11:45 - 12:25 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14007

€ 145,00

Daniela Fest, Aquatrainerin

ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 12:25 - 13:05 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14010

€ 154,00

Helga Neigenfind-Cerovsky, Aquatrainerin

ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 14:30 - 15:15 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14012

€ 154,00

Marina Kurochkina, Sportlehrerin und Aquatrainerin

ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 15:15 - 16:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

14013

€ 154,00

Marina Kurochkina, Sportlehrerin und Aquatrainerin

ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 16:00 - 16:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad



14014

Barbara Meisel, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 16:45 - 17:30 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 154,00

14015

Barbara Meisel, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 17:30 - 18:15 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 154,00

14016

Barbara Meisel, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Mittwoch, 04.03.2026, 17x 18:15 - 19:00 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 154,00

14017

Barbara Meisel, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 16:45 - 17:25 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 145,00

14018

Barbara Meisel, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 17:25 - 18:05 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 145,00

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

Iris Grün, Aquatrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 17x 14:45 - 15:25 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 145,00

14020

Iris Grün, Aquatrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 17x 15:25 - 16:05 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 145,00

14021

Helga Neigenfind-Cerovsky, Aquatrainerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 17x 15:20 - 16:10 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 164,00

14022

Barbara Meisel, Sportlehrerin und Aquatrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 18:05 - 18:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 145,00

14023

Iris Grün, Aquatrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 18:45 - 19:25 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 145,00



Dozentin Iris Grün

14024

Brunhilde Helml, Aquatrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 19:25 - 20:05 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 145,00

14025

Brunhilde Helml, Aquatrainerin
ab Donnerstag, 05.03.2026, 17x 20:05 - 20:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 145,00

14026

Laura Salamano, Aquatrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 17x 18:45 - 19:25 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 145,00

14027

Laura Salamano, Aquatrainerin
ab Montag, 02.03.2026, 17x 19:25 - 20:05 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 145,00

16 Termine

14028
Borjana Gottlöber, Aquatrainerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 16x 09:00 - 09:45 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 145,00

16 Termine

14029
Borjana Gottlöber, Aquatrainerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 16x 10:30 - 11:15 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 145,00

Schwimmen für Erwachsene**16 Termine**

14030
Borjana Gottlöber, Aqua- und Schwimmtrainerin
ab Dienstag, 03.03.2026, 16x 09:45 - 10:30 Uhr
Mittelschule, St.-Konrad-Str. 7, Schwimmbad

€ 145,00

Rückenfitness / Wirbelsäulengymnastik

Wirbelsäulengymnastik

Unser Rücken leistet täglich Schwerarbeit. 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, lizenzierter Fitnessstrainer
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,
Rehatrainer 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 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



Rückenzirkeltraining mit Geräten

14123 € 105,00

Iva Berankova/TSV Fitnessstudio, Lizizierte Fitnessstrainerin

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 Wrodnarczyk, 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 Wrodnarczyk, 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 Wrodnarczyk, 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 Wrodnarczyk, 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 Wrodnarczyk

14214 € 129,00

Marzena Wrodnarczyk, 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 Wrodnarczyk, 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, enganliegende 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 Wrodnarczyk, 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 Wrodnarczyk, 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 Wrodnarczyk, 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, Fitnessstrainerin
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, Fitnessstrainerin
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 Problemzonengymnastik

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. anerk. 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 € 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 € 90,00

Andrea Stadlmair, Übungsleiterin
ab Dienstag, 03.03.2026, 15x 09:00 - 10:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02

14544 € 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 € 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, Lizizierte 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. anerk. 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

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, lizenziert 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, Tanzpädagoge, lizenziert 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, Tanzpädagoge, 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

GYM WELL PASS

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

GYM WELL PASS

Hans Schwartze, lizenzierter Zumba-Fitness-Instructor
ab Donnerstag, 05.03.2026, 11x 19:00 - 20:00 Uhr
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, EG 02



Dozent: Hans Schwartze

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 & Tanzpädagoge
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, lizenziert 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 Tanzkenntnisse

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 Fortgeschrittene

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 Gymnastikschläppchen 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 Schläppchen mit Ledersohle, 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 19:00 - 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

16610

GYM WELLNESS

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



€ 20,00

16651

Monika Möhr-Jundt, Tanzlehrerin

am Sonntag, 26.04.2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, Foyer EG



€ 20,00

16652

Monika Möhr-Jundt, Tanzlehrerin

am Sonntag, 17.05.2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, Foyer EG



€ 20,00

16653

Monika Möhr-Jundt, Tanzlehrerin

am Sonntag, 21.06.2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, Foyer EG



€ 20,00

16654

Monika Möhr-Jundt, Tanzlehrerin

am Sonntag, 12.07.2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Volkshochschule, Münchener Straße 3, Foyer EG



€ 20,00

0 Online-Kurs **H** Präsenz oder Online - Bei der Anmeldung bitte angeben**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 - Fortgeschritten**16704**

€ 160,00

Aiman Attia, Tanzpädagogin

ab Montag, 02.03.2026, 15x 19:15 - 20:30 Uhr

Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12, DG 01

**0** 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, Fitnessstrainerin 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, Fitnessstrainerin 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
Konzentrationstraining	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 Lulézime 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 Schularbeit.

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

KO100

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
Münchener 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



Konzentrationstraining / Knigge für Kids

Marburger Konzentrationstraining

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. Schönhofen, 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 - 18:30 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 – Wasserspaß! 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



Weitere Infos zu Inhalten und Anmeldung: www.vhs-haar.de oder **089/46002-800**

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 - Simsalabim 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 Eisseminar 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, Bahnhofsplatz 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

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

€ 40,00



Let's move - erste Schritte ins Tanzleben ab 12 Jahren

K9111 NEU

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

€ 40,00



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 Schmidseder, 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 Schmidseder, 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 Schmidseder, 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 Schmidseder, 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 Schmidseder, 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 Schmidseder, 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!



Outdoor

Inline-Skating auf gerader Fläche

Anfänger:innen - Von 6 bis 12 Jahren

K9300

€ 22,00

Peter Kößl-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 Kößl-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

Julia 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!

Follow us
on Facebook



Volkshochschule Haar

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/sie 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 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 zugeschickt. 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 einzogen.

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 Kurausschreibung 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 Drittmitteleinflanzierung. 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 Texform 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 zurückerstatte.

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 Texform 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 Prüfungsamt der vhs in Rechnung gestellten Prüfungsgebühren an den Kunden weiterbelastet. Abweichende Stornierungsfristen sind in der Ausschreibung vermerkt.

9.2. Fenbleiben 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 zurückerstatte.

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. Teilnahmebescheinigungen

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 Inhaber 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 deliktsähnlichen Ansprüchen auf Schadens- und Aufwandsersatz 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 Garantievertrags, 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 insofern, 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 anzuzeigen.

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 Kontaktdata 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 Kontaktdata 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 Kontaktdata 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 zu 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 Kontaktdata unseres Datenschutzbeauftragten lauten:
datenschutz@vhs-haar.de

vhs-Newsletter



jetzt abonnieren

Zur Anmeldeseite 



BILDNACHWEISE

Seite	Quelle	Seite	Quelle
U1	Canva Designecologist von Pexels	50	Canva_demaerre; Pexels
1	vhs Haar; Janina Ruthenkoll	51	Canva_crythz; Canva_Gustavo von Pexels; digital designer auf Pixabay
2+3	Markus Schellhorn; nmbk_photography; privat; ©Charta der Vielfalt; Initiative Ludwig-Erhard-Preis e.V.	52	Canva shirokova
4	Marion Mutschler; nmbk_photography; Markus Schellhorn; privat	53	Bürgerstiftung Haar
5	vhs Haar; Maria_Alberto auf Pixabay; BLWG	54	Canva_nito100; digital designer auf Pixabay
6	Initiative Ludwig-Erhard-Preis e.V.; vhs Haar	55	Canva_fazon1
7	Bayerischer Volkshochschulenverband e.V.	56	Canva_georgescu-adrians-image; Canva_Rudy_Balasko
8	Canva	57	Canva_Nimis69; Canva_Petr Polak; digital designer auf Pixabay
9	Canva; EUTB®; Bundesministerium für Arbeit und Soziales©; vhs Haar	58	Canva_Lorenzo Pacifico; Ricardo Volkert
10	olia-danilevich - Pexels; andrea-piacquadio - Pexels; max-fischer - Pexels; Fauxels - Pexels	59	Canva_Tomas Sereda
11	Canva	60	Canva_sorincolac
12	Markus Schellhorn; Canva_no_limit_pictures; www.derweisserabe.de; Canva_NunDigital; Canva_literaturkreis.	61	Canva_Mike Jones
13	Nicky ?????????? auf Pixabay; nmbk_photography; privat	63	Canva_BirgitKorber; Privat; bvv
14	Gerd Altmann auf Pixabay; Carlos Castilla	64	Canva_franz12;
15	Rufus46 - Eigenes Werk, CC BY-SA 3.0; https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=68298376; Dieter Donat auf Pixabay; Canva_vwing	65	©Bundesamt für Migration und Flüchtlinge
16	Vacheslav auf Pixabay cross-2395434_1920; ??? auf Pixbay; ©Bayerische Volkssternwarte München e.V.;	66	Canva_crythz; Canva_kali; Canva - Fotografia Basica
17	Dt. Akademie der Technikwissenschaften	67	Canva_Ezrin Nazan; privat; Markus Schellhorn
19	Dt. Akademie der Technikwissenschaften	68	Peggy und Marco Lachman-Anke auf Pixabay; Canva_xfotostudio; Canva - fabiofoto
20	MagnusGuenther - Pixabay; Von Rudolph Buch - Eigenes Werk, Gemeinfrei, https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=17826144; iiria116 auf Pixabay herbsge237a224a_1920;	69	Canva_mariakraynova; Canva_fascinadora
21	Canva_DAPA Images; hand in hand e.V.; Stadtwerke Haar	70	©Istituto Italiano di Cultura; ©Forum Italia; Canva_kstudio
22	Gerd Altmann - Pixabay; Wilfried Pohnke auf Pixabay pension-g7d2452c89_1920	71	Canva - viperagg; Canva; EUTB®; ©BMAS; vhs Haar
23	ElisaRiva - Pexels	72	Canva_katcat
24	Canva_baseimage; Canva - Michal Collection	73	Canva_freemixer
25	Canva_agstandrew; privat; bvv	74	Canva_weerasaksaeku
26	Canva_Jotily; Canva_Flyingmovies; C.Schulze - privat	75	Canva_KarolaG von Pexels
27	Canva_designerpoint von Pixabay; Alfred Pfeuffer - Privat, Ulrich Sebülke - Privat,	76	Canva_FatCamera; Canva_Pressmaster
28	CanvaGül Isik von Pexels; Canva_Foottoo; Canva_Gül Isik von Pexels; A.Pirkenseer - Privat	77	Paul König - privat; Stefan Sachs - privat, Maria_Alberto auf Pixabay
29	Canva_KarolaG von Pexels	78	Canva_Fat Camera; Canva_Elena Safonova; U. Mirwald - privat, H. Neigenfind-Cerovsky - privat; Canva_jupiterimages
30	Canva_romanjorgephotos; Ricardo Volkert - privat	79	I. Grün - privat
31	Canva_Chamille White; A. Arndt - privat; M.Plate - Privat	80	Canva_Robert Kneschke; Canva_Karola G von Pexels
32	G. von Ende-Pichler - privat; A. Arndt - privat	81	Canva_Robert Kneschke
33	S. Grasser - privat; A. Arndt - privat; E. Marijanovic - privat; A. Bühner-Blaschke - Privat	82	Canva_irinakeineanan von Pixabay; M. Wrodczky - privat
34	Canva_Yasuke Inoue; M. Schaab - privat	83	Canva_corelens; Canva_FatCamera
35	Canva_barr12; A.Tryandafilidis - privat; Canva_jakobchuk	84	Loredana La Rocca; ©Egym Wellpass; Canva_gilaxia
36	Rita Dollberg - Privat; Canva olgaza; A. Kuziuberdina - privat; Canva_marilyna	85	Canva_Pavel1964; Laura Salamano - privat; ©Egym Wellpass
37	Canva_shyrokoval; Canva_Beatriz Montes Dura; Canva_Syda_Productions	86	U. Mirwald - privat; ©Egym Wellpass; TRX®
38	Canva_Pavel Danilyuk von Pexels; Canva_Marius_Dumitrescu_Images; T. Hilmer - Privat	87	©TRX; A. Schuhbauer - privat; Canva_Dmitry Rukhelnko; Canva EpicStockMedia
39	Suliman Salehi von Pexels; nmbk_photography; Privat	88	Canva_Aisedora; Canva_Photolnc
40	Oleg Magni - Pexels; Canva_FreezingRain	89	O. Pavlova - privat; Loredana La Rocca
41	Anna Shvets - Pexels	90	J. Schmidt - privat; Canva_BrianAJackson
42	Canva_chachamal; PC Spezialist	91	Canva_powerofforeve; Loredana La Rocca
43	Gerd Altmann auf Pixabay; Canva_South_agency	92	Loredana La Rocca; Canva_nensuria; Pexels
44	Canva_FloralDeco	93	Canva_FatCamera
45	Canva	94	Canva_eleNAVAGENGEM; Bürgerstiftung Haar
47	Canva Juan Moyano; Markus Schellhorn	95	Gerd Altmann - Pixabay; olia-danilevich - Pexels
48	Canva_utha778	96	Dominika Roseclay_Pexels; Canva_Ines Carrara; Canva_alphaspirit.it
49	Canva_Nimis69	97	Canva_africa images; Canva_Rido; Canva_nemchinova
		98	DevilsApricot - Pixabay; DevilsApricot - Pixabay; vhs Haar; A. Arndt - privat; A. Arndt - privat; Canva_Zolotaesen
		99	Canva_Jordimorastock
		100	Unsplash-hopefilmfoto; Canva_pixelshot
		101	Canva_Ivans von Pixel; 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.
	06.07.	07.07.	08.07.	09.07.	10.07.	11.07.	12.07.
	13.07.	14.07.	15.07.	16.07.	17.07.	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 (Bitte deutlich und in Druckbuchstaben mindestens die mit * gekennzeichneten Pflichtfelder ausfüllen!)

Teilnehmer:in:

Name*	Vorname*
Straße*	PLZ/Ort*
Tel./privat	Tel./berufl.
Tel./mobil	E-Mail

Bitte geben Sie mindestens einen Kontakt an, damit wir Sie ggf. über Änderungen informieren können.

Ich bevollmächtige die vhs Haar zur einmaligen Abbuchung der Kursgebühren von folgendem Konto. Die Gebühren werden frühestens 3 Wochen vor Kursbeginn eingezogen.

BIC _____

Bank _____

Bitte nehmen Sie meine Email-Adresse in Ihren **Newsletterverteiler** auf.

IBAN*	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Kontoinhaber*	_____															

Anmeldung für:

Kurs-Nr. _____	Titel _____	Gebühr _____
Kurs-Nr. _____	Titel _____	Gebühr _____
Kurs-Nr. _____	Titel _____	Gebühr _____
Kurs-Nr. _____	Titel _____	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.		
*	*	Unterschrift des Verfügungsberechtigten (Kontoinhaber)
		Datum _____



Hier falten 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

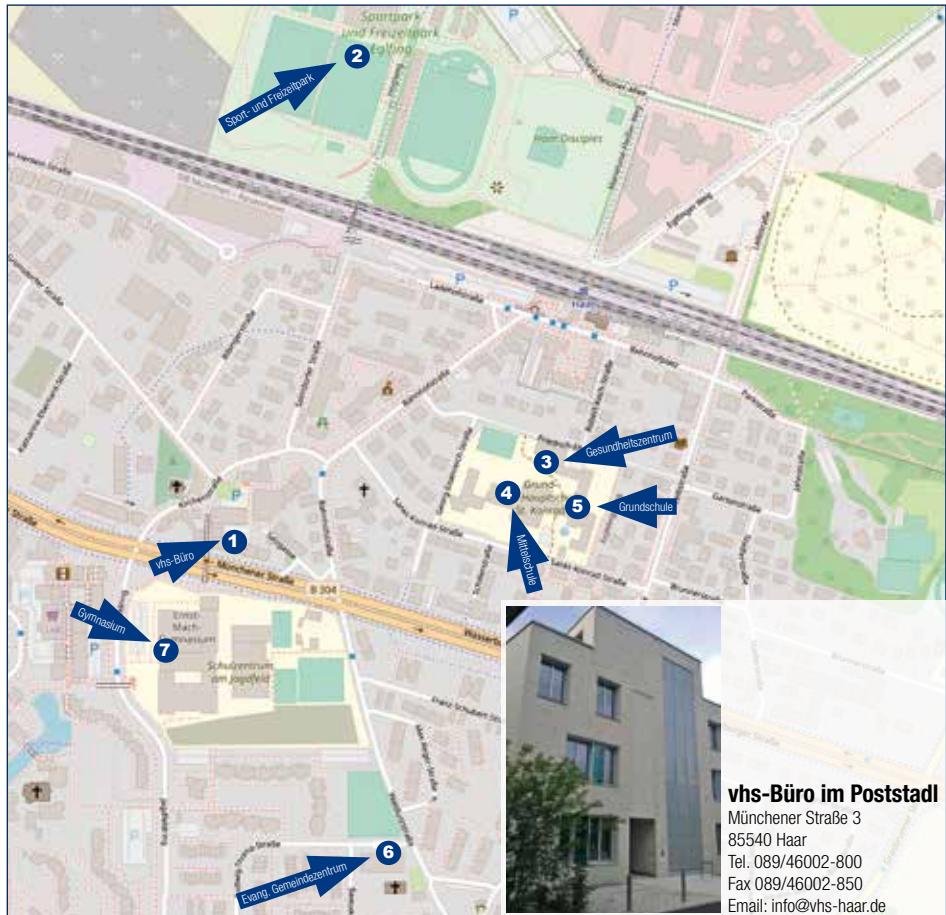
 35 bis unter 50 50 bis unter 65
65 bis unter 75 über 75

**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

- 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 Liftanlagen und mehr als 110 km Skipisten. Im Ortskern, nur ca. 400 m entfernt befinden sich Lebensmittel- und Sportgeschäfte, Skischule, Skiverleih und Restaurants.

WINTER



TERIENHAUS
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

