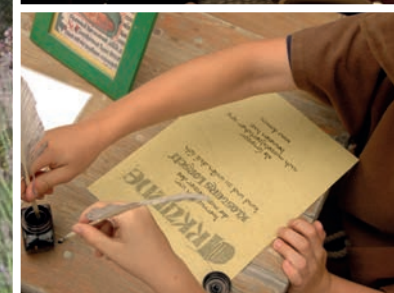


# Programm

Frühjahr 2026

NEUER LOOK -  
GLEICHE LEIDENSCHAFT:  
DAS NEUE PROGRAMMHEFT  
IHRER KVHS!





# MITTELALTER AKTIV ERLEBEN im Kloster Lorsch und in Lauresham

Im UNESCO-Welterbe Kloster Lorsch und im experimentalarchäologischen Freilichtlabor Lauresham bieten wir informative und handwerkliche Mitmach-Veranstaltungen, die Kinder, Jugendliche und Erwachsene begeistern. Je nach Altersstufe, Interessenschwerpunkt und Wissensstand bereiten wir die Themen rund um das mittelalterliche Leben individuell auf.

**Für • Kindergärten, Schulen und Lehrerfortbildungen • Geburtstage oder andere Feste  
• Familien-, Vereins- oder Betriebsausflüge • Ferienspiele**

Unser vollständiges Mitmach-Angebot und weitere Informationen finden Sie unter [www.kloster-lorsch.de](http://www.kloster-lorsch.de).  
Sie haben Fragen oder möchten eine Veranstaltung buchen? Wir freuen uns auf Sie!  
Telefon: 06251 869200 (Mo.–Fr.) • E-Mail: [info@kloster-lorsch.de](mailto:info@kloster-lorsch.de)



## Morgens um 6 Uhr an der Bergstraße

Damit Sie sich noch vielfältiger über die Geschehnisse an der Bergstraße, im Odenwald und im Ried informieren können, verschicken wir morgens um 6 Uhr unseren Newsletter.

Getreu unserem Motto „Vor Ort. Für Sie.“ bieten unsere erfahrenen Redakteure wie gewohnt vertrauenswürdigen Journalismus.

Wir wollen Sie informieren, mit exklusiven Nachrichten überraschen und auch unterhalten. Der Bergsträßer Anzeiger steht für verlässlichen Journalismus an gut 300 Tagen im Jahr und das seit über 180 Jahren. Das ist unser Versprechen.



Bestellen Sie den BA-Newsletter heute noch kostenlos unter [bergstraesser-anzeiger.de/news](http://bergstraesser-anzeiger.de/news).

BA [bergstraesser-anzeiger.de/news](http://bergstraesser-anzeiger.de/news)



Jetzt  
Newsletter  
bestellen!

## Guten Morgen, Bergstraße!

BA Bergsträßer Anzeiger  
Vor Ort. Für Sie.

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

das Frühjahrssemester 2026 an der Kreisvolkshochschule Bergstraße steht vor der Tür – und wieder erwartet Sie eine beeindruckende Vielfalt an Kursen. Ob in Präsenz oder online: Bei uns finden Sie zahlreiche Möglichkeiten, Neues zu lernen, sich weiterzubilden oder einfach Ihrer Neugier zu folgen. Unsere engagierten Kursleitungen sorgen für spannende, praxisnahe Lernerlebnisse. So bleibt die Kreisvolkshochschule ein lebendiger Ort des Austauschs, der Begegnung und des persönlichen Wachstums.

Im Zuge der fortschreitenden Digitalisierung im Kreis Bergstraße freuen wir uns, Ihnen unsere neue Homepage der Kreisvolkshochschule vorstellen zu können. Modernes Design und klare, benutzerfreundliche Strukturen erleichtern die Suche nach passenden Bildungsangeboten erheblich. Unser Anspruch: Informationen transparent, übersichtlich und jederzeit zugänglich zu machen – damit der Weg zu neuen Lernmöglichkeiten so komfortabel wie möglich wird.

Auch unser Programmheft wurde umfassend überarbeitet, damit Sie sich noch besser im Kursangebot zurechtfinden. So behalten Sie mühelos den Überblick über unser vielseitiges Kursangebot. Neue Formate wie Online- und Hybridkurse sind direkt erkennbar, sodass Sie Ihr Lieblingsangebot noch schneller und flexibler entdecken können – ganz nach Ihrem persönlichen Lernrhythmus.

Für Schülerinnen und Schüler der Klassen 5 bis 10 bieten wir in der kostenfreien „Do it“-Reihe spannende Einblicke in die Welt der Künstlichen Intelligenz. Ob „KI beim Lernen für die Schule“, „MINT-Lab – dein KI-Experiment“ oder „KI für kreative Köpfe“ – hier können junge Entdeckerinnen und Entdecker ausprobieren, experimentieren und ihre Fähigkeiten erweitern.

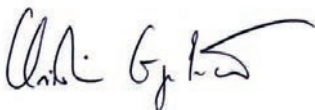
Unsere Tagesfahrten laden dazu ein, neue Orte zu entdecken und besondere Erlebnisse zu genießen. Besuchen Sie Strassbourg mit seinem faszinierenden Mix aus Geschichte, Kultur und einzigartigem Flair oder lassen Sie sich vom prachtvollen „Blühenden Barock“ in Ludwigsburg verzaubern – ein Fest der Farben, Düfte und kunstvollen Gartenarchitektur. Beide Ausflüge bieten perfekte Gelegenheiten, Neues zu erleben und den Alltag hinter sich zu lassen.

Auch im Bereich Gesundheit und Fitness erwartet Sie ein vielseitiges Angebot: Vertiefen Sie Ihr Wissen in Vorträgen wie „Wie geht Fasten?“ oder „Ernährung und Demenz“ oder erleben Sie Bewegung auf besondere Weise – beim Tanzen im Sitzen speziell für ältere Teilnehmende oder beim meditativen Bogenschießen. So verbinden sich Spaß, Bewegung und Gesundheit auf vielfältige Weise.

Machen Sie den nächsten Schritt: Entdecken Sie Neues, bauen Sie Ihr Wissen gezielt aus und erleben Sie, wie spannend persönliche Weiterentwicklung sein kann. Genießen Sie die Energie und den Austausch in unserer lebendigen Lerngemeinschaft.

Gestalten Sie Ihr Frühjahrssemester 2026 nach Ihren Interessen – entdecken Sie die Vielfalt der Kreisvolkshochschule Bergstraße!

Ihr



Christian Engelhardt  
Landrat

Ihre



Iwona Cissarz  
Leiterin der Kreisvolkshochschule  
und Ihr Team der KVHS Bergstraße



	<b>Specials</b>	<b>5</b>
	vhs on tour, Ehrenamt, Schulabschlüsse	5
	<b>Junge VHS</b>	<b>6</b>
	<b>Gesellschaft &amp; Leben</b>	<b>9</b>
	vhs.wissen live	9
	Philosophie, Geschichte, Pädagogik	10
	Klima und Wir, Natur & Länder, Verbraucherfragen	11
	Typ & Stil	12
	<b>Kultur &amp; Kreativität</b>	<b>13</b>
	Text & Bühne, Stimme & Musik	13
	Tanz, Malen & Zeichnen	14
	Werken & Gestalten, Arbeiten mit Textilien	16
	<b>Gesundheit &amp; Fitness</b>	<b>17</b>
	Gesundheitsvorträge	17
	Gesund leben, Entspannung & Yoga	18
	Prävention & Fitness	20
	Ernährung	22
	<b>Sprachen</b>	<b>23</b>
	Deutsch als Fremdsprache	23
	Altgriechisch, Arabisch, Chinesisch, Englisch	25
	Französisch	26
	Italienisch	27
	Japanisch, Neugriechisch, Niederländisch, Polnisch, Portugiesisch	28
	Russisch, Spanisch	29
	Schwedisch, Tschechisch	30
	Integrationskurse	31
	<b>Karriere &amp; Digitales</b>	<b>32</b>
	Digitale Welten	32
	Kaufmännisches Wissen, Soft Skills	34
	<b>Unterrichtsstätten</b>	<b>36</b>
	<b>Leitbild, Geschäftsbedingungen &amp; Impressum</b>	<b>38</b>

## ZUR ORIENTIERUNG IM HEFT:



Neues Kursangebot



Digitales Lernen



Hybrides Lernen



Reduziertes Lerntempo



## GESCHÄFTSSTELLE

Kreisvolkshochschule Bergstraße  
Marktplatz 1 · 64653 Lorsch

☎ 06251 17296-0

✉ info@kvhs-bergstrasse.de



www.kvhs-bergstrasse.de



kvhsbergstrasse



Kreisvolkshochschule KVHS Bergstraße



montags - mittwochs  
donnerstags  
freitags

8-12 und 14 - 15.30 Uhr

8 - 12 und 14 - 18 Uhr

8 - 12 Uhr





## SPECIALS

### Service

☎ 06251 17296-0

Mehr Informationen unter  
[www.kvhs-bergstrasse.de](http://www.kvhs-bergstrasse.de)



✉ [info@kvhs-bergstrasse.de](mailto:info@kvhs-bergstrasse.de)

### ● vhs on tour

Bitte ziehen Sie bei Ihrer Anmeldung in Betracht, dass Sie ein bis zwei Stunden lang keine Sitzgelegenheit zur Verfügung haben. In der Regel haben Sie am Zielort Zeit für eine Erkundung auf eigene Faust oder einen Besuch im Café. Bitte melden Sie sich 14 Tage vor dem Termin an, danach muss sich die KVHS nach den jeweiligen Rahmenbedingungen richten.

**Besuch der ESOC in Darmstadt**  
**Heppenheim**, Bushaltestelle am Bahnhof  
10001F  
**Fr.**, 13.03.26  
Busabfahrt 13:45 Uhr, Rückfahrt 17 Uhr  
41 Euro

**Strasbourg – europäische Metropole**  
**Heppenheim**, Bushaltestelle am Bahnhof  
10002F  
**Mi.**, 06.05.26  
Busabfahrt 8:15 Uhr, Rückfahrt 17 Uhr  
71 Euro

**Blühendes Barock in Ludwigsburg**  
**Heppenheim**, Bushaltestelle am Bahnhof  
10003F  
**Di.**, 09.06.26  
Busabfahrt 9 Uhr, Rückfahrt 16 Uhr  
69 Euro

### ● Ehrenamtskurse

**Onlinekurs**  
10343E · Frank Richter  
**Di.** 18:30-20:30 Uhr, 10.03.26  
ab 7 TN · gebührenfrei

**Onlinekurs**  
10344E · Frank Richter  
**Mo.** 19:20:30 Uhr, 08.06.26  
ab 7 TN · gebührenfrei

**Wege aus der Stressfalle – Kompakt**  
**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
30305E · Martina Wack  
**Do.** 18-21 Uhr, ab 19.02.26 (2x)  
ab 7 TN · gebührenfrei

**Finanzen im Verein**  
**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
50441E · Sabrina Kissel  
**Mo.** 20-22 Uhr, ab 09.03.26 (2x)  
ab 7 TN · gebührenfrei

**Stiftungen & Fundraising – mögliche Wege zur Projektfinanzierung**  
**Bürstadt**, KamÜ  
50640E · Katrin Tönshoff-Wilkes  
**Mi.** 19-20:30 Uhr, 18.03.26  
ab 7 TN · gebührenfrei

**Gelassen im Verein – souverän mit Kritik umgehen**

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
50641E · Stephanie Schöfer  
**Sa.** 10-14 Uhr, 25.04.26  
ab 7 TN · gebührenfrei

**Showtime! Tanzen, Heben, Präsentieren**  
**Bensheim**, Hemsbergschule  
50642E · Sabine Schneider  
**Sa.** 9:30-13:30 Uhr, 18.04.26  
ab 7 TN · gebührenfrei

### ● Abendschule

Die Abendschule des Kreises Bergstraße ermöglicht Erwachsenen kostenlos den Erwerb von Abitur, Fachhochschulreife oder Mittlerer Reife (und Hauptschulabschluss). Neue Kurse der Abendreal- und Abendhauptschule starten am **02.02.2026**, Anmeldung bis **30.01.2026** im Sekretariat (Gerhart-Hauptmann-Str. 21, Heppenheim, Tel. 06252 794616). Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-12 Uhr, Mo & Mi 16.30-19 Uhr.

Das Abendgymnasium beginnt wieder im **August 2026**.

Infos: [www.abendschule-heppenheim.de](http://www.abendschule-heppenheim.de),  
[abendschule@kreis-bergstrasse.de](mailto:abendschule@kreis-bergstrasse.de)



**Service**

☎ 06251 17296-0



**JUNGE VHS**

✉ [info@kvhs-bergstrasse.de](mailto:info@kvhs-bergstrasse.de)

## ● Erlebniswelt Natur

**Jahreszeiten mit allen Sinnen erleben**

**Heppenheim**, Parkplatz Starkenburg

10917J · Viktoria Behem

**So.** 14-17 Uhr, 22.03.26 (4 UE)

ab 6 TN · 18,50 Euro

*für jedes Alter*

**Heppenheim**, Parkplatz Starkenburg

10918J · Viktoria Behem

**Sa.** 14:30-17:30 Uhr, 20.06.26 (4 UE)

ab 6 TN · 18,50 Euro

*für jedes Alter*

**NEU** **Nachtwanderung**

**Heppenheim-Unterhambach**, In der  
Wasserschöpp (Treffpunkt)

10919J · Viktoria Behem

**Fr.** 21-22:30 Uhr, 24.04.26 (2 UE)

ab 6 TN · 9,50 Euro

*für jedes Alter*



## ● Erlebniswelt Kloster Lorsch

**NEU** **Schaf Stoff Kleidung**

**Lorsch**, BIZ Lauresham

10920J · Florian Saum

**Mi.** 10-11:30 Uhr, 22.04.26 (2 UE)

ab 6 TN · 9,50 Euro

*ab 8 Jahren u. für Erwachsene und Familien*

**NEU** **Der Mensch und das liebe Vieh**

**Lorsch**, BIZ Lauresham

10921J · Patricia Scheuermann

**Mi.** 12-13:30 Uhr, 22.04.26 (2 UE)

ab 6 TN · 9,50 Euro

*ab 8 Jahren u. für Erwachsene und Familien*

**NEU** **Bunte Mosaik**

**Lorsch**, Museumszentrum

20812J · Team der Museumspädagogik

**Fr.** 14-17 Uhr, 10.04.26 (4 UE)

ab 6 TN · 18,50 Euro

*ab 7 Jahren*

*Materialkosten: ca. 3 Euro*

**NEU** **Schmuckwerkstatt**

**Lorsch**, BIZ Lauresham

21011J · Heike Wirth

**Mi.** 14-18 Uhr, 08.04.26 (5,33 UE)

ab 6 TN · 25 Euro

*ab 8 Jahren*

*Materialkosten: ca. 3 Euro*

## ● Erlebniswelt Kreativität

**KVHS Buchclub Junior**

**Heppenheim**, Buchhandlung May

20103J · Team der Buchhandlung May

**Sa.** 12-13 Uhr, ab 28.02.26 (4x)

ab 5 TN · gebührenfrei

*ab 8 bis 12 Jahren*

**NEU** **Comic-Tag**

**Heppenheim**, Buchhandlung May

20105J · Team der Buchhandlung May

**Sa.** 9-14 Uhr, 09.05.26

gebührenfrei

*ab 8 Jahren*





### Zeichenkurs für Kinder

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
20730J · Christian Schura  
**Mi.** 16-17:30 Uhr, ab 25.02.26  
(10x, 20 UE)  
ab 6 TN · 92 Euro  
ab 6 bis 12 Jahren

### Zeichnen für Kinder – Workshop

**Birkenau**, Altes Rathaus  
20731J · Christian Schura  
**Sa.** 15-17:15 Uhr, 28.02.26 (3 UE)  
ab 6 TN · 14 Euro  
ab 6 bis 12 Jahren

### Heppenheim, InFoReGen

20732J · Christian Schura  
**Sa.** 15-17:15 Uhr, 14.03.26 (3 UE)  
ab 6 TN · 14 Euro  
ab 6 bis 12 Jahren

### Bürstadt, KamÜ

20733J · Christian Schura  
**Sa.** 15-17:15 Uhr, 27.06.26 (3 UE)  
ab 6 TN · 14 Euro  
ab 6 bis 12 Jahren

### Comics und Mangas zeichnen

**Heppenheim**, InFoReGen  
20734J · Christian Schura  
**Sa.** 9:15-14:45 Uhr, 14.03.26 (6,67 UE)  
ab 6 TN · 34 Euro  
ab 12 Jahren und für Erwachsene

### Töpfern für Kinder

**Bensheim**, Kirchbergschule  
20809J · Antje Peters  
**Di.** 15:30-17 Uhr, ab 03.03.26 (6x, 12 UE)  
ab 6 TN · 55,50 Euro  
ab 6 bis 10 Jahren  
Materialkosten: 30 Euro (inkl. Brennpauschale)

### Kindergeburtstag? Töpfern!

**Bensheim**, Kirchbergschule  
20810J · Antje Peters  
**Termin** nach Absprache  
6-8 TN · 150 Euro (pro Gruppe)  
ab 6 bis 10 Jahren

### Töpfern – Klein mit Groß

**Fürth-Erlenbach**, Töpfereiwerkstatt  
20811J · Berit Hartwig  
**Sa.** 15-17:30 Uhr, 25.04.26 (3,33 UE)  
ab 4 TN · 42 Euro  
ab 5 bis 11 Jahren mit einem Erwachsenen.  
Erwachsene mit einem Kind zahlen die angegebene Gebühr – jedes weitere Kind kostet 10 Euro extra.  
Materialkosten: je nach Verbrauch

### NEU Makramee – Osterhase

**Bürstadt**, KamÜ  
20911J · Erika Rodenheber  
**Di.** 15-17 Uhr, 17.03.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 12,50 Euro  
ab 8 Jahren

### Makramee für Klein und Groß

**Heppenheim**, InFoReGen  
20912J · Erika Rodenheber  
**Mi.** 15-17 Uhr, 06.05.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 12,50 Euro  
ab 8 Jahren und für Erwachsene

### Näh dir was!

**Birkenau-Reisen**, Altes Rathaus  
20913J · Lilo Wittich  
**Sa.** 10-16 Uhr, 28.02.26 (7,33 UE)  
ab 6 TN · 34 Euro  
ab 9 Jahren  
Materialkosten: ca. 8 Euro

### Birkenau-Reisen, Altes Rathaus

20914J · Lilo Wittich  
**Sa.** 10-16 Uhr, 21.03.26 (7,33 UE)  
ab 6 TN · 34 Euro  
ab 9 Jahren  
Materialkosten: ca. 8 Euro

### Birkenau-Reisen, Altes Rathaus

20915J · Lilo Wittich  
**Sa.** 10-16 Uhr, 18.04.26 (7,33 UE)  
ab 6 TN · 34 Euro  
ab 9 Jahren  
Materialkosten: ca. 8 Euro

### Filzen zu Ostern

**Bürstadt**, KamÜ  
20920J · Kathrin Reuter  
**Fr.** 16-18 Uhr, 20.03.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 12,50 Euro  
ab 6 Jahren und für Erwachsene  
Materialkosten: ca. 5 Euro

### Lorsch, KVHS-Schulungszentrum

20921J · Kathrin Reuter  
**Fr.** 16-18 Uhr, 27.03.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 12,50 Euro  
ab 6 Jahren und für Erwachsene  
Materialkosten: ca. 5 Euro

### Florale Muttertagsgeschenke

**Bürstadt**, KamÜ  
21012J · Jeannine Beutke  
**Sa.** 14:30-17 Uhr, 02.05.26 (3,33 UE)  
ab 6 TN · 15,50 Euro  
ab 8 Jahren und für Erwachsene  
Materialkosten: ca. 39 Euro

### Kerzen gießen

**Bensheim**, Kirchbergschule  
20813J · Andrea Hermann  
**Sa.** 10-13 Uhr, 21.03.26 (4 UE)  
ab 4 TN · 28 Euro  
ab 12 Jahren und für Erwachsene  
Materialkosten: je nach Verbrauch

### Lochkamera

**Lautertal-Reichenbach**, Labor Hogen  
21101J · Günter Hogen  
**Sa.** 10-16:30 Uhr, 11.04.26 (8 UE)  
ab 6 TN · 37 Euro  
ab 9 Jahren und für Erwachsene  
Materialkosten: ca. 15 Euro

## ● Sport & Entspannung

### Waldbaden – für Kinder und Eltern

**Heppenheim**, Parkplatz Starkenburg  
30199J · Claudia Aktories  
**Sa.** 10-14 Uhr, 13.06.26 (5,33 UE)  
ab 4 Paaren · 39,50 Euro pro Elternteil-Kind-Paar

### Reitkurs am Sonntag

**Birkenau**, Reit- und Fahrverein Birkenau  
30290J · Team des Reit- u. Fahrvereins  
**So.** 9-14:30 Uhr, 15.03.26 (7,33 UE)  
ab 8 TN · 65 Euro  
ab 6 Jahren

### Birkenau, Reit- und Fahrverein Birkenau

30291J · Team des Reit- u. Fahrvereins  
**So.** 9-14:30 Uhr, 19.04.26 (7,33 UE)  
ab 8 TN · 65 Euro  
ab 6 Jahren

## ● Sprachen



### Spanisch,

### Cantar, Bailar, Jugar, Niveau A1

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
42202J · Carolina Olea Canessa  
**Mi.** 14:15-15 Uhr, ab 25.02.26 (10x, 10 UE)  
ab 6 TN · 53 Euro  
ab 4 bis 6 Jahren  
Materialkosten: 15 Euro

### Lorsch, KVHS-Schulungszentrum

42203J · Carolina Olea Canessa  
**Mi.** 15-15:45 Uhr, ab 25.02.26 (10x, 10 UE)  
ab 6 TN · 53 Euro  
ab 7 bis 11 Jahren  
Materialkosten: 15 Euro

## ● Digitale Abenteuer

### Smartphone-Führerschein

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
50159J · Alexandra Becker  
**Mi.** 15-16:30 Uhr, ab 04.03.26 (3x, 6 UE)  
ab 6 TN · 34 Euro  
ab 10 Jahren

### Spielend programmieren lernen

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
50160J · Peter Hetzler  
**Mi.** 10-13 Uhr, ab 08.04.26 (3x, 12 UE)  
ab 6 TN · 84 Euro  
ab 11 Jahren



NEU

**DO-IT Vol. 1: KI beim Lernen für die Schule – Einfacher und sicherer Einstieg mit vielen Praxistipps**  
**Onlinekurs**

50161J · Thorsten H. Bradt  
**Di.** 10:30-12 Uhr, 07.04.26 (2 UE)  
ab 1 TN · gebührenfrei  
ab 11 bis 16 Jahren



NEU

**DO-IT Vol. 2: KI im „Hausaufgabenmodus“ – Besser lernen mit Künstlicher Intelligenz?!**  
**Onlinekurs**

50162J · Thorsten H. Bradt  
**Di.** 13-14:30 Uhr, 07.04.26 (2 UE)  
ab 1 TN · gebührenfrei  
ab 11 bis 16 Jahren



NEU

**DO-IT Vol. 3: MINT-Lab – Dein KI-Experiment – Komplexe Fächer meistern und Zukunfts-Skills aufbauen**  
**Onlinekurs**

50163J · Thorsten H. Bradt  
**Mi.** 10:30-12 Uhr, 08.04.26 (2 UE)  
ab 1 TN · gebührenfrei  
ab 11 bis 16 Jahren



NEU

**DO-IT Vol. 4: KI zum Sprachenlernen – Step-by-Step zu perfekten Sprachkenntnissen**  
**Onlinekurs**

50164J · Thorsten H. Bradt  
**Mi.** 13-14:30 Uhr, 08.04.26 (2 UE)  
ab 1 TN · gebührenfrei  
ab 11 bis 16 Jahren



NEU

**DO-IT Vol. 5: KI für kreative Köpfe – Referate und Präsentationen mit Künstlicher Intelligenz gestalten**  
**Onlinekurs**

50165J · Thorsten H. Bradt  
**Do.** 10:30-14:30 Uhr, 09.04.26 (4 UE)  
ab 1 TN · gebührenfrei  
ab 11 bis 16 Jahren



NEU

**DO-IT Vol. 6: KI fortgeschrittene Techniken – KI-gestütztes Schreiben und Denken für die Schule**  
**Onlinekurs**

50167J · Thorsten H. Bradt  
**Fr.** 10:30-14:30 Uhr, 10.04.26 (4 UE)  
ab 1 TN · gebührenfrei  
ab 11 bis 16 Jahren

**LEGO® Spike Essentials**

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
50168J · Jan Fuchs  
**Di.** 10-12 Uhr, ab 07.04.26 (4x, 10,67 UE)  
ab 6 TN · gebührenfrei  
ab 6 bis 9 Jahren

**Tastaturschreiben mit Word**

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
50438J · Alexandra Becker  
**Mo.** 15.30-17:30 Uhr, ab 23.02.26 (5x, 13,33 UE)  
ab 6 TN · 106 Euro  
ab 10 Jahren

## ● Mathe & Lerntechniken



**Crashkurs Mathe**  
**Gut vorbereitet in die Q-Phase**

**Onlinekurs**  
50440J · Stella Svenja Zeymer  
**Mo.** 10-13 Uhr, ab 03.08.26 (3x, 12 UE)  
ab 6 TN · 67,50 Euro

**Fit fürs hessische Mathe-Abi – Teil 2**

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
50437J · Constantin Morweiser, Philipp Reiber  
**Sa.** 9-12 Uhr, ab 17.01.26 (5x, 20 UE)  
ab 6 TN · 112 Euro

**Lernen, das hängen bleibt**

**Heppenheim**, InFoReGen  
50631J · Heike von Steht  
**Sa.** 10-14:30 Uhr, 07.03.26 (6 UE)  
ab 6 TN · 100 Euro  
ab 12 Jahren

**Locker in die Prüfung**

**Heppenheim**, Eckweg, Parkplatz Friedhof  
50632J · Heike von Steht  
**Sa.** 10-16 Uhr, 21.03.26 (8 UE)  
ab 4 TN · 67,50 Euro  
ab 12 Jahren

**Leistung: So geht's stressfrei**

**Heppenheim**, InFoReGen  
50629J · Heike von Steht  
**Termin** nach Absprache  
ab 1 TN · 66,50 Euro für 60 Min. Unterricht



**Sei dabei, wenn Inklusion Leben rettet**

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
50633J · Stephanie Schöfer  
**Do.** 8-13 Uhr, 23.04.26  
ab 6 TN · gebührenfrei  
ab 12 bis 16 Jahren

Erlebe, wie Krisenschutz wirklich funktioniert, entdecke versteckte Barrieren im Notfall und finde heraus, welche Rolle du in einer zukunftsorientierten, inklusiven Katastrophenvorsorge spielen kannst.

## ● Stark für morgen

**Meine Finanzen**

**Heppenheim**, InFoReGen  
10345J · Susanne Asche  
**Do.** 18:30-20:30 Uhr, 19.03.26 (2,67 UE)  
ab 4 TN · 18,50 Euro  
für Schülerinnen und Schüler ab 16 Jahren, Azubis und Studierende

NEU

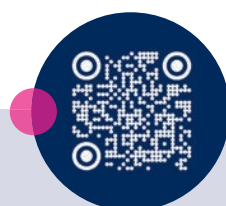
**Dein starker Start in die Ausbildung**

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
50630J · Kerstin Tulka  
**Sa.** 10-14 Uhr, 20.06.26 (5,33 UE)  
ab 4 TN · 45 Euro

NEU

**Trau dich! Mehr Mut, mehr Selbstvertrauen, mehr du**

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
50635J · Maïke Schulz  
**Sa.** 9-13 Uhr, 14.03.26 (5,33 UE)  
ab 6 TN · 30 Euro  
ab 13 bis 16 Jahren



**BITTE NUTZEN SIE UNSERE HOMEPAGE...**

[www.kvhs-bergstrasse.de](http://www.kvhs-bergstrasse.de) um sich zu informieren über:

Die aktuellen Kurstermine, die ausführliche Kursbeschreibung, die Adresse und Wegbeschreibung zum Unterrichtsort.





**Angela Volk**  
Fachbereichsleitung  
☎ 06251 17296-12

**Angelika Saxer**  
Verwaltung  
☎ 06251 17296-16



## GESELLSCHAFT UND LEBEN

✉ [gesellschaft@kvhs-bergstrasse.de](mailto:gesellschaft@kvhs-bergstrasse.de)



Schauen Sie gerne auch in unsere Rubrik „Junge VHS“ – dort finden Sie Kurse, die sich sowohl an Kinder und Jugendliche, als auch an Erwachsene richten. Einige Kurse, die nicht in Schulen stattfinden, können auch während der Ferien laufen. Bitte bringen Sie bei Bedarf eigene Verpflegung zu den Kursen mit.

### ● vhs.wissen live

Diese Vortragsreihe mit aktuellen Themen aus Politik, Gesellschaft, Wissenschaft und Wirtschaft läuft online und erreicht Sie zu Hause oder an einem beliebigen Ort. Sie nehmen teil an Vorträgen renommierter Persönlichkeiten aus Wissenschaft und Medien – live gestreamt von den Volkshochschulen der Landkreise München und Erding. Sie können Ihre Fragen stellen und im Live-Chat mitdiskutieren. Dazu brauchen Sie einen internetfähigen PC, Laptop, Tablet oder ein Smartphone, wenn möglich mit Mikrofon und Kamera. Sie zahlen einmalig die Gebühr und erhalten dafür Zugang zu allen Onlinevorträgen dieser Reihe. Die Anmeldung zur Vortragsreihe erfolgt über die Kursnummer 10050. Eine Kurzbeschreibung der einzelnen Vorträge finden Sie auf unserer Homepage [www.kvhs-bergstrasse.de](http://www.kvhs-bergstrasse.de), ausführliche Beschreibungen und weitere Informationen finden Sie auf der Homepage [www.vhs-wissen-live.de](http://www.vhs-wissen-live.de)



**Digitale Vortragsreihe  
vhs.wissen live**

#### Onlinekurse

10050Y

**20 Euro (umfasst den Besuch aller  
Vorträge mit den Kursnummern 10020-  
10037)**

#### **Konflikte und Konfliktlösung in Insekten-Staaten**

Prof. Dr. Jürgen Heinze  
**Mo.** 19:30-21 Uhr, 02.02.26

#### **Ist künstliche Intelligenz schon intelligent?**

Prof. Dr. Moritz Helmstaedter  
**Mo.** 19:30-21 Uhr, 23.02.26

#### **Fehlerhafte Menschen und Maschinen- fehler**

Prof. Dr. Martina Heßler  
**Di.** 19:30-21 Uhr, 24.02.26

#### **Jim Knopf, die Halbdrachen und die deutsche Geschichte**

Prof. Dr. Julia Voss  
**So.** 19:30-21 Uhr, 01.03.26

#### **Die Frau als Mensch. Am Anfang der Geschichte.**

Ulli Lust  
**Mi.** 19:30-21 Uhr, 04.03.26

#### **Kunst im Ohr – Ein Livestream für alle Sinne**

Dr. Andrea Weniger, Jochen Meister,  
Claudia Böhme  
**Mi.** 19:30-21 Uhr, 11.03.26

#### **Geld und Freiheit im Zeitalter der Kryptowährungen**

Prof. Dr. Aaron Sahr  
**Mo.** 19:30-21 Uhr, 16.03.26

#### **Antisemitismus – Was gibt es da zu erklären?**

Prof. Dr. Jan Philipp Reemtsma  
**Mi.** 19:30-21 Uhr, 25.03.26

#### **Kunst und Kultur im Rom der Nachkriegszeit**

Dr. Lisa Hockemeyer  
**Mi.** 19:30-21 Uhr, 01.04.26



### Benvenuto Cellini. Ein Künstlerleben

Prof. em. Dr. Andreas Beyer  
Do. 19:30-21 Uhr, 02.04.26

### Die Gletscher: Von der letzten Eiszeit bis morgen

Dr. Andrea Fischer  
Do. 19:30-21 Uhr, 16.04.26

### Warum nicht losen?

Barbara Stollberg-Rilinger  
Mi. 19:30-21 Uhr, 22.04.26

### Die Kelten

Prof. Dr. Bernhard Maier  
Mi. 19:30-21 Uhr, 29.04.26

### In der Nähe: Eine ostdeutschen Sehnsucht

Dr. Simon Strauß  
Mo. 19:30-21 Uhr, 18.05.26

### Cahokia: indigene Hochkultur in Nordamerika

Prof. Dr. Michael Hochgeschwender  
Di. 19:30-21 Uhr, 09.06.26

### Bauchentscheidungen

Prof. Dr. Gerd Gigerenzer  
Do. 19:30-21 Uhr, 18.06.26

### Zukunft der industriellen Produktion

Dr. Björn Sautter  
Di. 19:30-21 Uhr, 23.06.26

### Musik, Wissenschaft und Technik

Prof. Dr. Myles W. Jackson  
Di. 19:30-21 Uhr, 21.07.26

## ● Philosophie

### NEU Philosophischer Februar

Lorsch, KVHS-Schulungszentrum  
10801 · Jochen König  
Mi. 17:30-19 Uhr, ab 04.02.26 (4x, 8 UE)  
ab 6 TN · 37 Euro

### Philosophinnen zum Weltfrauentag

Heppenheim, InFoReGen  
10803 · Jochen König  
Mo. 9:30-11 Uhr, 09.03.26 (2 UE)  
ab 6 TN · 9,50 Euro

### Philosophischer Spaziergang

Lorsch, Museumszentrum  
10804 · Jochen König  
Sa. 10-12 Uhr, 18.04.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 12,50 Euro

### NEU Philosophischer Mai

Lorsch, KVHS-Schulungszentrum  
10802 · Jochen König  
Mi. 17:30-19 Uhr, ab 06.05.26 (3x, 6 UE)  
ab 6 TN · 28 Euro

### Philosophisches Café

Bensheim, Café Schmitt  
10805 · Jochen König  
Sa. 10-12 Uhr, 27.06.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 12,50 Euro  
*Speisen und Getränke sind nicht in der Gebühr enthalten.*

### NEU Philosophischer Weinabend

Heppenheim, Weinkiste  
10806 · Jochen König  
Fr. 18-20 Uhr, 10.07.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 12,50 Euro  
*Speisen und Getränke sind nicht in der Gebühr enthalten.*

## ● Geschichte

### Ehemalige Synagoge in Hemsbach

Hemsbach, ehemalige Synagoge  
10101 · Albrecht Lohrbächer  
Do. 14:30-16:30 Uhr, 19.03.26  
ab 8 TN · gebührenfrei

### Jüdischer Friedhof Alsbach

Alsbach-Hähnlein, Jüdischer Friedhof, Nordtor  
10102 · Nicole Rieskamp  
So. 13-14:30 Uhr, 21.06.26  
ab 6 TN · gebührenfrei

## ● Pädagogik & Familie

### Stillwissen - Stark für den Start

Lorsch, KVHS-Schulungszentrum  
10501 · Gina Rupprecht  
Fr. 19-20:30 Uhr, 24.04.26 (2 UE)  
ab 6 TN · 9,50 Euro

### NEU Letzte Hilfe

Lorsch, KVHS-Schulungszentrum  
10502 · Hospiz-Verein Bergstraße e.V.  
Sa. 9-13 Uhr, 14.03.26 (5,33 UE)  
ab 8 TN · 18,50 Euro

Lorsch, KVHS-Schulungszentrum  
10504 · Hospiz-Verein Bergstraße e.V.  
Sa. 9-13 Uhr, 09.05.26 (5,33 UE)  
ab 8 TN · 18,50 Euro

### GO – Spiel der Samurai – Schnuppern

Heppenheim, InFoReGen  
10505 · Michael Tiegelkamp  
Sa. 11-12 Uhr, 28.02.26  
ab 6 TN · gebührenfrei



## PFLEGEFAMILIE WERDEN ?

Der Pflegekinderdienst des Kreises Bergstraße sucht engagierte Familien, Paare oder Einzelpersonen, die bereit sind, ein Kind vorübergehend oder dauerhaft bei sich aufzunehmen. Informieren Sie sich über die Voraussetzungen, Aufgaben und Unterstützungsangebote rund ums Pflegeverhältnis.

✉ [pflegekinderdienst@kreis-bergstrasse.de](mailto:pflegekinderdienst@kreis-bergstrasse.de)

### Frau Marx

Vollzeitpflege  
☎ 06252 15-5127

### Frau Giebeler

Bereitschaftspflege  
☎ 06252 15-5196








**GO – Spiel der Samurai – Grundlagen**  
**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
 10506 · Michael Tiegelkamp  
 Di. 18:30-20 Uhr, ab 10.03.26 (6x, 12 UE)  
 ab 6 TN · 55,50 Euro

**GO – Spiel der Samurai – Spielpraxis**  
**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
 10507 · Michael Tiegelkamp  
 Di. 18:30-20 Uhr, ab 05.05.26 (6x, 12 UE)  
 ab 6 TN · 55,50 Euro



## ● Klima und Wir

 Volkshochschulen sind wichtige Bildungs- und Austauschorte für Klimaschutz. Mit der kostenlosen Online-Reihe „Klima und Wir“ erhalten Sie praxisnahes Wissen zu Klimawandel, Nachhaltigkeit und umweltbewusstem Handeln. Sie benötigen lediglich einen PC, Laptop oder mobiles Endgerät mit Internetanschluss und erhalten nach Anmeldung den entsprechenden Link zum Kurs. Die Veranstaltungsreihe ist Teil des Projekts „vhs goes green 2“ und wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klima, im Rahmen der Nationalen Klimaschutzinitiative.



**NEU Klima und Eigenanbau**  
 10401Y · René Franz  
 Di. 18-19:30 Uhr, 24.02.26  
 gebührenfrei

**NEU Klima und Kultur**  
 10402Y · Franziska Mohaupt  
 Mi. 18-19:30 Uhr, 18.03.26  
 gebührenfrei

**NEU Klima und Beteiligung**  
 10403Y · Dr. Jonathan Seim  
 Mi. 18-19:30 Uhr, 22.04.26  
 gebührenfrei

**NEU Klima und Psychologie**  
 10405Y · Anna-Sophie von Agris  
 Do. 18-19:30 Uhr, 07.05.26  
 gebührenfrei

**NEU Klima und Finanzen**  
 10406Y · Michael Herte  
 Mi. 18-19:30 Uhr, 03.06.26  
 gebührenfrei

## ● Natur & Länder

**Bretagne – Land am Meer**  
**Bürrstadt**, KamÜ  
 10901V · Dieter Maupai  
 Fr. 19-20:30 Uhr, 13.03.26  
 10 Euro

**Guadeloupe – ein Stück Europa in der Karibik**  
**Bensheim**, vhs-Seminarraum  
 10902V · Dieter Maupai  
 Mo. 19-20:30 Uhr, 04.05.26  
 10 Euro

**NEU Wasserqualität des Rheins im Spiegel der Zeit**  
**Heppenheim**, Haus der Kirche  
 10904 · Walter Reinhard  
 Do. 18:30-20 Uhr, 12.03.26  
 11,50 Euro

**Japanische Teezeremonie**  
**Bensheim**, Kirchbergschule  
 10905 · Toshiko Toribuchi  
 Sa. 14-16 Uhr, 25.04.26 (2,67 UE)  
 ab 6 TN · 21,50 Euro  
 Materialkosten: 5 Euro

**Kräuter-Wanderungen**  
**Zwingenberg-Rodau**, Sportplatz  
 10906 · Christiane Tydecks  
 Fr. 15-17:30 Uhr, 17.04.26 (3,33 UE)  
 ab 6 TN · 15,50 Euro

**Heppenheim**, Starkenburg (Parkplatz)  
 10907 · Christiane Tydecks  
 Fr. 15-17:30 Uhr, 24.04.26 (3,33 UE)  
 ab 6 TN · 15,50 Euro

**Bensheim**, Kreuzung Neuhofstraße-Wiesenstraße  
 10908 · Annika Berg  
 Sa. 10-12:30 Uhr, 25.04.26 (3,33 UE)  
 ab 6 TN · 15,50 Euro

**Kräuter für Salben und Seifen**  
**Bensheim**, Kirchbergschule  
 10911 · Annika Berg  
 Sa. 10-13 Uhr, 18.04.26 (4 UE)  
 ab 6 TN · 18,50 Euro  
 Nebenkosten für Verkostung: ca. 3 Euro

**NEU Wild- und Gartenkräuter**  
**Lorsch**, BiZ Laresham  
 10912 · Christiane Tydecks  
 Fr. 13:30-16 Uhr, 22.05.26 (3,33 UE)  
 ab 6 TN · 15,50 Euro  
 Eintritt Freilichtmuseum: 5 Euro, ermäßigt 3 Euro; Materialkosten: ca. 5 Euro

**Der Lorsch Heilkräutergarten**  
**Lorsch**, Museumszentrum  
 10913 · Christiane Tydecks  
 Fr. 15-16:30 Uhr, 12.06.26 (2 UE)  
 ab 6 TN · 9,50 Euro

**Imkern – ein erster Kontakt**  
**Lautertal-Reichenbach**, Imkerhof Schuch  
 10914 · Martina Schuch  
 Sa. 13-16 Uhr, ab 28.03.26 (6x, 24 UE)  
 ab 6 TN · 110,50 Euro  
 zzgl. Verköstigung (inkl. Glas Honig): ca. 30 Euro

**NEU Das erste Jahr mit Hund**  
**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
 10915 · Hanna David  
 Mi. 19-21 Uhr, 11.03.26 (2,67 UE)  
 ab 6 TN · 18 Euro

**Körpersprache des Hundes**  
**Heppenheim**, Haus der Kirche  
 10916 · Hanna David  
 Mi. 19-21 Uhr, 20.05.26 (2,67 UE)  
 ab 6 TN · 18 Euro

## ● Verbraucherfragen

**Verfügungen und Vollmachten**  
**Bürrstadt**, KamÜ  
 10319 · Claudius Keller  
 Do. 19-21 Uhr, 16.04.26 (2,67 UE)  
 ab 6 TN · 18 Euro

**Heppenheim**, InFoReGen  
 10320 · Claudius Keller  
 Do. 19-21 Uhr, 11.06.26 (2,67 UE)  
 ab 6 TN · 18 Euro

**Notfallordner erstellen**  
**Bürrstadt**, KamÜ  
 10321 · Susanne Asche  
 Mo. 18:30-20:30 Uhr, 27.04.26 (2,67 UE)  
 ab 4 TN · 18,50 Euro



### Wie mache ich mein Testament?

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
10322 · Claudius Keller  
Do. 19-21 Uhr, 05.03.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 18 Euro

### Bürstadt, KamÜ

10323 · Claudius Keller  
Do. 19-21 Uhr, 21.05.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 18 Euro

### Vermögensübergabe – Schenkungen

**Bensheim**, vhs-Seminarraum  
10324 · Claudius Keller  
Do. 19-21 Uhr, 07.05.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 18 Euro

### NEU Über Geld spricht man – nicht?

**Heppenheim**, InFoReGen  
10325 · Susanne Asche  
Do. 18:30-20:30 Uhr, 05.03.26 (2,67 UE)  
ab 4 TN · 18,50 Euro

### Plötzlich ist Geld da

**Bensheim**, vhs-Seminarraum  
10326 · Susanne Asche  
Di. 18:30-20:30 Uhr, 17.03.26 (2,67 UE)  
ab 4 TN · 18,50 Euro

### Geldanlage mit ETF

**Bürstadt, KamÜ**  
10327 · Susanne Asche  
Mo. 18:30-20:30 Uhr, ab 23.02.26  
(2x, 5,33 UE)  
ab 4 TN · 37 Euro

### Im Alter finanziell abgesichert

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
10328 · Susanne Asche  
Mi. 18:30-20:30 Uhr, 25.03.26 (2,67 UE)  
ab 4 TN · 18,50 Euro

### Nachhaltige Finanzplanung

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
10329 · Susanne Asche  
Mi. 18:30-20:30 Uhr, 15.04.26 (2,67 UE)  
ab 4 TN · 18,50 Euro

### Wege zum Vermögensaufbau

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
10330 · Susanne Asche  
Mi. 18:30-20:30 Uhr, 22.04.26 (2,67 UE)  
ab 4 TN · 18,50 Euro

### Arbeit und Rente – Teil 1

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
10331W · Martina Jacobowsky  
Sa. 10-12 Uhr, 11.04.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 15 Euro

### Arbeit und Rente – Teil 2

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
10332W · Martina Jacobowsky  
Sa. 10-12 Uhr, 30.05.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 15 Euro



### NEU Der Versicherungskompass Onlinekurs

10333Y · Kevin Böhm  
Fr. 18-20 Uhr, 12.06.26 (2,67 UE)  
ab 1 TN · 18,50 Euro

### Solarstrom für Haus und Balkon

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
10334V · Bürger Solar Beratung  
Do. 19-20:30 Uhr, 12.03.26  
ab 6 TN · gebührenfrei

### Bensheim, Kirchbergschule

10335V · Bürger Solar Beratung  
Di. 19-20:30 Uhr, 05.05.26  
ab 6 TN · gebührenfrei

### Neckarsteinach, Freiherr-v.-Stein-Schule

10336V · Bürger Solar Beratung  
Di. 19-20:30 Uhr, 14.04.26  
ab 6 TN · gebührenfrei

### Lautertal-Reichenbach, Rathaus

10337V · Bürger Solar Beratung  
Di. 19-20:30 Uhr, 21.04.26  
ab 6 TN · gebührenfrei

### Lindenfels, Bürgerhaus

10338V · Bürger Solar Beratung  
Di. 19-20:30 Uhr, 28.04.26  
ab 6 TN · gebührenfrei



### NEU Vereinsamung durch Digitalisierung?

**Onlinekurs**  
10339Y · Peter Hetzler  
Sa. 10-11:30 Uhr, 21.03.26 (2 UE)  
ab 6 TN · 9,50 Euro



### NEU Unsterblich durch KI?

**Onlinekurs**  
10340Y · Peter Hetzler  
Sa. 10-11:30 Uhr, 07.03.26 (2 UE)  
ab 6 TN · 9,50 Euro

### NEU Bin ich die Einzige, die hier aufräumt?! – Warum Haushalt Teamwork ist und wie es funktionieren kann

**Bürstadt, KamÜ**  
10341W · Jessica Hassenzahl  
Do. 18-20 Uhr, 26.03.26 (2,67 UE)  
für Frauen · ab 6 TN · 12,50 Euro

### Aufräumen – leicht gemacht – Folgekurs

**Heppenheim**, Haus der Kirche  
10342 · Gabriele Huber  
Mo. 18:30-20 Uhr, ab 02.03.26 (2x, 4 UE)  
ab 6 TN · 18,50 Euro



## ● Typ & Stil

### Farbtyp-Beratung

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
10601 · Petra Gehbauer  
Sa. 10-15 Uhr, 28.03.26 (6 UE)  
ab 6 TN · 28 Euro

### Heppenheim, InFoReGen

10602 · Petra Gehbauer  
Sa. 10-15 Uhr, 16.05.26 (6 UE)  
ab 6 TN · 28 Euro

### Rimbach, Freiraum

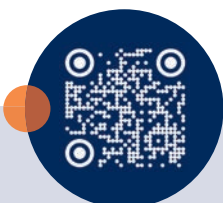
10604 · Petra Gehbauer  
Fr. 14-19 Uhr, 19.06.26 (6 UE)  
ab 6 TN · 28 Euro

### Make-up in zehn Minuten

**Rimbach**, Freiraum  
10605W · Petra Gehbauer  
Fr. 14-19 Uhr, 27.02.26 (6 UE)  
für Frauen · ab 6 TN · 28 Euro  
Materialkosten: 5 Euro

### Bürstadt, KamÜ

10606W · Petra Gehbauer  
Sa. 10-15 Uhr, 25.04.26 (6 UE)  
für Frauen · ab 6 TN · 28 Euro  
Materialkosten: 5 Euro



**BITTE NUTZEN SIE UNSERE HOMEPAGE...**

[www.kvhs-bergstrasse.de](http://www.kvhs-bergstrasse.de) um sich zu informieren über:

Die aktuellen Kurstermine, die ausführliche Kursbeschreibung, die Adresse und Wegbeschreibung zum Unterrichtsort.





**Angela Volk**  
Fachbereichsleitung  
☎ 06251 17296-12

**Angelika Saxer**  
Verwaltung  
☎ 06251 17296-16



## KULTUR UND KREATIVITÄT

✉ kultur@kvhs-bergstrasse.de



Schauen Sie gerne auch in unsere Rubrik „Junge VHS“ - dort finden Sie Kurse, die sich sowohl an Kinder und Jugendliche, als auch an Erwachsene richten.

Einige Kurse, die nicht in Schulen stattfinden, können auch während der Ferien laufen. Bitte bringen Sie bei Bedarf eigene Verpflegung zu den Kursen mit.

### ● Text & Bühne

#### Neues auf dem Büchermarkt

**Heppenheim**, Buchhandlung May  
20101 · Team der Buchhandlung May  
Sa. 15-17 Uhr, 18.04.26  
gebührenfrei

#### KVHS Buchclub

**Heppenheim**, Haus der Kirche  
20102 · Team der Buchhandlung May  
Fr. 16-17:30 Uhr, ab 20.02.26 (4x, 8 UE)  
ab 5 TN · 15 Euro  
*Bücher sind nicht in der Gebühr enthalten.*

#### Buchgenuss nach Ladenschluss

**Heppenheim**, Buchhandlung May  
20104 · Team der Buchhandlung May  
Termin nach Absprache  
4-8 TN · 25 Euro (pro Gruppe)

#### Improvisationstheater – Workshop

**Heppenheim**, InFoReGen  
20401 · Hans-Peter Stoll  
Sa. 10-15:30 Uhr, 14.03.26 (7,33 UE)  
ab 6 TN · 34 Euro

#### Improvisationstheater am Abend

**Heppenheim**, InFoReGen  
20402 · Hans-Peter Stoll  
Mi. 18:30-20:30 Uhr, ab 06.05.26  
(4x, 10,67 UE)  
ab 6 TN · 49,50 Euro



### ● Stimme & Musik

#### Singen macht schön

**Zwingenberg**, Voiceakademie  
21301 · Jeanette Giese  
Fr. 18-21:30 Uhr, 13.03.26  
Sa. 10-13 Uhr, 14.03.26 (8,67 UE)  
ab 4 TN · 60 Euro

**Heppenheim**, InFoReGen  
21302 · Jeanette Giese  
Fr. 18-21:30 Uhr, 24.04.26  
Sa. 10-13 Uhr, 25.04.26 (8,67 UE)  
ab 4 TN · 60 Euro

#### Heilsames Singen – Workshop

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
21303 · Jutta Weis  
Sa. 14-17 Uhr, 28.02.26 (4 UE)  
ab 4 TN · 28 Euro

**Heppenheim**, InFoReGen  
21304 · Jutta Weis  
Sa. 14-17 Uhr, 20.06.26 (4 UE)  
ab 4 TN · 28 Euro



### Songwriting – Workshop

**Rimbach**, Musikwerkstatt  
**21305** · Salma Kiem  
**Sa.** 14-18 Uhr, 07.03.26 (5,33 UE)  
 ab 4 TN · 37 Euro

### Einstieg in die Gehörbildung

**Rimbach**, Musikwerkstatt  
**21306** · Alexander Bräumer  
**Sa.** 14-18 Uhr, 14.03.26 (5,33 UE)  
 ab 4 TN · 37 Euro

### Meine Stimme – meine Persönlichkeit

**Zwingenberg**, Voiceakademie  
**21307** · Jeanette Giese  
**Fr.** 18-21:30 Uhr, 12.06.26  
**Sa.** 10-13 Uhr, 13.06.26 (8,67 UE)  
 ab 4 TN · 60 Euro

### Ukulele – Workshop

**Rimbach**, Musikwerkstatt  
**21309** · Dominik Lasic  
**Sa.** 14-18 Uhr, 21.03.26 (5,33 UE)  
 ab 4 TN · 37 Euro

**Rimbach**, Musikwerkstatt  
**21310** · Dominik Lasic  
**Sa.** 14-18 Uhr, 25.04.26 (5,33 UE)  
 ab 4 TN · 37 Euro

**Rimbach**, Musikwerkstatt  
**21312** · Dominik Lasic  
**Sa.** 14-18 Uhr, 09.05.26 (5,33 UE)  
 ab 4 TN · 37 Euro

### Ukulele – Melodiespiel

**Rimbach**, Musikwerkstatt  
**21313** · Alexander Bräumer  
**Sa.** 14-18 Uhr, 23.05.26 (5,33 UE)  
 ab 4 TN · 37 Euro

### Ukulele für Fortgeschrittene

**Rimbach**, Musikwerkstatt  
**21314** · Alexander Bräumer  
**Sa.** 14-18 Uhr, 20.06.26 (5,33 UE)  
 ab 4 TN · 37 Euro

### Akustische Gitarre

**Rimbach**, Musikwerkstatt  
**21315** · Dominik Lasic  
**So.** 14-18 Uhr, 22.03.26 (5,33 UE)  
 ab 4 TN · 37 Euro

### Mundharmonika – Workshop

**Heppenheim**, InFoReGen  
**21316** · Didi Neumann  
**So.** 11-18 Uhr, 21.06.26 (8 UE)  
 ab 6 TN · 53,50 Euro

### Meine Cajón – selbst gebaut

**Rimbach**, Musikwerkstatt  
**21317** · Alexander Bräumer  
**Sa.** 14-18 Uhr, 30.05.26 (5,33 UE)  
 ab 4 TN · 37 Euro  
 Materialkosten: 49 Euro

### Cajón – Rhythmus-Workshop

**Rimbach**, Musikwerkstatt  
**21318** · Simon Bräumer  
**Sa.** 10-13 Uhr, 13.06.26 (4 UE)  
 ab 4 TN · 28 Euro

### Djembé – Workshop

**Rimbach**, Musikwerkstatt  
**21319** · Simon Bräumer  
**Sa.** 14-17 Uhr, 13.06.26 (4 UE)  
 ab 4 TN · 28 Euro



## Tanz

### Griechische Tänze – zum Einstiegen

**Bensheim**, Grundschule Kappesgärten  
**20501** · Susan Lotz  
**Do.** 19:30-21 Uhr, ab 26.02.26 (12x, 24 UE)  
 ab 8 TN · 82 Euro

### Griechische Tänze – mit Vorerfahrung

**Bensheim**, Grundschule Kappesgärten  
**20502** · Susan Lotz  
**Mi.** 19:30-21 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
 ab 8 TN · 82 Euro

### Line Dance – mit ersten Vorerfahrungen

**Lorsch**, Wingertsbergschule, Sporthalle  
**20503** · Heidi Hlousek  
**Mi.** 17-18 Uhr, ab 25.02.26 (11x, 14,67 UE)  
 ab 6 TN · 67,50 Euro

### Line Dance – für Fortgeschrittene

**Heppenheim**, InFoReGen  
**20504** · Yvonne Zielonka, Heidi Hlousek  
**Do.** 18-19:30 Uhr, ab 15.01.26 (17x, 34 UE)  
 ab 8 TN · 116 Euro

### Line Dance – mit fundierten Kenntnissen

**Heppenheim**, InFoReGen  
**20505** · Yvonne Zielonka, Heidi Hlousek  
**Do.** 19:30-21 Uhr, ab 15.01.26 (17x, 34 UE)  
 ab 8 TN · 116 Euro

### Modern Line Dance – mit ersten Vorerfahrungen

**Heppenheim**, InFoReGen  
**20506** · Yvonne Zielonka, Heidi Hlousek  
**Do.** 9:30-11 Uhr, ab 15.01.26 (17x, 34 UE)  
 ab 8 TN · 116 Euro

### Line Dance Abend – zum Einstiegen

**Heppenheim**, InFoReGen  
**20507** · Yvonne Zielonka, Heidi Hlousek  
**Fr.** 18-19:30 Uhr, 20.03.26 (2 UE)  
 ab 8 TN · 7 Euro

**Heppenheim**, InFoReGen  
**20508** · Yvonne Zielonka, Heidi Hlousek  
**Fr.** 18-19:30 Uhr, 08.05.26 (2 UE)  
 ab 8 TN · 7 Euro

### Line Dance Abend – mit Vorerfahrung

**Heppenheim**, InFoReGen  
**20509** · Yvonne Zielonka, Heidi Hlousek  
**Fr.** 19:30-21 Uhr, 20.03.26 (2 UE)  
 ab 8 TN · 7 Euro

**Heppenheim**, InFoReGen  
**20513** · Yvonne Zielonka, Heidi Hlousek  
**Fr.** 19:30-21 Uhr, 08.05.26 (2 UE)  
 ab 8 TN · 7 Euro

NEU

### Ecstatic Dance

**Heppenheim**, InFoReGen  
**20515W** · Natalie Ganske  
**Di.** 19:45-20:45 Uhr, ab 03.03.26  
 (5x, 6,67 UE)  
 für Frauen · ab 6 TN · 31 Euro

## Malen & Zeichnen

### Aquarellieren

**Wald-Michelbach**, Überwald-Gymnasium  
**20701** · Gertrud Wagner  
**Mo.** 19-21 Uhr, ab 23.02.26 (8x, 21,33 UE)  
 ab 6 TN · 98,50 Euro

### Aquarellmalen – Basics – Abendkurs

**Bensheim**, Kirchbergschule  
**20702** · Gabriele Korst  
**Mo.** 18:15-20 Uhr, ab 23.02.26 (6x, 14 UE)  
 ab 6 TN · 64,50 Euro

NEU

### Aquarellmalen – Basics – Wochenendkurs

**Bensheim**, Kirchbergschule  
**20703** · Gabriele Korst  
**Sa.** 10-15 Uhr, ab 28.02.26 (2x, 13,33 UE)  
 ab 6 TN · 61,50 Euro

### Aquarellmalen – mit Erfahrung

**Bensheim**, Kirchbergschule  
**20704** · Gabriele Korst  
**Di.** 17:30-19:15 Uhr, ab 24.02.26  
 (10x, 23,33 UE)  
 ab 6 TN · 107,50 Euro



**Aquarell: Geschenkkarten**

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
**20705** · Gabriele Korst  
**Sa.** 10-16 Uhr, 21.03.26 (7,33 UE)  
 ab 6 TN · 34 Euro

**Acrylmalerei**

**Bensheim**, Kirchbergschule  
**20706** · Liudmila Müller  
**Di.** 18:30-21:30 Uhr, 03.03.26 (4 UE)  
 ab 4 TN · 28 Euro

**Bensheim**, Kirchbergschule  
**20707** · Liudmila Müller  
**Di.** 18:30-21:30 Uhr, 21.04.26 (4 UE)  
 ab 4 TN · 28 Euro

**Malerei als Kunst**

**Bürstadt**, Atelier Kalusche  
**20710** · Bernd Kalusche  
**Do.** 18-20:15 Uhr, ab 30.04.26 (6x, 18 UE)  
 ab 4 TN · 125 Euro

**Bürstadt**, Atelier Kalusche  
**20711** · Bernd Kalusche  
**Fr.** 18-20:15 Uhr, ab 15.05.26 (6x, 18 UE)  
 ab 4 TN · 125 Euro

**NEU Buchmalerei trifft Urban Writing**

**Lorsch**, Museumszentrum  
**20713** · Klaus-Peter Schäffle  
**Sa./So.** 9:30-17:30 Uhr, ab 14.03.26  
 (21,33 UE)  
 ab 8 TN · 156 Euro (inkl. Material)  
*in Kooperation mit der Welterbestätte Kloster Lorsch*

**Japanische Kalligraphie**

**Bensheim**, Kirchbergschule  
**20714** · Toshiko Toribuchi  
**Sa.** 14:30-17 Uhr, 09.05.26 (3,33 UE)  
 ab 4 TN · 23 Euro  
*Materialkosten: 5 Euro*

**Malen nach Bob Ross®**

**Bensheim**, Kirchbergschule  
**20715** · Liudmila Müller  
**Sa.** 9-17 Uhr, 14.02.26 (10 UE)  
 ab 6 TN · 46 Euro  
*Materialkosten: 35 Euro*

**Bensheim**, Kirchbergschule  
**20716** · Liudmila Müller  
**Sa.** 9-17 Uhr, 14.03.26 (10 UE)  
 ab 6 TN · 46 Euro  
*Materialkosten: 35 Euro*

**Bensheim**, Kirchbergschule  
**20718** · Liudmila Müller  
**Sa.** 9-17 Uhr, 25.04.26 (10 UE)  
 ab 6 TN · 46 Euro  
*Materialkosten: 35 Euro*

**Bensheim**, Kirchbergschule  
**20719** · Liudmila Müller  
**Sa.** 9-17 Uhr, 30.05.26 (10 UE)  
 ab 6 TN · 46 Euro  
*Materialkosten: 35 Euro*

**Bensheim**, Kirchbergschule  
**20720** · Liudmila Müller  
**Sa.** 9-17 Uhr, 20.06.26 (10 UE)  
 ab 6 TN · 46 Euro  
*Materialkosten: 35 Euro*

**Bensheim**, Kirchbergschule  
**20721** · Liudmila Müller  
**Sa.** 9-17 Uhr, 04.07.26 (10 UE)  
 ab 6 TN · 46 Euro  
*Materialkosten: 35 Euro*

**Malen am Abend mit Mila**

**Lorsch**, Back- und Brauhaus Drayß  
**20725** · Liudmila Müller  
**Di.** 18:30-21:30 Uhr, 10.02.26 (4 UE)  
 ab 6 TN · 18,50 Euro  
*Materialkosten: 35 Euro*

**Lorsch**, Back- und Brauhaus Drayß  
**20726** · Liudmila Müller  
**Di.** 18:30-21:30 Uhr, 26.05.26 (4 UE)  
 ab 6 TN · 18,50 Euro  
*Materialkosten: 35 Euro*

**Professionelles Zeichnen**

**Birkenau**, Altes Rathaus  
**20727** · Christian Schura  
**Sa.** 9:15-14:45 Uhr, 28.02.26 (6,67 UE)  
 ab 6 TN · 34 Euro

**Zeichnen – Porträt und Figur**

**Bürstadt**, KamÜ  
**20728** · Christian Schura  
**Sa.** 9:15-14:45 Uhr, 27.06.26 (6,67 UE)  
 ab 6 TN · 34 Euro

**Zentangle® – Kreative Auszeit**

**Bürstadt**, KamÜ  
**20729** · Anna Hoffmann  
**Sa.** 10-13 Uhr, 20.06.26 (3,67 UE)  
 ab 4 TN · 25,50 Euro  
*Materialkosten: 7 Euro*

UNSER  
TIPP!

**BILDUNG VERSCHENKEN...**

**...mit einem Gutschein der KVHS!**

**vhs**  
 Kreisvolkshochschule  
 Bergstraße



Sie sind auf der Suche nach einem ausgefallenen Geschenk? Schenken Sie doch einmal Bildung! Ob einen Sprachkurs, einen Kurs im Bereich der Gesundheits- oder beruflichen Bildung, Literatur, Musik, Fotografie, Malen... hier ist für alle was dabei.

**Sie bestimmen den Gutscheinwert oder suchen einen speziellen Kurs aus.**  
**Bestellungen unter Tel. 06251 17296-0 oder an [info@kvhs-bergstrasse.de](mailto:info@kvhs-bergstrasse.de).**



## ● Werken & Gestalten

### **Goldschmiedekunst**

**Mannheim, Contact-Glück**

**21001** · Andreas Zidek

**Sa.** 11-18 Uhr, 14.03.26 (9,33 UE)

ab 4 TN · 95 Euro

*Materialkosten: je nach Verbrauch*

**Mannheim, Contact-Glück**

**21002** · Andreas Zidek

**Sa.** 11-18 Uhr, 25.04.26 (9,33 UE)

ab 4 TN · 95 Euro

*Materialkosten: je nach Verbrauch*

**Mannheim, Contact-Glück**

**21003** · Andreas Zidek

**Sa.** 11-18 Uhr, 30.05.26 (9,33 UE)

ab 4 TN · 95 Euro

*Materialkosten: je nach Verbrauch*

**Mannheim, Contact-Glück**

**21005** · Andreas Zidek

**Sa.** 11-18 Uhr, 27.06.26 (9,33 UE)

ab 4 TN · 95 Euro

*Materialkosten: je nach Verbrauch*

### **Perlenketten reparieren**

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

**21006** · Julia Strähle

**Sa.** 11-15:30 Uhr, 18.04.26 (6 UE)

ab 6 TN · 28 Euro

*Materialkosten: je nach Verbrauch*

### **Tiffany – Wertvolles aus Glas**

**Biblis, Gewerbestraße 27**

**21007** · Heinz Schader

**Mo.** 19-22 Uhr, ab 20.04.26 (6x, 24 UE)

ab 6 TN · 110,50 Euro

*Materialkosten: ab 25 Euro*

**Biblis, Gewerbestraße 27**

**21008** · Heinz Schader

**Di.** 19-22 Uhr, ab 21.04.26 (6x, 24 UE)

ab 6 TN · 110,50 Euro

*Materialkosten: ab 25 Euro*

### **Dekorative Frühlingskränze**

**Bürstadt, KamÜ**

**21009** · Jeannine Beutke

**Sa.** 14:30-17 Uhr, 14.03.26 (3,33 UE)

ab 6 TN · 15,50 Euro

*Materialkosten: ca. 39 Euro*

**NEU**

### **Gartenstecker aus Draht gestalten**

**Lindenfels-Schlierbach, Jägersgarten 15**

**21010** · Franziska Arnold, Marilena Lammer

**So.** 10-12:30 Uhr, 22.03.26 (3,33 UE)

ab 6 TN · 17 Euro

*Materialkosten: ca. 30 Euro*

### **Gartendeko töpfern**

**Fürth-Erlenbach, Töpfereiwerkstatt**

**20801** · Berit Hartwig

**Sa.** 15-18 Uhr, 09.05.26 (4 UE)

ab 4 TN · 28 Euro

*Materialkosten: je nach Verbrauch*

### **Kreatives Gestalten mit Ton**

**Bensheim, Kirchbergschule**

**20802** · Katrin Wagner-Segebart

**Mi.** 18-21:15 Uhr, ab 25.02.26 (6x, 26 UE)

ab 8 TN · 145 Euro (inkl. Brenngebühr)

*Materialkosten: ca. 60 Euro*

**Bensheim, Kirchbergschule**

**20803** · Katrin Wagner-Segebart

**Do.** 18-21:15 Uhr, ab 26.02.26 (6x, 26 UE)

ab 8 TN · 145 Euro (inkl. Brenngebühr)

*Materialkosten: ca. 60 Euro*

### **Keramik**

**Bensheim, Kirchbergschule**

**20804** · Gabriele Korst

**Sa.** 10-14 Uhr, ab 07.03.26 (4x, 21,33 UE)

ab 6 TN · 117 Euro (inkl. Brenngebühr)

*Materialkosten: je nach Verbrauch,*

*ca. 8-15 Euro*

### **Schmuckpapier**

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

**20807** · Gabriele Korst

**Sa.** 10-14 Uhr, ab 30.05.26 (2x, 10,67 UE)

ab 6 TN · 49,50 Euro

*Materialkosten: je nach Verbrauch,*

*ca. 20 Euro*

## ● Arbeiten mit Textilien

### **Nadelbinden – alte Handarbeit**

**Lorsch, BIZ Lauresham**

**20901** · Birgit Diehl

**Fr.** 16-19 Uhr, ab 20.03.26 (2x, 8 UE)

ab 6 TN · 37 Euro

*Materialkosten: je nach Verbrauch*

### **Stricken – Eins rechts, eins links**

**Heppenheim, Haus der Kirche**

**20902** · Tatiana Hinniger

**Di.** 18:30-21 Uhr, ab 24.02.26 (6x, 20 UE)

ab 4 TN · 138 Euro

### **Vom Schnittmuster zum Produkt**

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

**20903** · Svetlana Kloss

**Sa.** 15-19 Uhr, ab 28.03.26 (2x, 10,67 UE)

ab 4 TN · 74 Euro

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

**20904** · Svetlana Kloss

**Sa.** 15-19 Uhr, ab 30.05.26 (2x, 10,67 UE)

ab 4 TN · 74 Euro

### **Stickerei, Klöppeln und Patchwork**

**Birkenau-Reisen, Altes Rathaus**

**20909** · Lilo Wittich

**Mi.** 14-16 Uhr, ab 25.02.26 (6x, 16 UE)

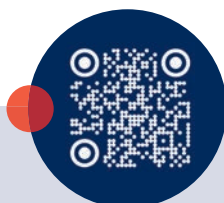
ab 6 TN · 74 Euro

**Birkenau-Reisen, Altes Rathaus**

**20910** · Lilo Wittich

**Mi.** 16:30-18:30 Uhr, ab 25.02.26 (6x, 16 UE)

ab 6 TN · 74 Euro



**BITTE NUTZEN SIE UNSERE HOMEPAGE...**

**[www.kvhs-bergstrasse.de](http://www.kvhs-bergstrasse.de)** um sich zu informieren über:

Die aktuellen Kurstermine, die ausführliche Kursbeschreibung, Materialien, die zum Kurs mitgebracht werden müssen und die Adresse des Unterrichtsortes.





**Matthias Petry**  
Fachbereichsleitung  
☎ 06251 17296-11

**Carmen Dreißigacker**  
Verwaltung  
☎ 06251 17296-16

**Maren Remmele**  
Verwaltung  
☎ 06251 17296-15



## GESUNDHEIT UND FITNESS

✉ [gesundheit@kvhs-bergstrasse.de](mailto:gesundheit@kvhs-bergstrasse.de)



Die KVHS bietet keine Präventionskurse an, die nach § 20 SGB V gefördert werden, stellt aber auf Wunsch Teilnahmebescheinigungen aus, die einige Krankenkassen mit ihren Bonusprogrammen unterstützen können.

Bitte bringen Sie zu den **praktischen Gesundheitskursen** Gymnastikmatte sowie Handtuch mit und tragen Sie Sportbekleidung. Weitere Infos erhalten Sie zudem in der ersten Kursstunde.

Bitte bringen Sie zu den **Kochkursen** Getränke, Küchenschürze, Geschirrhandtücher, Vorratsdosen und Einmalhandschuhe mit. Die Lebensmittelkosten sind an die Kursleitung direkt im Kurs zu bezahlen.

Kurse, die nicht in Schulen stattfinden, können auch während der Ferien laufen. Bitte bringen Sie eigene Verpflegung mit.

### ● Gesundheitsvorträge



#### **Fasten – Verzicht, der sich lohnt**

**Heppenheim, InFoReGen**  
30000V · Axel Wiegand  
Do. 18:30-20 Uhr, 22.01.26  
ab 6 TN · 10 Euro

#### **Pflegestützpunkt: Hilfsmittel in der Pflege**

**Heppenheim, Pflegestützpunkt Kreis**  
Bergstraße  
30001V · Team des Pflegestützpunkts HP  
Do. 18-20 Uhr, 12.03.26  
ab 5 TN · gebührenfrei

#### **Gut schlafen – erholt in den Tag**

**Heppenheim, InFoReGen**  
30002V · Dagmar Kleefeld  
Fr. 18-19:30 Uhr, 27.03.26  
ab 8 TN · 10 Euro

#### **Die Basis – ein gesunder Darm**

**Bürstadt, KamÜ**  
30003V · Dagmar Kleefeld  
Fr. 18-19:30 Uhr, 06.03.26  
ab 8 TN · 10 Euro



#### **Ernährung und Demenz**

**Heppenheim, InFoReGen**  
30004V · Hannelore Rexroth  
Fr. 18-19:30 Uhr, 20.03.26  
ab 8 TN · 10 Euro

#### **Ernährung und gesund älter werden**

**Heppenheim, InFoReGen**  
30005V · Hannelore Rexroth  
Fr. 18-19:30 Uhr, 08.05.26  
ab 8 TN · 10 Euro

#### **Ernährung und Psyche**

**Heppenheim, InFoReGen**  
30006V · Hannelore Rexroth  
Fr. 18-19:30 Uhr, 19.06.26  
ab 8 TN · 10 Euro





## ● Gesund leben

### Basische Fastenwoche

Heppenheim, InFoReGen

30301 · Ulrike Stein

Mi. 17-18 Uhr, ab 04.03.26 (5x, 12 UE)

ab 6 TN · 64 Euro

### NEU Ein Wochenende rund ums Fasten

Heppenheim, InFoReGen

30302 · Axel Wiegand

Sa. 10-13 Uhr, 28.03.26

So. 10-13 Uhr, 29.03.26 (8 UE)

ab 4 TN · 59,50 Euro

### NEU Workshop Gesundheit

Lorsch, KVHS-Schulungszentrum

30303 · Ulrike Stein

Di. 17:30-19 Uhr, ab 03.03.26 (4x, 8 UE)

ab 6 TN · 39,50 Euro

### Stress lass nach: durch Achtsamkeit

Heppenheim, Haus der Kirche

30304 · Julia Geister

Sa. 10-13 Uhr, 25.04.26 (4 UE)

ab 4 TN · 30 Euro

### Long Covid im Fokus

Lorsch, KVHS-Schulungszentrum

30306 · Martina Wack

Sa. 10-15:30 Uhr, 07.03.26 (6,67 UE)

ab 6 TN · 33 Euro

### NEU Arthrose ganzheitlich behandeln

Lorsch, KVHS-Schulungszentrum

30307 · Martina Wack

Do. 18-21 Uhr, ab 18.06.26 (2x, 8 UE)

ab 6 TN · 39,50 Euro

### Yoga in der Trauer

Rimbach, Freiraum

30308 · Claudia Hahn

Sa. 14-17 Uhr, 21.03.26 (4 UE)

ab 4 TN · 30 Euro

### Shiatsu – Partnerworkshop

Lorsch, KVHS-Schulungszentrum

30309 · Sanela Kilian-Leis

Sa. 10-12 Uhr, 25.04.26 (2,67 UE)

ab 3 Paaren · 27,50 Euro pro Paar

### Ayurveda zum Kennlernen

Heppenheim, InFoReGen

30310 · Sina Horn

Mi. 18-21 Uhr, 04.03.26 (4 UE)

ab 6 TN · 20 Euro

Heppenheim, InFoReGen

30311 · Sina Horn

Di. 18-21 Uhr, 05.05.26 (4 UE)

ab 6 TN · 20 Euro

### Feldenkrais® – die Wirbelsäule fit machen

Birkenau, Yogalife-Gesundheitszentrum

30316 · Ulrike Puschner

Sa. 14-18 Uhr, 14.03.26 (5,33 UE)

ab 4 TN · 39,50 Euro

### Feldenkrais® – die Atmung erleichtern

Birkenau, Yogalife-Gesundheitszentrum

30317 · Ulrike Puschner

Sa. 10-14 Uhr, 30.05.26 (5,33 UE)

ab 4 TN · 39,50 Euro

### Feldenkrais® – den Beckenboden stärken

Birkenau, Yogalife-Gesundheitszentrum

30318W · Ulrike Puschner

Sa. 10-14 Uhr, 20.06.26 (5,33 UE)

für Frauen · ab 4 TN · 39,50 Euro

## ● Entspannung & Yoga

### Waldbaden und Kraft schöpfen – im Winter

Heppenheim, Parkplatz Starkenburg

30100 · Claudia Aktories

Sa. 12-15 Uhr, 21.02.26 (4 UE)

ab 4 TN · 30 Euro

### Waldbaden und Kraft schöpfen – im Frühling

Heppenheim, Parkplatz Starkenburg

30101 · Claudia Aktories

Sa. 12-16 Uhr, 18.04.26 (5,33 UE)

ab 4 TN · 39,50 Euro

### Waldbaden und Kraft schöpfen – im Sommer

Heppenheim, Parkplatz Starkenburg

30101 · Claudia Aktories

Sa. 12-16 Uhr, 22.08.26 (5,33 UE)

ab 4 TN · 39,50 Euro

### Breathwalk® – Yoga und Walking

Zwillingen-Rodau, Parkplatz Niederwaldsee

30103 · Kerstin Boose

So. 11-14 Uhr, 08.03.26 (4 UE)

ab 4 TN · 30 Euro

Zwillingen-Rodau, Parkplatz Niederwaldsee

30104 · Kerstin Boose

Mo. 17-18:30 Uhr, ab 16.03.26 (5x, 10 UE)

ab 6 TN · 49 Euro

Zwillingen-Rodau, Parkplatz Niederwaldsee

30105 · Kerstin Boose

Mo. 17-18:30 Uhr, ab 08.06.26 (5x, 10 UE)

ab 6 TN · 49 Euro

### Meditation – eine Einführung

Heppenheim, Haus der Kirche

30106 · Martin Noll

Sa. 14-17 Uhr, 21.03.26 (4 UE)

ab 8 TN · 35 Euro

### Achtsamkeitsmeditation und Imagination

Heppenheim, InFoReGen

30107 · Siegfried Lorenz

Sa. 11-18 Uhr, 25.04.26

So. 10-16 Uhr, 26.04.26 (14 UE)

ab 6 TN · 69 Euro

### Duft- und Klangreise

Lorsch, KVHS-Schulungszentrum

30115 · Sina Horn

Di. 19.15-21.15 Uhr, 28.04.26 (2,67 UE)

ab 4 TN · 20 Euro



### Entspannung am Morgen

Bensheim, Weiherhausstadion

30116S · Leo Wagner

Do. 9:30-11:30 Uhr, ab 05.02.26

(15x, 40 UE)

ab 8 TN · 111 Euro

### Breathe, Stretch, Relax

Fürth, Alte Schule

30117 · Heidi Daum

Mo. 18-19:30 Uhr, ab 23.02.26 (8x, 16 UE)

ab 6 TN · 78,50 Euro

### Progressive Muskelentspannung

Rimbach, Freiraum

30118 · Heidi Daum

Mi. 19:45-20:45 Uhr, ab 25.02.26

(8x, 10,67 UE)

ab 6 TN · 52,50 Euro



### Yoga zum Frühling

Heppenheim, InFoReGen

30108 · Erna Symanzig

Fr. 16-18 Uhr, 20.03.26 (2,67 UE)

ab 4 TN · 20 Euro

Heppenheim, InFoReGen

30109 · Erna Symanzig

Fr. 16-18 Uhr, 27.03.26 (2,67 UE)

ab 4 TN · 20 Euro







**NEU Mit Yoga mobilisieren und kräftigen**

**Bensheim, Grundschule Kappesgärten**

**30110** · Stefanie Ebertshäuser

**So.** 10-13 Uhr, 22.02.26 (4 UE)

ab 4 TN · 30 Euro

**NEU Yoga für mehr Balance im**

**Berufsalltag**

**Bensheim, Grundschule Kappesgärten**

**30111** · Stefanie Ebertshäuser

**So.** 10-13 Uhr, 15.03.26 (4 UE)

ab 4 TN · 30 Euro

**NEU Yoga auf dem Stuhl**

**Bensheim, Grundschule Kappesgärten**

**30112** · Stefanie Ebertshäuser

**So.** 11-13 Uhr, 26.04.26 (2,67 UE)

ab 4 TN · 20 Euro

**NEU Mit Yoga Muskelverspannungen lösen**

**Bensheim, Grundschule Kappesgärten**

**30113** · Stefanie Ebertshäuser

**So.** 10-13 Uhr, 14.06.26 (4 UE)

ab 4 TN · 30 Euro

**Yoga-Walk gegen Stress**

**Heppenheim, Parkplatz Starkenburg**

**30114** · Claudia Aktories

**Di.** 19-21 Uhr, ab 02.06.26 (4x, 10,67 UE)

ab 4 TN · 79 Euro

**Hatha Yoga – Grundkurse**

**Abtsteinach, Rathaus**

**30119** · Nadja Oberle

**Do.** 19-20:30 Uhr, ab 19.02.26 (12x, 24 UE)

ab 8 TN · 89 Euro

**Bensheim, Grundschule Kappesgärten**

**30120** · Stefanie Ebertshäuser

**Do.** 17:55-19:25 Uhr, ab 19.02.26

(12x, 24 UE)

ab 8 TN · 89 Euro

**Bensheim, Weiherhausstadion**

**30137** · Karin Romswinkel

**Mi.** 9:30-10:45 Uhr, ab 25.02.26

(10x, 16,67 UE)

ab 6 TN · 82 Euro

**Bensheim, Bürgerhaus Kronepark**

**30121** · Viktoria Lieb

**Do.** 10:30-12 Uhr, ab 26.02.26 (12x, 24 UE)

ab 8 TN · 89 Euro

**Bürstadt, KamÜ**

**30122** · Susanne Schmidt

**Mo.** 20:15-21:45 Uhr, ab 23.02.26

(12x, 24 UE)

ab 6 TN · 118 Euro

**Bürstadt, KamÜ**

**30125** · Simone Kunz

**Mo.** 18:30-20 Uhr, ab 23.02.26 (11x, 22 UE)

ab 6 TN · 108 Euro

**Fürth, Alte Schule**

**30128** · Sabine Felgenhauer

**Di.** 16-17:30 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)

ab 6 TN · 118 Euro

**Gorxheimertal, Bürgerhaus**

**30129** · Viktoria Lieb

**Mi.** 16:30-18 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)

ab 8 TN · 89 Euro

**Gorxheimertal, Bürgerhaus**

**30130** · Viktoria Lieb

**Mi.** 18:15-19:45 Uhr, ab 25.02.26

(12x, 24 UE)

ab 8 TN · 89 Euro

**Heppenheim, InFoReGen**

**30133** · Karin Romswinkel

**Mo.** 18-19:30 Uhr, ab 23.02.26 (10x, 20 UE)

ab 8 TN · 74 Euro

**Heppenheim, InFoReGen**

**30131** · Bettina Haentjens

**Mo.** 9:30-11 Uhr, ab 02.03.26 (12x, 24 UE)

ab 8 TN · 89 Euro

**Heppenheim, InFoReGen**

**30134** · Erna Symanzig

**Di.** 18-19:30 Uhr, ab 24.02.26 (14x, 28 UE)

ab 8 TN · 104 Euro

**Heppenheim, InFoReGen**

**30132** · Peggy Fünning

**Mi.** 16:30-18 Uhr, ab 04.03.26 (8x, 16 UE)

ab 6 TN · 78,50 Euro

**Hirschhorn, Neckartalschule, Sporthalle**

**30135** · Renate Grabowski

**Mi.** 19:45-21:15 Uhr, ab 25.02.26

(10x, 20 UE)

ab 8 TN · 74 Euro

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

**30148** · Christiane Bender

**Mo.** 17:30-18:45 Uhr, ab 23.02.26

(10x, 16,67 UE)

ab 6 TN · 98 Euro

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

**30138** · Anette Fleer

**Di.** 17:30-19 Uhr, ab 03.03.26 (10x, 20 UE)

ab 6 TN · 98 Euro

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

**30139** · Bettina Haentjens

**Mi.** 18:15-19:45 Uhr, ab 04.03.26

(12x, 24 UE)

ab 6 TN · 118 Euro

**Rimbach, Freiraum**

**30140** · Viktoria Lieb

**Di.** 16-17:15 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 20 UE)

ab 6 TN · 98 Euro

**Rimbach, Freiraum**

**30141** · Viktoria Lieb

**Di.** 17:30-18:45 Uhr, ab 24.02.26

(12x, 20 UE)

ab 6 TN · 98 Euro

**Rimbach, Freiraum**

**30142** · Viktoria Lieb

**Di.** 19-20:15 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 20 UE)

ab 6 TN · 98 Euro

**Wald-Michelbach-Hartenrod, Mehrzweckhaus**

**30144** · Roswitha Fingerle

**Do.** 9-10:30 Uhr, ab 26.02.26 (10x, 20 UE)

ab 8 TN · 74 Euro

**Hatha Yoga – Aufbaukurse**

**Bensheim, Grundschule Kappesgärten**

**30149** · N.N.

**Fr.** 17-18:15 Uhr, ab 20.02.26

(10x, 16,67 UE)

ab 8 TN · 62 Euro

**Bensheim, Grundschule Kappesgärten**

**30150** · N.N.

**Fr.** 18:30-19:45 Uhr, ab 20.02.26

(10x, 16,67 UE)

ab 6 TN · 62 Euro

**Bensheim, Bürgerhaus Kronepark**

**30151** · Viktoria Lieb

**Do.** 8:45-10:15 Uhr, ab 26.02.26

(12x, 24 UE)

ab 8 TN · 89 Euro

**Groß-Rohrheim, katholisches Pfarrheim**

**30152** · Simone Kunz

**Mi.** 17:45-19:15 Uhr, ab 25.02.26

(11x, 22 UE)

ab 8 TN · 81,50 Euro

**Groß-Rohrheim, katholisches Pfarrheim**

**30153** · Simone Kunz

**Mi.** 19:30-21 Uhr, ab 25.02.26 (11x, 22 UE)

ab 8 TN · 81,50 Euro

**Heppenheim, InFoReGen**

**30154** · Erna Symanzig

**Di.** 19:45-21:15 Uhr, ab 24.02.26

(14x, 28 UE)

ab 8 TN · 104 Euro

**Heppenheim, InFoReGen**

**30155** · Bettina Haentjens

**Mo.** 11:15-12:45 Uhr, ab 02.03.26

(12x, 24 UE)

ab 8 TN · 89 Euro

**NEU Hatha Yoga und Meditation**

**Wald-Michelbach-Hartenrod, Mehrzweckhaus**

**30143** · Roswitha Fingerle

**Mi.** 9:30-11 Uhr, ab 25.02.26 (10x, 20 UE)

ab 8 TN · 74 Euro

**Yoga und Rücken-fit**

**Heppenheim, InFoReGen**

**30163M** · Alexander Herbst

**Mo.** 19:30-21 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)

für Männer · ab 8 TN · 89 Euro



### Yoga und Rücken-fit

**Heppenheim**, Tanzschule Vienna

30162M · Alexander Herbst

**Mi.** 19:30-21 Uhr, ab 25.02.26 (14x, 28 UE)  
für Männer · ab 8 TN · 104 Euro

## Fernöstliche Übungsformen

### Qi Gong

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

30165 · Gerhard Wäschle

**Do.** 18-19:15 Uhr, ab 26.02.26  
(10x, 16,67 UE)  
ab 6 TN · 82 Euro

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

30166 · Gerhard Wäschle

**Do.** 19:30-20:45 Uhr, ab 26.02.26  
(10x, 16,67 UE)  
ab 6 TN · 82 Euro

**Heppenheim**, InFoReGen

30170 · Gerhard Wäschle

**Mi.** 18-19:15 Uhr, ab 25.02.26  
(10x, 16,67 UE)  
ab 6 TN · 82 Euro

**Heppenheim**, InFoReGen

30171 · Gerhard Wäschle

**Mi.** 19:30-20:45 Uhr, ab 25.02.26  
(10x, 16,67 UE)  
ab 5 TN · 82 Euro

### Qi Gong im Garten

**Rimbach**, Mozartstraße 12, Familie Stooß

30172 · Burgi Stooß

**Di.** 10:30-11:30 Uhr, ab 14.04.26 (6x, 8 UE)  
ab 4 TN · 53 Euro

**Rimbach**, Mozartstraße 12, Familie Stooß

30173 · Burgi Stooß

**Di.** 18-19 Uhr, ab 14.04.26 (6x, 8 UE)  
ab 4 TN · 53 Euro



### Tai Chi Chuan

**Bensheim**, Weststadthalle

30174S · Monika Ruhstorfer

**Do.** 10-11:30 Uhr, ab 12.02.26 (15x, 30 UE)  
ab 8 TN · 111 Euro

### Tai Chi Chuan

**Heppenheim**, InFoReGen

30175 · Bettina Handtke

**Di.** 17:30-18:30 Uhr, ab 24.02.26  
(12x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

**Heppenheim**, InFoReGen

30176 · Bettina Handtke

**Mi.** 11-12 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

### Tai Chi und Qi Gong im Park

**Lindenfels**, Kurpark

30178 · Burgi Stooß

**Mo.** 17-18 Uhr, ab 13.04.26 (6x, 8 UE)  
ab 4 TN · 53 Euro

**Lindenfels**, Bürgerhaus

30179 · Burgi Stooß

**Mi.** 17-18 Uhr, ab 15.04.26 (6x, 8 UE)  
ab 4 TN · 53 Euro

### Tai Chi und Qi Gong im Garten

**Rimbach**, Mozartstraße 12, Familie Stooß

30180 · Burgi Stooß

**Do.** 17:30-18:30 Uhr, ab 16.04.26  
(6x, 8 UE)  
ab 4 TN · 53 Euro

**Rimbach**, Mozartstraße 12, Familie Stooß

30181 · Burgi Stooß

**Fr.** 10-11 Uhr, ab 17.04.26 (6x, 8 UE)  
ab 4 TN · 53 Euro

## Prävention & Fitness

### Pilates – dehnen und kräftigen

#### Grundkurse

**Bürstadt**, KamÜ

30202 · Sina Massoth

**Do.** 17:15-18:15 Uhr, ab 19.02.26  
(12x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

**Heppenheim**, InFoReGen

30204 · Jutta Schuster

**Mi.** 18:15-19:30 Uhr, ab 18.02.26  
(10x, 16,67 UE)  
ab 6 TN · 82 Euro

**Lindenfels**, Carl-Orff-Schule

30207 · Marina Grieser

**Di.** 20-21:15 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 20 UE)  
ab 8 TN · 74 Euro

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

30203 · Johanna Kury-Eberhard

**Mo.** 8:30-9:45 Uhr, ab 02.03.26 (6x, 10 UE)  
ab 6 TN · 49 Euro

**Zwingenberg**, Altes Amtsgericht

30208 · Dagmar Laubscher-Tietze

**Mo.** 19-20 Uhr, ab 23.02.26  
(10x, 13,33 UE)  
ab 6 TN · 65,50 Euro

### Pilates – dehnen und kräftigen

#### Aufbaukurs

**Zwingenberg**, Altes Amtsgericht

30209 · Dagmar Laubscher-Tietze

**Mo.** 20:15-21:15 Uhr, ab 23.02.26  
(10x, 13,33 UE)  
ab 6 TN · 65,50 Euro



### Outdoor Workshop Pilates

**Lorsch**, Klosterwiese

30296 · Sanela Kilian-Leis

**Sa.** 10:30-11:30 Uhr, ab 13.06.26 (3x, 4 UE)  
ab 6 TN · 20 Euro

### Der Mix macht's: Pilates Yoga

**Bensheim**, DRK OV Bensheim

30210 · Kerstin Repkow-Pfeifer

**Mo.** 16:15-17:30 Uhr, ab 23.02.26  
(13x, 21,67 UE)  
ab 8 TN · 80,50 Euro

**Bensheim**, Weiherhausstadion

30211 · Kerstin Repkow-Pfeifer

**Fr.** 10-11:15 Uhr, ab 20.02.26 (12x, 20 UE)  
ab 8 TN · 74 Euro

**Heppenheim**, InFoReGen

30206 · Kerstin Repkow-Pfeifer

**Do.** 19:15-20:15 Uhr, ab 26.02.26  
(10x, 13,33 UE)  
ab 6 TN · 65,50 Euro

### Rücken-fit – stabil und mobil

**Bensheim**, DRK OV Bensheim

30214 · Kerstin Repkow-Pfeifer

**Mo.** 15-16:15 Uhr, ab 23.02.26  
(13x, 21,67 UE)  
ab 8 TN · 80,50 Euro

**Bürstadt**, KamÜ

30215 · Kerstin Sackenheim

**Mo.** 16-17 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

**Bürstadt**, KamÜ

30216 · Kerstin Sackenheim

**Mo.** 17:15-18:15 Uhr, ab 23.02.26  
(12x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

**Heppenheim**, InFoReGen

30205 · Kerstin Repkow-Pfeifer

**Do.** 18-19 Uhr, ab 26.02.26  
(10x, 13,33 UE)  
ab 6 TN · 65,50 Euro

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

30212 · Johanna Kury-Eberhard

**Di.** 11-12:15 Uhr, ab 03.03.26 (6x, 10 UE)  
ab 6 TN · 49 Euro

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

30213 · Johanna Kury-Eberhard

**Mo.** 9:45-11 Uhr, ab 02.03.26 (6x, 10 UE)  
ab 6 TN · 49 Euro







### Wirbelsäulengymnastik

**Abtsteinach, Rathaus**

30219 · Dietrich Wilhelm

**Di.** 20-21 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 16 UE)  
ab 8 TN · 59,50 Euro

**Bensheim-Fehlheim, DGH**

30220 · Melanie Suntrup

**Mo.** 16-17:30 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

**Bürstadt, KamÜ**

30222 · Nazmiye Öztürk

**Mi.** 18-19 Uhr, ab 25.02.26 (15x, 20 UE)  
ab 6 TN · 98 Euro

**Bürstadt, KamÜ**

30223 · Nazmiye Öztürk

**Mi.** 19-20 Uhr, ab 25.02.26 (15x, 20 UE)  
ab 6 TN · 98 Euro

**Einhausen, Mehrzweckhalle**

30224 · Petra Hüter

**Mo.** 18-19 Uhr, ab 23.02.26 (10x, 13,33 UE)  
ab 8 TN · 49,50 Euro

**Einhausen, Mehrzweckhalle**

30225 · Petra Hüter

**Mo.** 19-20 Uhr, ab 23.02.26 (10x, 13,33 UE)  
ab 8 TN · 49,50 Euro

**Heppenheim, InFoReGen**

30228 · Petra Hüter

**Di.** 17-18 Uhr, ab 24.02.26 (10x, 13,33 UE)  
ab 6 TN · 65,50 Euro

**Heppenheim, Schloss-Schule**

30229 · Kerstin Sackenheim

**Do.** 17-18 Uhr, ab 26.02.26 (12x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

**Heppenheim, Schloss-Schule**

30230 · Kerstin Sackenheim

**Do.** 18:15-19:15 Uhr, ab 26.02.26 (12x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

**Hirschhorn, Neckartalschule, Sporthalle**

30231 · Carla Boxan

**Mi.** 17-18:30 Uhr, ab 25.02.26 (10x, 20 UE)  
ab 8 TN · 74 Euro

**Lindenfels, Carl-Orff-Schule**

30234 · Ute Forkert

**Di.** 17-18 Uhr, ab 24.02.26 (10x, 13,33 UE)  
ab 8 TN · 49,50 Euro

**Lorsch, Giebauerhaus**

30239 · Ute-Maria Heinz-Spreng

**Mi.** 19:45-21 Uhr, ab 25.02.26 (15x, 25 UE)  
ab 8 TN · 92,50 Euro

**Lorsch, Giebauerhaus**

30240 · Nazmiye Öztürk

**Do.** 9-10:15 Uhr, ab 19.02.26 (15x, 25 UE)  
ab 8 TN · 92,50 Euro

**Lorsch, Giebauerhaus**

30241 · Ute-Maria Heinz-Spreng

**Do.** 10:30-11:45 Uhr, ab 26.02.26  
(13x, 21,67 UE)  
ab 8 TN · 80,50 Euro

**Neckarsteinach, Freiherr-v.-Stein-Schule**

30242 · Andrea Pfahl

**Mo.** 18-19 Uhr, ab 02.02.26 (15x, 20 UE)  
ab 8 TN · 74 Euro

**Neckarsteinach, Freiherr-v.-Stein-Schule**

30243 · Andrea Pfahl

**Mo.** 19-20 Uhr, ab 02.02.26 (15x, 20 UE)  
ab 8 TN · 74 Euro



### Body and Soul

**Rimbach, Freiraum**

30235 · Ulrike Scherb

**Do.** 17:30-19 Uhr, ab 19.02.26 (8x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

### Ganzheitliches Faszientraining

**Rimbach, Freiraum**

30249 · Heidi Daum

**Mi.** 18-19:30 Uhr, ab 25.02.26 (8x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

### Das Gleichgewicht trainieren

**Bürstadt, KamÜ**

30250 · Claudia Medert

**Do.** 18:30-19:30 Uhr, ab 26.02.26  
(8x, 10,67 UE)  
ab 6 TN · 52,50 Euro

### Die Venen trainieren

**Bürstadt, KamÜ**

30251 · Claudia Medert

**Do.** 18:30-19:30 Uhr, ab 21.05.26  
(5x, 6,67 UE)  
ab 6 TN · 33 Euro

## Fitness



### Fit und aktiv älter werden

**Heppenheim, InFoReGen**

30253S · Dagmar Danneberg-Müller

**Fr.** 10-11 Uhr, ab 20.02.26 (10x, 13,33 UE)  
ab 6 TN · 65,50 Euro

**Zwingenberg, Altes Amtsgericht**

30265S · Anett Ehrenfels

**Do.** 9:45-10:45 Uhr, ab 26.02.26  
(11x, 14,67 UE)  
ab 6 TN · 72 Euro

**Hirschhorn, Neckartalschule, Sporthalle**

30263W · Renate Grabowski

**Mi.** 18:30-19:30 Uhr, ab 25.02.26  
(10x, 13,33 UE)  
für Frauen · ab 6 TN · 49,50 Euro



### Fit und aktiv älter werden –

#### Stuhlgymnastik

**Neckarsteinach, Freiherr-v.-Stein-Schule**

30264W · Carla Boxan

**Di.** 18-19 Uhr, ab 24.02.26 (10x, 13,33 UE)  
für Frauen · ab 8 TN · 49,50 Euro

### Bauch-Beine-Po

**Heppenheim, Schloss-Schule**

30258 · Andrea Deißler

**Mo.** 19-20 Uhr, ab 19.01.26 (8x, 10,67 UE)  
ab 6 TN · 52,50 Euro

**Heppenheim, Schloss-Schule**

30259 · Andrea Deißler

**Mo.** 20-21 Uhr, ab 19.01.26 (8x, 10,67 UE)  
ab 6 TN · 52,50 Euro

**Heppenheim, Schloss-Schule**

30260 · Andrea Deißler

**Do.** 19:30-20:30 Uhr, ab 22.01.26  
(8x, 10,67 UE)  
ab 6 TN · 52,50 Euro

**Lindenfels, Carl-Orff-Schule**

30261 · Marina Grieser

**Di.** 18:30-20 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

### Sich behaupten und verteidigen

**Heppenheim-Erbach, Mehrzweckhalle**

30266W · Siegfried Haupt

**Sa.** 9:30-15 Uhr, 07.03.26 (6,67 UE)  
für Mädchen & Frauen · ab 6 TN · 33 Euro  
ab 12 Jahren

## Herz-Kreislauf-Training

### Zumba Gold®

**Lorsch, Wingertsbergschule, Sporthalle**

30254 · Gisela Martin

**Mi.** 18:30-19:30 Uhr, ab 25.02.26  
(10x, 13,33 UE)  
ab 8 TN · 49,50 Euro

### Zumba Fitness®

**Bensheim-Fehlheim, DGH**

30268 · Zoya Dushin

**Mo.** 18:30-19:30 Uhr, ab 23.02.26  
(12x, 16 UE)  
ab 8 TN · 59,50 Euro

**Heppenheim, Tanzschule Vienna**

30269 · Christin Rodriguez Marin

**Di.** 18:15-19:15 Uhr, ab 03.02.26  
(10x, 13,33 UE)  
ab 6 TN · 65,50 Euro

**Heppenheim, Tanzschule Vienna**

30270 · Tina Schröder

**Do.** 20-21 Uhr, ab 26.02.26 (10x, 13,33 UE)  
ab 6 TN · 65,50 Euro



### Tanzen Sie sich fit – im Sitzen

**Bensheim, Weststadthalle**

30271S · Claudia Simon

**Do.** 9-10 Uhr, ab 19.02.26 (10x, 13,33 UE)  
ab 6 TN · 65,50 Euro



### Nordic Walking – wie's richtig geht!

**Bürstadt**, Wanderparkplatz

30272 · Sina Massoth

**Fr.** 15:30-16:30 Uhr, ab 17.04.26 (6x, 8 UE)  
ab 6 TN · 39,50 Euro

**Lorsch**, Vogelpark Birkengarten

30277 · Kerstin Sackenheim

**Di.** 16:30-18 Uhr, ab 21.04.26 (6x, 12 UE)  
ab 6 TN · 59 Euro

### Lauftraining: von Null auf Fünf

**Heppenheim**, Bruchsee

30276W · Ulrike Blesing

**Mo.** 17:30-18:30 Uhr, ab 13.04.26  
(5x, 6,67 UE)

für Frauen · ab 6 TN · 33 Euro

### NEU Intervalltraining

**Bürstadt**, KamÜ

30274 · Nazmiye Öztürk

**Do.** 16-17 Uhr, ab 26.02.26  
(10x, 13,33 UE)

ab 6 TN · 65,50 Euro

### NEU Fit und ausdauernd

**Heppenheim**, Bruchsee

30275 · Natascha Junge-Wilhelm

**Fr.** 15-16 Uhr, ab 17.04.26 (8x, 10,67 UE)  
ab 4 TN · 79 Euro

## Trendsport

### Grundkurs Boule – Pétanque

**Heppenheim**, Bruchsee, Bouleplatz

30278 · Heide Teichert, Wilfried Teichert

**Fr.** 16:30-18 Uhr, ab 17.04.26 (5x, 10 UE)  
ab 6 TN · 49 Euro

### Aufbaukurs Boule – Pétanque

**Heppenheim**, Bruchsee, Bouleplatz

30279 · Heide Teichert, Wilfried Teichert

**Fr.** 14:30-16 Uhr, ab 17.04.26 (5x, 10 UE)  
ab 6 TN · 49 Euro

### Meditatives Bogenschießen

**Lautertal-Reichenbach**,

Konitor Bogen-Dojo

30286 · Torsten Konietzka

**Mo.** 18:30-21:30 Uhr, 16.03.26 (4 UE)  
ab 4 TN · 30 Euro

**Lautertal-Reichenbach**,

Konitor Bogen-Dojo

30287 · Torsten Konietzka

**Mo.** 18:30-21:30 Uhr, 11.05.26 (4 UE)  
ab 4 TN · 30 Euro

## Ernährung



*In den Kochkursen fällt – zusätzlich zur Kursgebühr – eine Lebensmittelumlage an, die direkt im Kurs zu zahlen ist. Den genauen Betrag finden Sie in der jeweiligen Kursbeschreibung auf der Homepage.*

### Abnehmkurs: Gemeinsam leichter

**Heppenheim**, InFoReGen

30500 · Ruth Hörl

**Mi.** 19-20:30 Uhr, ab 25.02.26 (6x, 12 UE)  
ab 6 TN · 59 Euro

### Auf dem Weg zum Wohlfühlgewicht

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule

30501 · Christine Kirschner

**Di.** 18-19:30 Uhr, ab 03.03.26 (8x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

### NEU Griechisches Ostergebäck

**Bensheim**, Kirchbergschule

30502 · Sofia Mylona

**Fr.** 17-20 Uhr, 27.03.26 (4 UE)  
ab 6 TN · 20 Euro

### Brotbacken mit Sauerteig

**Bensheim**, Kirchbergschule

30503 · Nathalie Benker

**Fr.** 18-20:30 Uhr, 06.03.26 (4 UE)  
ab 6 TN · 16,50 Euro

### NEU Vollwertküche: Brötchen und Baguettes

**Bensheim**, Kirchbergschule

30504 · Martina Schanek

**Sa.** 10-14:30 Uhr, 21.03.26 (4 UE)  
ab 6 TN · 29,50 Euro

### NEU Vollwertküche: Frischkorngericht

**Lorsch**, Werner-von-Siemens-Schule

30505 · Martina Schanek

**Mo.** 18-21 Uhr, 22.06.26 (4 UE)  
ab 6 TN · 20 Euro

### Wildes Frühlingsmenü

**Fürth**, Heinrich-Böll-Schule

30510 · Karina Eberle

**Do.** 17-20 Uhr, 16.04.26 (4 UE)  
ab 6 TN · 20 Euro



### Ayurvedische Küche

**Lorsch**, Werner-von-Siemens-Schule

30506 · Sina Horn

**Di.** 18-21:45 Uhr, 24.03.26 (5 UE)  
ab 6 TN · 24,50 Euro

**Lorsch**, Werner-von-Siemens-Schule

30507 · Sina Horn

**Di.** 18-21:45 Uhr, 23.06.26 (5 UE)  
ab 6 TN · 24,50 Euro

### Der Geschmack des Orients

**Bensheim**, Kirchbergschule

30508 · Mansour Sharifan

**Sa.** 10-14 Uhr, ab 07.03.26 (2x, 10,67 UE)  
ab 6 TN · 52,50 Euro

### NEU Vegetarisch kochen wie in Hellas

**Bensheim**, Kirchbergschule

30509 · Sofia Mylona

**Di.** 17-20 Uhr, 09.06.26 (4 UE)  
ab 6 TN · 20 Euro

### NEU Genussreise nach Asien

**Bensheim**, Kirchbergschule

30511 · Nathalie Benker

**Fr.** 18-21 Uhr, 12.06.26 (4 UE)  
ab 6 TN · 20 Euro

### Kochen von Mann zu Mann: Einstieg

**Lorsch**, Werner-von-Siemens-Schule

30520M · Matthias Dengel

**Mo.** 18-21:45 Uhr, ab 02.03.26 (3x, 15 UE)  
für Männer · ab 6 TN · 73,50 Euro

### Kochen von Mann zu Mann: Rollbraten

**Lorsch**, Werner-von-Siemens-Schule

30521M · Matthias Dengel

**Mo.** 18-21:45 Uhr, 23.03.26 (5 UE)  
für Männer · ab 6 TN · 24,50 Euro

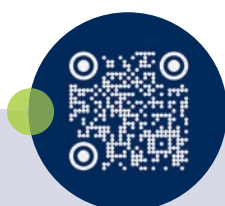
### Kochen von Mann zu Mann:

#### Kochen mit Bier

**Lorsch**, Werner-von-Siemens-Schule

30522M · Matthias Dengel

**Di.** 18-21:45 Uhr, 14.04.26 (5 UE)  
für Männer · ab 6 TN · 24,50 Euro



**BITTE NUTZEN SIE UNSERE HOMEPAGE...**

[www.kvhs-bergstrasse.de](http://www.kvhs-bergstrasse.de) um sich zu informieren über:

Die aktuellen Kurstermine, die ausführliche Kursbeschreibung, die Adresse und Wegbeschreibung zum Unterrichtsort.





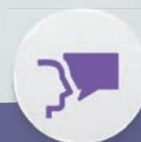
**Iwona Cissarz**  
Fachbereichsleitung  
☎ 06251 17296-17

**Saussane El Filali**  
Fachbereichsleitung  
☎ 06251 17296-14

**Nina Berg**  
Verwaltung  
☎ 06251 17296-18

**Carmen Dreißigacker**  
Verwaltung  
☎ 06251 17296-16

**Melanie Schürzinger**  
Verwaltung  
☎ 06251 17296-21



✉ [sprachen@kvhs-bergstrasse.de](mailto:sprachen@kvhs-bergstrasse.de)

✉ [deutsch@kvhs-bergstrasse.de](mailto:deutsch@kvhs-bergstrasse.de)

## SPRACHEN



Für Ihren nächsten Schritt auf dem Weg zur deutschen Staatsbürgerschaft bieten wir regelmäßig Einbürgerungstests an. Detaillierte Informationen zu den Anmeldevoraussetzungen finden Sie auf unserer Homepage.

Unsere Integrationskurse unterstützen Sie dabei, Deutsch zu lernen und sich sicher im Alltag und Beruf zu orientieren. Schreiben Sie uns gerne, um weitere Informationen zu den Kursangeboten zu erhalten.

## Deutsch als Fremdsprache

### PERSÖNLICHE BERATUNG

Wer bereits Deutsch kann oder weiter lernen möchte, wird von erfahrenen Lehrkräften beraten, welcher Kurs geeignet ist. Die KVHS bittet darum, ausländische Mitbürgerinnen und Mitbürger über das Beratungsangebot zu informieren.

#### Deutsch als Fremdsprache – Persönliche Beratung

**Bensheim**, vhs-Seminarraum  
40401 · Jeannette Thadewald  
Do. 18:30-20 Uhr, 19.02.26  
ab 1 TN · gebührenfrei

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
40402 · Saussane El Filali, Daniela Müller  
Mi. 18:30-20 Uhr, 18.02.26  
ab 1 TN · gebührenfrei

#### Grundkenntnisse A1 – Teil 1

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
40403 · Tommaso D'Elia  
Di./Do. 18-21:15 Uhr, ab 24.02.26  
(14x, 56 UE)  
ab 8 TN · 174 Euro

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
40404 · Daniela Müller  
Mo./Mi. 18:15-21:30 Uhr, ab 23.02.26  
(14x, 56 UE)  
ab 8 TN · 174 Euro

#### Grundkenntnisse A1 – Teil 2

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
40405 · Tommaso D'Elia  
Di./Do. 18-21:15 Uhr, ab 28.04.26  
(14x, 56 UE)  
ab 8 TN · 174 Euro

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
40406 · Daniela Müller  
Mo./Mi. 18:15-21:30 Uhr, ab 27.04.26  
(14x, 56 UE)  
ab 8 TN · 174 Euro

#### Grundkenntnisse A2 – Teil 1

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
40407 · Dr. Ute Irmhild Müller  
Di./Do. 18-21:15 Uhr, ab 24.02.26  
(14x, 56 UE)  
ab 8 TN · 174 Euro

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
40408 · Jeannette Thadewald  
Mo./Mi. 18:15-21:30 Uhr, ab 23.02.26  
(14x, 56 UE)  
ab 8 TN · 174 Euro

#### Grundkenntnisse A2 – Teil 2

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
40409 · Dr. Ute Irmhild Müller  
Di./Do. 18-21:15 Uhr, ab 28.04.26  
(14x, 56 UE)  
ab 8 TN · 174 Euro

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
40410 · Jeannette Thadewald  
Mo./Mi. 18:15-21:30 Uhr, ab 27.04.26  
(14x, 56 UE)  
ab 8 TN · 174 Euro



### Für Fortgeschrittene B1 – Teil 1

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
 40411 · Tommaso D'Elia  
 Mo./Mi. 18-21:15 Uhr, ab 23.02.26  
 (14x, 56 UE)  
 ab 8 TN · 174 Euro

### Für Fortgeschrittene B1 – Teil 2

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
 40412 · Tommaso D'Elia  
 Mo./Mi. 18-21:15 Uhr, ab 27.04.26  
 (14x, 56 UE)  
 ab 8 TN · 174 Euro

### Für Fortgeschrittene B2 – Teil 1

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
 40413 · Abdulrahman Shrit  
 Di./Do. 18:15-21:30 Uhr, ab 24.02.26  
 (14x, 56 UE)  
 ab 8 TN · 174 Euro

### Für Fortgeschrittene B2 – Teil 2

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
 40414 · Abdulrahman Shrit  
 Di./Do. 18:15-21:30 Uhr, ab 28.04.26  
 (14x, 56 UE)  
 ab 8 TN · 174 Euro

### Für Fortgeschrittene C1 – Teil 1

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
 40415 · Dr. Andrea Link  
 Mo./Mi. 18-21:15 Uhr, ab 23.02.26  
 (14x, 56 UE)  
 ab 8 TN · 174 Euro

### Für Fortgeschrittene C1 – Teil 2

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
 40416 · Dr. Andrea Link  
 Mo./Mi. 18-21:15 Uhr, ab 27.04.26  
 (14x, 56 UE)  
 ab 8 TN · 174 Euro

## telc DEUTSCH SPRACHPRÜFUNGEN



Die KVHS Bergstraße ist ein telc Prüfungszentrum. Hier legen Sie standardisierte Sprachprüfungen nach GER ab.

### TELc DEUTSCH A2-B1 DaF, Telc Prüfung A2-B1

**Bensheim**, alte Telekom  
 40417 · Prüfungsteam  
 Sa. 8-18 Uhr, 21.03.26  
 ab 12 TN · 165 Euro

**Bensheim**, alte Telekom  
 40418 · Prüfungsteam  
 Sa. 8-18 Uhr, 09.05.26  
 ab 12 TN · 165 Euro

**Bensheim**, alte Telekom  
 40419 · Prüfungsteam  
 Sa. 8-18 Uhr, 20.06.26  
 ab 12 TN · 165 Euro

### TELc DEUTSCH B2

**Bensheim**, alte Telekom  
 40420 · Prüfungsteam  
 Sa. 8-18 Uhr, 25.04.26  
 ab 12 TN · 180 Euro

### Bensheim, alte Telekom

40421 · Prüfungsteam  
 Sa. 8-18 Uhr, 27.06.26  
 ab 12 TN · 180 Euro

### TELc DEUTSCH C1

**Bensheim**, alte Telekom  
 40422 · Prüfungsteam  
 Fr. 7:45-18 Uhr, 19.06.26  
 ab 12 TN · 210 Euro

## PRÜFUNGSVORBEREITUNGS- KURSE

### TELc DEUTSCH A2- B1

**Bensheim**, alte Telekom  
 40423 · Lehrteam  
 Fr. 14-18 Uhr, 20.03.26  
 ab 8 TN · 29,50 Euro

### Bensheim, alte Telekom

40424 · Lehrteam  
 Fr. 14-18 Uhr, 08.05.26  
 ab 8 TN · 29,50 Euro

### Bensheim, alte Telekom

40425 · Lehrteam  
 Fr. 14-18 Uhr, 19.06.26  
 ab 8 TN · 29,50 Euro



### Deutsch A2-B1 – Fit für die DTZ und telc Prüfung

**Bensheim**, alte Telekom  
 40426 · Oksana Müller-Kim  
 Mo. 9-12:15 Uhr, ab 19.01.26 (5x, 20 UE)  
 ab 8 TN · 72 Euro

### Bensheim, alte Telekom

40427 · Oksana Müller-Kim  
 Mo. 9-12:15 Uhr, ab 02.03.26 (5x, 20 UE)  
 ab 8 TN · 72 Euro



## EINBÜRGERUNGSTESTS



Hier legen Sie mit Fragen über die Bundesrepublik Deutschland eine Prüfung ab, die Sie brauchen, um die deutsche Staatsbürgerschaft zu beantragen. Teilnahmevoraussetzungen entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

### Bensheim, alte Telekom

40440 · Zeynep Kemerli  
 Fr. 14-15 Uhr, 06.03.26  
 ab 8 TN · 25 Euro  
 Anmeldeschluss: Freitag 06.02.2026

### Bensheim, alte Telekom

40441 · Zeynep Kemerli  
 Fr. 15:30-16:30 Uhr, 06.03.26  
 ab 8 TN · 25 Euro  
 Anmeldeschluss: Freitag 06.02.2026

### Bensheim, alte Telekom

40442 · Zeynep Kemerli  
 Fr. 14-15 Uhr, 24.04.26  
 ab 8 TN · 25 Euro  
 Anmeldeschluss: Mittwoch 25.03.2026

### Bensheim, alte Telekom

40443 · Zeynep Kemerli  
 Fr. 15:30-16:30 Uhr, 24.04.26  
 ab 8 TN · 25 Euro  
 Anmeldeschluss: Mittwoch 25.03.2026

### Bensheim, alte Telekom

40444 · Zeynep Kemerli  
 Fr. 14-15 Uhr, 26.06.26  
 ab 8 TN · 25 Euro  
 Anmeldeschluss: Freitag 29.05.2026

### Bensheim, alte Telekom

40445 · Zeynep Kemerli  
 Fr. 15:30-16:30 Uhr, 26.06.26  
 ab 8 TN · 25 Euro  
 Anmeldeschluss: Freitag 29.05.2026





Ob für Beruf, Reisen oder Hobby - unsere Kurse richten sich an Menschen, die neu in die Sprachen einsteigen möchten, sowie Personen mit Vorkenntnissen. Von Englisch und Spanisch über Französisch und Italienisch bis hin zu selten gesprochenen Sprachen. Unsere Kurse umfassen alle Niveaus von A1 bis C2 und fördern praxisnahes Lernen in kleinen sowie großen Gruppen. In einigen Kursen stellen die Kursleitungen das benötigte Material selbst zusammen und rechnen dieses ersten Kurstag mit Ihnen ab.

## ● Altgriechisch



**Mit Homer, Plato und Aristoteles, Niveau A1**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
42610 · Orm Lahann

**Di.** 18-19:30 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

## ● Arabisch

**Salam! Neu A1-A2, ab Lektion 13, Niveau A1**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
40101 · Mona Hanna

**Do.** 19-20:30 Uhr, ab 26.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 4 TN · 178 Euro

## ● Chinesisch

### A1: MIT GERINGEN VORKENNTNISSEN

**Unvergessliches Chinesisch A, Lektion 11, Niveau A1**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
40201 · Jin Jia

**Mi.** 18-19:30 Uhr, ab 25.02.26 (10x, 20 UE)  
ab 6 TN · 98 Euro

### A2: MIT STABILEN VORKENNTNISSEN

**Unvergessliches Chinesisch C, ab Lektion 17, Niveau A2**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
40202 · Rubing Zhang

**Do.** 20-21 Uhr, ab 26.02.26 (12x, 16 UE)  
ab 4 TN · 118,50 Euro

### B1: MIT SEHR GUTEN VORKENNTNISSEN

**Unvergessliches Chinesisch D, ab Lektion 17, Niveau B1**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
40203 · Rubing Zhang

**Do.** 18:30-20 Uhr, ab 26.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 4 TN · 178 Euro

## ● Dänisch



**Dansk for dig Neu A1-A2, Niveau A1**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
40301 · Kirsten Rückert

**Mi.** 19:30-21 Uhr, ab 04.03.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

## ● Englisch

### PERSÖNLICHE BERATUNG

In einem individuellen, persönlichen Gespräch informieren Kursleiterinnen, wie sich das Angebot mit Ihren Zielen und Vorkenntnissen vereinbaren lässt.

### Englisch – Persönliche Beratung

**Bensheim**, vhs-Seminarraum

40601 · Anita de Coster  
**Do.** 18:30-20 Uhr, 19.02.26  
ab 1 TN · gebührenfrei

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule

40602 · Anita de Coster, Kirsten Rückert  
**Mi.** 18:30-20 Uhr, 18.02.26  
ab 1 TN · gebührenfrei

### Englisch, Beratung für Business Kurse

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule

40603 · Kirsten Rückert  
**Mi.** 18:30-20 Uhr, 18.02.26  
ab 1 TN · gebührenfrei

### ENGLISCH AM ARBEITSPLATZ

**Basis for Business B2, ab Lektion 2, Niveau B2**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
40606 · Kirsten Rückert

**Do.** 19:30-21 Uhr, ab 05.03.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

**The Business 2.0 B2, ab Lektion 8, Niveau B2**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
40607 · Kirsten Rückert

**Mo.** 17:45-19:15 Uhr, ab 02.03.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

### ZÜGIG ENGLISCH LERNEN

**Learning English Face to Face**

**Termine** nach Absprache

40610 · Rosemary Reidel

1 TN · 66,50 Euro für 60 Min. Unterricht

### REDEN HAT VORRANG

**Easy Conversation, Niveau A2**

**Einhausen**, Rathaus

40613 · Dorayne Semik

**Do.** 10-11:30 Uhr, ab 26.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 94 Euro

**Intermediate Conversation, Niveau B1**

**Bürstadt**, Erich-Kästner-Schule

40614 · Dorayne Semik

**Mo.** 18-19:30 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 127,50 Euro



**Intermediate Conversation, Niveau B1**

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

40615 · Inge Dosch

**Sa.** 10-14:15 Uhr, 28.02.26 (5 UE)  
ab 4 TN · 40 Euro



**Intermediate Conversation, Niveau B1**

**Onlinekurs**

40616 · Inge Dosch

**Mo.** 19-20:30 Uhr, ab 23.02.26 (8x, 16 UE)  
ab 6 TN · 85 Euro

**Intermediate Conversation, Niveau B2**

**Bürstadt**, Pfarrzentrum St. Michael

40617 · Anita de Coster

**Mi.** 10-11:30 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 94 Euro

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium

40618 · Anna Öri

**Mi.** 17:30-19 Uhr, ab 25.02.26 (10x, 20 UE)  
ab 8 TN · 78 Euro

**Bensheim**, vhs-Seminarraum

40619 · Anita de Coster

**Mi.** 18-19:30 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 94 Euro

**Advanced Conversation, Niveau C2**

**Heppenheim**, InFoReGen

40620 · Rosemary Reidel

**Di.** 14-15:30 Uhr, ab 24.02.26 (14x, 28 UE)  
ab 8 TN · 109 Euro



## A1: MIT GERINGEN VORKENNTNISSEN



### Easy English A1.2, ab Lektion 1, Niveau A1

Heppenheim, InFoReGen

40625 · Ines Schuller

Mo. 15:30-17 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

Heppenheim, InFoReGen

40626 · Heike von Steht

Do. 15:30-17 Uhr, ab 26.02.26 (10x, 20 UE)  
ab 4 TN · 148 Euro

## A2: MIT STABILEN VORKENNTNISSEN

### Get Your English Back, Niveau A2

Bensheim, Geschwister-Scholl-Schule

40627 · Marika May

Di. 19:30-21 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

### Great! A2, 2nd Edition, ab Lektion 1, Niveau A2

Heppenheim, Starkenburg-Gymnasium

40635 · Ines Schuller

Mo. 18:30-20 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

### Great! A2, 2nd Edition, ab Lektion 5, Niveau A2

Heppenheim, Starkenburg-Gymnasium

40636 · Anna Öri

Mi. 19:15-20:45 Uhr, ab 25.02.26  
(12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro



### Easy English A2.2, ab Lektion 1, Niveau A2

Bensheim, vhs-Seminarraum

40637 · Kirsten Rückert

Do. 16-17:30 Uhr, ab 05.03.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

## B1-B2: MIT SEHR GUTEN VORKENNTNISSEN

### Key B1, ab Lektion 3, Niveau B1

Bensheim, Geschwister-Scholl-Schule

40640 · Marika May

Mo. 19-20 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 16 UE)  
ab 4 TN · 118,50 Euro



### Easy English B1.1, ab Lektion 6, Niveau B1

Heppenheim, Haus der Kirche

40641 · Robert Lechert

Mo. 15:30-17 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

### Key B2.1, ab Lektion 3, Niveau B2

Bensheim, Geschwister-Scholl-Schule

40642 · Marika May

Di. 18:30-19:30 Uhr, ab 24.02.26  
(12x, 16 UE)  
ab 4 TN · 118,50 Euro

## Französisch

### PERSÖNLICHE BERATUNG

In einem individuellen, persönlichen Gespräch informieren Lehrkräfte, wie sich das Angebot mit Ihren Zielen und Vorkenntnissen vereinbaren lässt.

### Französisch – Persönliche Beratung

Heppenheim, Martin-Buber-Schule

40801 · Anke Arndt

Mi. 18:30-20 Uhr, 18.02.26  
ab 1 TN · gebührenfrei

### LESEN, ÜBEN, HÖREN

„Lire en français facile“ Textverständnis mit abwechslungsreichen Aufgaben.



### Misteres sur Le Vieux-Port, Niveau A1

Bensheim, vhs-Seminarraum

40802 · Viviane Moos

Mi. 12-13:30 Uhr, ab 25.02.26 (8x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro



### L'île Aux Trente Cercueils, Niveau A2

Bensheim, vhs-Seminarraum

40803 · Viviane Moos

Mo. 10:30-12 Uhr, ab 23.02.26 (8x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

## REDEN HAT VORRANG

### Conversation, Niveau A2-B1

Lorsch, KVHS-Schulungszentrum

40805 · Nathalie Benker

Fr. 18-19:30 Uhr, ab 13.03.26 (5x, 10 UE)  
ab 4 TN · 79 Euro

### Conversation, Niveau B1-B2

Bensheim, vhs-Seminarraum

40806 · Christa Gödecke

Do. 10:30-12 Uhr, ab 26.02.26 (14x, 28 UE)  
ab 8 TN · 109,50 Euro

### Conversation, Niveau C1

Bensheim, vhs-Seminarraum

40807 · Christa Gödecke

Di. 10:30-12 Uhr, ab 24.02.26 (15x, 30 UE)  
ab 6 TN · 159 Euro

### Conversation, Niveau C1

Bensheim, vhs-Seminarraum

40808 · Christa Gödecke

Mi. 8:30-10 Uhr, ab 25.02.26 (15x, 30 UE)  
ab 8 TN · 117 Euro

## A1: OHNE VORKENNTNISSE



### Rencontres en français, ab Lektion 1, Niveau A1

Bensheim, Geschwister-Scholl-Schule

40810 · Ursula Perrot

Mi. 18-19:30 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro



### Französisch für den Urlaub, ab Lektion 1, Niveau A1,

Bensheim, vhs-Seminarraum

40811 · Viviane Moos

Di. 9-10:30 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

## A1: MIT GERINGEN VORKENNTNISSEN

### Chapeau! A1, ab Lektion 2, Niveau A1

Bensheim, vhs-Seminarraum

40812 · Viviane Moos

Mo. 9-10:30 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

### Chapeau! A1, ab Lektion 2, Niveau A1

Bensheim, vhs-Seminarraum

40813 · Viviane Moos

Mi. 10:30-12 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro





### Chapeau! A1, ab Lektion 9, Niveau A1

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule

40814 · Claire Basque

**Mi.** 16:30-18 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

### A2: MIT STABILEN VORKENNTNISSEN

### Chapeau! A2, ab Lektion 1, Niveau A2

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule

40815 · Claire Basque

**Di.** 17:30-19 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

### Chapeau! A2, ab Lektion 7, Niveau A2

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule

40816 · Claire Basque

**Di.** 19:20:30 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 142 Euro

### Chapeau! A2, ab Lektion 11, Niveau A2

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule

40817 · Claire Basque

**Mi.** 18-19:30 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

### B1: MIT SEHR GUTEN VORKENNT- NISSEN

### Cosmopolite 3, ab Lektion 6, Niveau B1

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium

40818 · Anke Arndt

**Di.** 19-20:30 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

## ● Italienisch

### PERSÖNLICHE BERATUNG

In einem individuellen, persönlichen Gespräch informiert eine Lehrkraft, wie sich das Angebot mit Ihren Zielen und Vorkenntnissen vereinbaren lässt.

### Italienisch – Persönliche Beratung

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule

40901 · Gabriella Bertulli

**Mi.** 18:30-20 Uhr, 18.02.26  
ab 1 TN · gebührenfrei

### ZÜGIG ITALIENISCH LERNEN

### Italiano viso a viso

**Termine** nach Absprache

40902 · Gabriella Bertulli

1 TN · 66,50 Euro · für 60 Min. Unterricht

### HÖREN, SINGEN, REDEN

Italienisch lernen mal anders! Mit italienischen Liedern bauen Sie eine Brücke zur Sprache. Sie lernen neue Wörter und verstehen am Ende, was Sie mitsingen.



### Italienisch lernen mit Musik, Niveau A2

**Bensheim**, vhs-Seminarraum

40903 · Tommaso D'Elia

**Fr.** 19:30-21 Uhr, ab 27.02.26 (8x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

### REDEN HAT VORRANG

### Conversazione livello medio, Niveau A2-B1

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium

40905 · Sabrina Caló

**Mi.** 19-20:30 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 127,50 Euro

### Conversazione livello avanzato, Niveau B2

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule

40906 · N.N.

**Do.** 18:30-19:30 Uhr, ab 26.02.26  
(12x, 16 UE)  
ab 4 TN · 126,50 Euro

### Conversazione livello avanzato, Niveau C2

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium

40907 · Gabriella Bertulli

**Mo.** 18-19:30 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 127,50 Euro

### A1: OHNE VORKENNTNISSE



### Con piacere nuovo A1, ab Lektion 1, Niveau A1

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule

40910 · Kirsten Rückert

**Mi.** 18-19:30 Uhr, ab 04.03.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

### A1: MIT GERINGEN VORKENNTNISSEN

### Con piacere nuovo A1, ab Lektion 3, Niveau A1

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium

40911 · Giuliana Deriu

**Di.** 18-19:30 Uhr, ab 24.02.26 (10x, 20 UE)  
ab 8 TN · 74 Euro

### Con piacere nuovo A1, ab Lektion 4, Niveau A1

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium

40912 · Gabriella Bertulli

**Mo.** 19:30-21 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

40913 · Kirsten Rückert

**Di.** 18-19:15 Uhr, ab 03.03.26 (12x, 20 UE)  
ab 6 TN · 98 Euro

### Con piacere nuovo A1, ab Lektion 7, Niveau A1

**Bensheim**, vhs-Seminarraum

40914 · Giuliana Deriu

**Fr.** 18-19:30 Uhr, ab 27.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

### A2: MIT STABILEN VORKENNTNISSEN

### Con piacere nuovo A2, ab Lektion 2, Niveau A2

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium

40916 · Kirsten Rückert

**Mo.** 19:15-20:45 Uhr, ab 02.03.26  
(12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

UNSER  
TIPP!

@ BLEIBEN SIE AUF DEM LAUFENDEN

...mit unserem NEWSLETTER  
...mit aktuellen Kursen und Veranstaltungen  
...mit Gewinnspiel

### Gleich anmelden

...über die Homepage  
[www.kvhs-bergstrasse.de](http://www.kvhs-bergstrasse.de)  
...am Telefon unter 06251 17296-0





**Con piacere nuovo A2, ab Lektion 3, Niveau A2**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
40917 · Kirsten Rückert  
**Do.** 18-19:30 Uhr, ab 05.03.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
40918 · Gabriella Bertulli  
**Mi.** 19:30-21 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

**Con piacere nuovo A2, ab Lektion 9, Niveau A2**

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
40919 · Kirsten Rückert  
**Di.** 16:30-18 Uhr, ab 03.03.26 (10x, 20 UE)  
ab 4 TN · 148 Euro

**B1-B2: MIT SEHR GUTEN VORKENNTNISSEN**

**Con piacere nuovo B1, ab Lektion 1, Niveau B1**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
40921 · Gabriella Bertulli  
**Mi.** 18-19:30 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro



**Con piacere nuovo B1, ab Lektion 3, Niveau B1**

**Onlinekurs**  
40922Y · Kirsten Rückert  
**Fr.** 15:30-16:30 Uhr, ab 06.03.26  
(12x, 16 UE)  
ab 4 TN · 118,50 Euro

**Con piacere nuovo B1, ab Lektion 5, Niveau B1**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
40923 · Marco Lazzarotti  
**Mi.** 18-19:30 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

**Al dente B2, ab Lektion 2, Niveau B2**

**Bensheim**, vhs-Seminarraum  
40924 · Giuliana Deriu  
**Fr.** 10:30-12 Uhr, ab 27.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 4 TN · 178 Euro

## ● Japanisch

**Minna no Nihongo II, ab Lektion 36, Niveau A2**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
41002 · Ai Tanigawa-Holzapfel  
**Di.** 18-19:30 Uhr, ab 24.02.26 (15x, 30 UE)  
ab 4 TN · 222 Euro

## ● Neugriechisch

**LESEN, ÜBEN, HÖREN**

Eine Kriminalgeschichte auf Griechisch lesen: Textverständnis mit abwechslungsreichen Aufgaben



**Pios ine o A.M? Eine Kriminalgeschichte, Niveau A1**

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
41201 · Sofia Mylona  
**Mo.** 18-19:30 Uhr, ab 23.02.26 (8x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

**A1: MIT GERINGEN VORKENNTNISSEN**

**Pame! A1, ab Lektion 2, Niveau A1**

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
41203 · Sofia Mylona  
**Di.** 19:30-21 Uhr, ab 24.02.26 (10x, 20 UE)  
ab 6 TN · 98 Euro



**Pame! A1, ab Lektion 8, Niveau A1**

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
41204 · Sofia Mylona  
**Di.** 18-19:30 Uhr, ab 24.02.26 (10x, 20 UE)  
ab 6 TN · 98 Euro

## ● Niederländisch

**A1: MIT GERINGEN VORKENNTNISSEN**

**Niederländisch für die Reise, ab Lektion 4, Niveau A1**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
41401 · Mariella Pieters  
**Mi.** 19:30-20:30 Uhr, ab 25.02.26  
(12x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

**Welkom! Neu A1-A2, ab Lektion 5, Niveau A1**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
41402 · Mariella Pieters  
**Di.** 19-20:30 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

**Welkom! Neu A1-A2, ab Lektion 8, Niveau A1**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
41403 · Mariella Pieters  
**Do.** 18:30-20 Uhr, ab 26.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

**B1: MIT SEHR GUTEN VORKENNTNISSEN**

**Welkom Terug! Neu B1, Lektion 1, Niveau B1**

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
41404 · Mariella Pieters  
**Mo.** 17:30-18:30 Uhr, ab 23.02.26  
(12x, 16 UE)  
ab 4 TN · 118,50 Euro

## ● Polnisch

**Polski krok po kroku, ab Lektion 19, Niveau A2**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
41701 · Ewa Redemann  
**Mo.** 19:30-20:30 Uhr, ab 23.02.26  
(10x, 13,33 UE)  
ab 4 TN · 99 Euro





## ● Portugiesisch

### Portugues Intermediario, ab Lektion 1, Niveau B1

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
41803 · Mônica Miranda D'Elia  
**Mo.** 19:30-21 Uhr, ab 23.02.26 (11x, 22 UE)  
ab 4 TN · 163 Euro

## ● Russisch

### REDEN HAT VORRANG

#### Leichte Konversation, Niveau A2

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
41901 · Katerina Boguzki  
**Mo.** 18:15-19:45 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 4 TN · 190 Euro

### A1: MIT GERINGEN VORKENNTNISSEN

#### Moct neu A1-A2, ab Lektion 4, Niveau A1

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
41902 · Viktoriya Ordikhovska  
**Di.** 18-19:30 Uhr, ab 24.02.26 (10x, 20 UE)  
ab 6 TN · 98 Euro

### A2: MIT STABILEN VORKENNTNISSEN

#### Moct neu A1-A2, ab Lektion 11, Niveau A2

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
41903 · Viktoriya Ordikhovska  
**Mo.** 18-19:30 Uhr, ab 23.02.26 (10x, 20 UE)  
ab 4 TN · 148 Euro

## ● Spanisch

### PERSÖNLICHE BERATUNG

In einem individuellen, persönlichen Gespräch informieren Kursleiterinnen, wie sich das Angebot mit Ihren Zielen und Vorkenntnissen vereinbaren lässt.

#### Spanisch – Persönliche Beratung

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
42201 · Inmaculada Christ  
**Mi.** 18:30-20 Uhr, 18.02.26  
ab 1 TN · gebührenfrei

### ZÜGIG SPANISCH LERNEN

#### Aprender español cara a cara

**Termine** nach Absprache  
42204 · Inmaculada Christ  
1 TN · 66,50 Euro für 60 Min. Unterricht

### REDEN HAT VORRANG

#### Conversación fácil, Niveau A2-B1

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum  
42206 · Victor Vega  
**Di.** 8:30-10 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 4 TN · 190 Euro

#### Conversación nivel medio, Niveau B1

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
42207 · Inmaculada Christ  
**Di.** 18-19:30 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 94 Euro

#### Conversación nivel medio, Niveau B2

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
42208 · Inmaculada Christ  
**Do.** 18-19:30 Uhr, ab 26.02.26 (11x, 22 UE)  
ab 8 TN · 86 Euro

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
42209 · Inmaculada Christ  
**Mi.** 18-19:30 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 127 Euro

#### Conversación para avanzados, Niveau C1

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
42210 · Inmaculada Christ  
**Mo.** 19:30-21 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 94 Euro

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
42211 · Ursula Adriana Martinez Valerdi  
**Do.** 18-19:30 Uhr, ab 26.02.26 (9x, 18 UE)  
ab 4 TN · 134 Euro

### A1: OHNE VORKENTNISSE

#### **Impresiones A1, ab Lektion 1, Niveau A1**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
42213 · Catalina Rühl  
**Mi.** 18-19:30 Uhr, ab 18.03.26 (10x, 20 UE)  
ab 6 TN · 98 Euro

#### **Impresiones A1, ab Lektion 1, Niveau A1**

**Onlinekurs**  
42214 · Guillem Batllori Pages  
**Fr.** 14:30-16 Uhr, ab 27.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

vhs

Eine Aufgabe, die andere und mich voran bringt? **HOCH-**interessant.



Mehr zum Volks**HOCH**schul**GEFÜHL** findest Du hier:  
[kursleitung.vhs-in-hessen.de](https://kursleitung.vhs-in-hessen.de)



**Impresiones A1, ab Lektion 3,  
Niveau A1**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
42215 · Catalina Rühl  
Di. 18-19:30 Uhr, ab 17.03.26 (10x, 20 UE)  
ab 6 TN · 98 Euro

**Impresiones A1, ab Lektion 4,  
Niveau A1**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
42216 · Carolina Olea Canessa  
Mo. 18:30-19:30 Uhr, ab 23.02.26  
(12x, 16 UE)  
ab 6 TN · 78,50 Euro

**A1: MIT GERINGEN VORKENNTNISSEN**

**Impresiones A1, ab Lektion 5,  
Niveau A1**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
42217 · Catalina Rühl  
Do. 18-19:30 Uhr, ab 12.03.26 (10x, 20 UE)  
ab 8 TN · 74 Euro

**Impresiones A1, ab Lektion 6,  
Niveau A1**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
42218 · Carolina Olea Canessa  
Mo. 19:30-21 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

**Impresiones A1, ab Lektion 10,  
Niveau A1**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
42219 · Cecilia Catalina Camacho Bonilla  
Mo. 18-19:30 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

**A2: MIT STABILEN VORKENNTNISSEN**

**NEU** **Impresiones A2, ab Lektion 1,  
Niveau A2**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
42225 · Victor Vega  
Di. 19:30-21 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

**Impresiones A2, ab Lektion 2,  
Niveau A2**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
42226 · Cecilia Catalina Camacho Bonilla  
Mo. 19:30-21 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

**Impresiones A2, ab Lektion 4,  
Niveau A2**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
42227 · Cecilia Catalina Camacho Bonilla  
Do. 19:30-21 Uhr, ab 26.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

**Impresiones A2, ab Lektion 8,  
Niveau A2**

**Fürth**, Heinrich-Böll-Schule  
42228 · Birgid Schätzler  
Mo. 20-21:30 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

**Impresiones A2, ab Lektion 9,  
Niveau A2**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
42229 · Cecilia Catalina Camacho Bonilla  
Mi. 19:30-21 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

**Impresiones A2, ab Lektion 10,  
Niveau A2**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
42230 · Cecilia Catalina Camacho Bonilla  
Di. 19:30-21 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 8 TN · 89 Euro

**B1: MIT SEHR GUTEN VORKENNT-  
NISSEN**

**Con gusto nuevo B1, ab Lektion 1,  
Niveau B1**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
42236 · Victor Vega  
Di. 18-19:30 Uhr, ab 24.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

**Impresiones B1 ab Lektion 2,  
Niveau B1**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
42237 · Cecilia Catalina Camacho Bonilla  
Do. 18-19:30 Uhr, ab 26.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 4 TN · 178 Euro

**Impresiones B1, ab Lektion 9,  
Niveau B1**

**Fürth**, Heinrich-Böll-Schule  
42238 · Birgid Schätzler  
Mo. 18:30-20 Uhr, ab 23.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 4 TN · 178 Euro

**Impresiones B1, ab Lektion 10,  
Niveau B1**

**Heppenheim**, Martin-Buber-Schule  
42239 · Inmaculada Christ  
Do. 19:30-21 Uhr, ab 26.02.26 (11x, 22 UE)  
ab 8 TN · 81,50 Euro

**Schwedisch**

**A1: MIT GERINGEN VORKENNTNISSEN**

**Hejsan! A1-A2, ab Lektion 4,  
Niveau A1**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
42001 · Anne Kristin Storch  
Mi. 20-21:15 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 20 UE)  
ab 6 TN · 98 Euro

**A2: MIT STABILEN VORKENNTNISSEN**

**Tala Svenska A2-B1, ab Lektion 1,  
Niveau A2**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
42002 · Anne Kristin Storch  
Do. 18:30-20 Uhr, ab 26.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

**B1: MIT SEHR GUTEN VORKENNT-  
NISSEN**

**Rivstart B1+B2, ab Lektion 10,  
Niveau B1**

**Heppenheim**, Starkenburg-Gymnasium  
42003 · Anne Kristin Storch  
Mi. 18:30-20 Uhr, ab 25.02.26 (12x, 24 UE)  
ab 6 TN · 118 Euro

**Tschechisch**

**Čeština expres 3,  
Niveau A2**

**Bensheim**, Geschwister-Scholl-Schule  
42301 · Stepanka Baracova  
Do. 18-19 Uhr, ab 26.02.26 (10x, 13,33 UE)  
ab 6 TN · 65,50 Euro

**BITTE NUTZEN SIE UNSERE HOMEPAGE...**

[www.kvhs-bergstrasse.de](http://www.kvhs-bergstrasse.de) um sich zu informieren über:

Die aktuellen Kurstermine, die ausführliche Kursbeschreibung, die Adresse und Wegbeschreibung zum Unterrichtsort.







**Saussane El Filali**  
Fachbereichsleitung  
☎ 06251 17296-14

**Kevin Syring**  
pädagogische Assistenz  
☎ 06251 17296-32

**Arbenita Hisenaj**  
Verwaltung  
☎ 06251 17296-10

**Ulrike Blesing**  
Verwaltung  
☎ 06251 17296-21

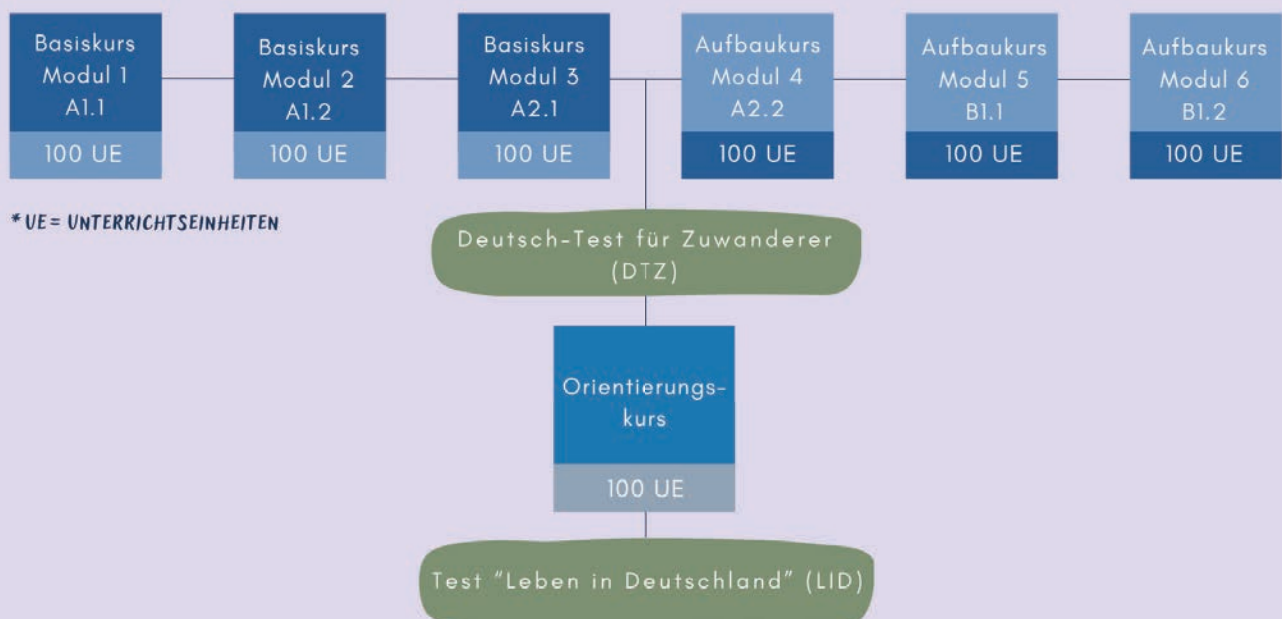


## INTEGRATIONSKURSE

✉ [integration@kvhs-bergstrasse.de](mailto:integration@kvhs-bergstrasse.de)

### KURSABLAUF

#### Einstufungstest





**Melanie Knauf**  
Fachbereichsleitung  
☎ 06251 17296-19

**Ulrike Blesing**  
Verwaltung  
☎ 06251 17296-21



## KARRIERE UND DIGITALES

✉ [beruf@kvhs-bergstrasse.de](mailto:beruf@kvhs-bergstrasse.de)



Sie sind unsicher, welcher EDV-Kurs der richtige für Ihre Bedürfnisse ist? Rufen Sie uns gerne an – wir beraten Sie persönlich und finden gemeinsam den passenden Kurs für Sie! Bitte bringen Sie bei Bedarf eigene Verpflegung zu den Kursen mit.

### ● Digitale Welten

#### Medienkompetenz

##### Der Dozent an Ihrem PC

**Unterrichtsraum** auf Anfrage

**50101** · Team der IT-Dozenten

**So.** 18-19 Uhr, ab 15.02.26

1 TN · 115 Euro für 90 Min. Unterricht



##### Computer-Einstieg leicht gemacht

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

**50113S** · Frank Hissen

**Di.** 14-17 Uhr, ab 03.03.26 (4x, 16 UE)

ab 5 TN · 133 Euro

**Wald-Michelbach**, Überwald-Gymnasium

**50112S** · Michael Pleiner

**Mi.** 15-18 Uhr, ab 06.05.26 (4x, 16 UE)

ab 5 TN · 133 Euro

##### Im Internet sicher unterwegs

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

**50136** · Frank Hissen

**Do.** 16-18:15 Uhr, ab 12.03.26 (2x, 6 UE)

ab 5 TN · 50 Euro

##### Umgang mit Windows 11

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

**50111** · Frank Hissen

**Di.** 14:30-16:30 Uhr, ab 19.05.26 (3x, 8 UE)

ab 5 TN · 66,50 Euro



##### Neu in Windows 11

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

**50166** · Armin Steidel

**Fr.** 18-20:30 Uhr, 23.01.26 (3,33 UE)

ab 5 TN · 28 Euro

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

**50110** · Armin Steidel

**Mo.** 18-20:30 Uhr, 04.05.26 (3,33 UE)

ab 5 TN · 28 Euro

##### Routerhilfe zu Hause – gemeinsam ins schnelle Internet

noch offen

**50138** · Walter Fendel

**Termine** nach Absprache

1 TN · 79 Euro für 60 Min. Unterricht

##### Smartphone/Tablet-PC – Einzelschulung

Die genaue Uhrzeit teilen wir Ihnen nach der Anmeldung mit.

**Birkenau**, Altes Rathaus

**50150** · Sebastian Lohner

**Sa.** 9-13 Uhr, 07.02.26

ab 1 TN · 66,50 Euro für 60 Min. Unterricht

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

**50147** · Sebastian Lohner

**Sa.** 9-13 Uhr, 14.03.26

ab 1 TN · 66,50 Euro für 60 Min. Unterricht

**Heppenheim**, InFoReGen

**50149** · Sebastian Lohner

**Sa.** 9-13 Uhr, 25.04.26

ab 1 TN · 66,50 Euro für 60 Min. Unterricht

**Bürstadt**, KamÜ

**50148** · Sebastian Lohner

**Sa.** 9-13 Uhr, 23.05.26

ab 1 TN · 66,50 Euro für 60 Min. Unterricht

**Birkenau**, Altes Rathaus

**50146** · Sebastian Lohner

**Sa.** 9-13 Uhr, 20.06.26

ab 1 TN · 66,50 Euro für 60 Min. Unterricht





### Das Smartphone kennenlernen

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50153S · Alexandra Becker

**Do.** 14-16 Uhr, ab 05.03.26 (4x, 10,67 UE)  
ab 6 TN · 66 Euro



### iPhone/iPad Grundkurs

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50154 · Alexandra Becker

**Do.** 16:30-18:30 Uhr, ab 05.03.26  
(4x, 10,67 UE)  
ab 6 TN · 66 Euro

### Mac-Sprechstunde

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50152 · Sebastian Lohner

**Sa.** 9-13 Uhr, 17.01.26

1 TN · 66,50 Euro für 60 Min. Unterricht

**Bürstadt, KamÜ**

50156 · Sebastian Lohner

**Sa.** 9-13 Uhr, 28.02.26

1 TN · 66,50 Euro für 60 Min. Unterricht

**Birkenau, Altes Rathaus**

50157 · Sebastian Lohner

**Sa.** 9-13 Uhr, 28.03.26

1 TN · 66,50 Euro für 60 Min. Unterricht

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50158 · Sebastian Lohner

**Sa.** 9-13 Uhr, 09.05.26

1 TN · 66,50 Euro für 60 Min. Unterricht

### Urlaubs-Apps clever nutzen

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50120 · Sebastian Lohner

**Di.** 18-19 Uhr, 10.02.26 (1,33 UE)

ab 5 TN · 11 Euro

## Künstliche Intelligenz



### Künstliche Intelligenz für alle

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50103 · Werner Rodorff

**Mo.** 19-20:30 Uhr, 23.02.26 (2 UE)

ab 5 TN · 17 Euro



### Wie funktioniert künstliche Intelligenz?

**Wald-Michelbach, Überwald-Gymnasium**

50107 · Michael Pleiner

**Mo.** 18-20:15 Uhr, ab 04.05.26 (2x, 6 UE)

ab 6 TN · 42 Euro



### Clever Arbeiten mit Chat GPT und Co.

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50104 · Werner Rodorff

**Mo.** 18:30-20 Uhr, ab 09.03.26 (3x, 6 UE)

ab 6 TN · 42 Euro

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50105 · Werner Rodorff

**Mo.** 18:30-20 Uhr, ab 08.06.26 (3x, 6 UE)

ab 6 TN · 42 Euro



### Lorsch, KVHS-Schulungszentrum

50106 · Werner Rodorff

**Mi.** 10-11:30 Uhr, ab 15.04.26 (3x, 6 UE)  
ab 6 TN · 42 Euro



### KI-gestützte Textverarbeitung: AI Facts – Fallbeispiel

„MS Word“

**Onlinekurs**

50108 · Thorsten H. Bradt

**Di.** 18-19:30 Uhr, 10.03.26 (2 UE)

ab 1 TN · 21,50 Euro



### KI-gestützte Tabellenkalkulation: AI Facts – Fallbeispiel

„MS Excel“

**Onlinekurs**

50109 · Thorsten H. Bradt

**Mi.** 18-19:30 Uhr, 11.03.26 (2 UE)

ab 1 TN · 21,50 Euro



### Sichtbar werden bei KI-Suchen

**Onlinekurs**

50121Y · Michael Merzbach

**Mi.** 19-21 Uhr, 04.03.26 (2,67 UE)

ab 4 TN · 28 Euro

## Multimedia



### Bilderzeugung ChatGPT & Co.

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50141 · Berthold Mäurer

**Sa.** 10-13 Uhr, 09.05.26 (4 UE)

ab 4 TN · 42 Euro



### Canva Visual Suite für Content-Marketing

**Onlinekurs**

50145 · Thorsten H. Bradt

**Fr.** 18-19:30 Uhr, 06.03.26 (2 UE)

ab 1 TN · 21,50 Euro

### Fotobearbeitung mit iPhone/iPad

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50144 · Berthold Mäurer

**Sa.** 10-13 Uhr, 21.03.26 (4 UE)

ab 4 TN · 42 Euro

### Einführung in die digitale Fotografie

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50140 · Martin Lossau

**Sa.** 9-16 Uhr, 18.04.26 (8 UE)

ab 4 TN · 67,50 Euro

### Blog und Website mit Wordpress

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50117 · Peter Hetzler

**Sa.** 10-14 Uhr, ab 18.04.26 (2x, 10,67 UE)

ab 5 TN · 89 Euro



### Social Media Marketing mit Instagram

**Onlinekurs**

50119 · Thorsten H. Bradt

**Fr.** 20-21:30 Uhr, 09.01.26 (2 UE)

ab 1 TN · 18,50 Euro



## IT-Fachanwendungen



### In Word und Excel einsteigen

**Wald-Michelbach, Überwald-Gymnasium**

50123S · Michael Pleiner

**Mi.** 15-18 Uhr, ab 03.06.26 (3x, 12 UE)

ab 4 TN · 125 Euro

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50124S · Armin Steidel

**Do.** 9-12 Uhr, ab 12.03.26 (3x, 12 UE)

ab 5 TN · 100 Euro

### Word und Excel – Kombikurs

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50132 · Frank Hissen

**Do.** 17-20:45 Uhr, ab 15.01.26 (4x, 20 UE)

ab 5 TN · 166 Euro

### Excel – Grundkurs

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50125 · Matthias Hessler

**Fr.** 18-21 Uhr, 16.01.26

**Sa.** 9-18 Uhr, 17.01.26

**So.** 9-13 Uhr, 18.01.26 (20 UE)

ab 6 TN · 140 Euro

### Excel – Crashkurs Grundlagen

**Lorsch, KVHS-Schulungszentrum**

50126 · Armin Steidel

**Sa.** 9-16:30 Uhr, 25.04.26 (9 UE)

ab 5 TN · 75 Euro

**Wald-Michelbach, Überwald-Gymnasium**

50127 · Michael Pleiner

**Mo.** 18-20:15 Uhr, ab 09.03.26 (3x, 9 UE)

ab 4 TN · 94 Euro





## Excel – Aufbaukurse

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50129 · Matthias Hessler

**Sa.** 8:30-13 Uhr, 24.01.26

**So.** 8:30-13 Uhr, 25.01.26 (12 UE)

ab 5 TN · 100 Euro

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50128 · Armin Steidel

**Sa.** 9-14:30 Uhr, ab 23.05.26 (2x, 12 UE)

ab 5 TN · 100 Euro

## Excel – Power Query

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50131 · Armin Steidel

**Mi.** 17:30-19:45 Uhr, ab 14.01.26 (2x, 6 UE)

ab 5 TN · 50 Euro

## Excel – Analyse-Tools und Datenbanken

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50130 · Armin Steidel

**Do.** 17:30-19:45 Uhr, ab 30.04.26 (2x, 6 UE)

ab 5 TN · 50 Euro

## Word – Crashkurs Grundlagen

**Wald-Michelbach**, Überwald-Gymnasium

50134 · Michael Pleiner

**Mo.** 18-21 Uhr, ab 13.04.26 (3x, 12 UE)

ab 4 TN · 125 Euro

## Outlook – Mails, Termine, Kontakte

**Wald-Michelbach**, Eugen-Bachmann-Schule

50133 · Michael Pleiner

**Mi.** 17:30-21:15 Uhr, 21.01.26 (5 UE)

ab 5 TN · 41,50 Euro



## Python – Einführung

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50114 · Werner Rodorff

**Mi.** 18:30-21 Uhr, ab 04.03.26 (4x, 13,33 UE)

ab 5 TN · 111 Euro



## Python – Aufbaukurse

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50115 · Werner Rodorff

**Di.** 18:30-21 Uhr, ab 13.01.26 (3x, 10 UE)

ab 6 TN · 70 Euro

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50116 · Werner Rodorff

**Mi.** 18:30-21 Uhr, ab 10.06.26 (3x, 10 UE)

ab 6 TN · 70 Euro

## Kaufmännisches Wissen

### Büromanagement



## NEU KI-Assistenzen für den Büroalltag

**Onlinekurs**

50402Y · Thorsten H. Bradt

**Do.** 18-19:30 Uhr, 05.03.26 (2 UE)

ab 1 TN · 21,50 Euro

## Xpert Business Lernnetz



Das Lernnetz Xpert Business bietet flexible, berufsbegleitende Online-Kurse zu kaufmännischen und betriebswirtschaftlichen Themen. Teilnehmende lernen live mit erfahrenen Kursleitungen und können anerkannte Zertifikate erwerben, die ihre beruflichen Chancen stärken.

### Finanzbuchführung – Teil 1

50410Y · **Di./Do.** 18:30-20:30 Uhr

ab 10.03.26 (24x, 64 UE)

ab 1 TN · 404 Euro

### Finanzbuchführung – Teil 2

50411Y · **Mo./Mi.** 18:30-20:30 Uhr

ab 09.03.26 (22x, 58,67 UE)

ab 1 TN · 375 Euro

### Finanzbuchführung mit DATEV

50412Y · **Di./Do.** 18:30-20:30 Uhr

ab 10.03.26 (16x, 42,67 UE)

ab 1 TN · 320 Euro

### Bilanzierung

50413Y · **Di./Do.** 18:30-20:30 Uhr

ab 10.03.26 (20x, 53,33 UE)

ab 1 TN · 344 Euro

### Kosten- und Leistungsrechnung

50414Y · **Mo./Mi.** 18:30-20:30 Uhr

ab 09.03.26 (20x, 53,33 UE)

ab 1 TN · 344 Euro

### Controlling

50415Y · **Mo./Mi.** 18:30-20:30 Uhr

ab 09.03.26 (20x, 53,33 UE)

ab 1 TN · 344 Euro

### Betriebliche Steuerpraxis

50416Y · **Mo./Mi.** 18:30-20:30 Uhr

ab 09.03.26 (22x, 58,67 UE)

ab 1 TN · 375 Euro

### Lohn und Gehalt – Teil 1

50417Y · **Di./Do.** 18:30-20:30 Uhr

ab 10.03.26 (24x, 64 UE)

ab 1 TN · 404 Euro

### Lohn und Gehalt – Teil 2

50418Y · **Mo./Mi.** 18:30-20:30 Uhr

ab 09.03.26 (22x, 58,67 UE)

ab 1 TN · 375 Euro

### Lohn und Gehalt (DATEV)

50419Y · **Di./Do.** 18:30-20:30 Uhr

ab 10.03.26 (16x, 42,67 UE)

ab 1 TN · 320 Euro

### Einnahmen-Überschussrechnung

50420Y · **Mo./Mi.** 18:30-20:30 Uhr

ab 09.03.26 (11x, 29,33 UE)

ab 1 TN · 205 Euro

## Personalwirtschaft

50421Y · **Mo./Mi.** 18:30-20:30 Uhr

ab 09.03.26 (20x, 53,33 UE)

ab 1 TN · 344 Euro



## SAP in der Anwendung

### SAP – Grundlagen

**Onlinekurs**, alfaview

50430Y · **Fr./Sa.** 13-18 Uhr

ab 27.02.26 (2x, 14 UE)

ab 1 TN · 359 Euro

**Onlinekurs**, alfaview

50431Y · **Fr./Sa.** 13-18 Uhr

ab 24.04.26 (2x, 14 UE)

ab 1 TN · 359 Euro

### SAP-Einkauf

**Onlinekurs**, alfaview

50432Y · **Fr./Sa.** 13-18 Uhr

ab 06.03.26 (2x, 14 UE)

ab 1 TN · 359 Euro

### SAP-Finanzbuchhaltung

**Onlinekurs**, alfaview

50433Y · **Fr./Sa.** 13-18 Uhr

ab 12.06.26 (2x, 14 UE)

ab 1 TN · 359 Euro

## Soft Skills

### Berufliche Entwicklung

#### Erfolg beginnt im Kopf – Einzelcoaching

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50602 · Kerstin Tulka

**Mi.** 15-19:30 Uhr, 21.01.26

1 TN · 100 Euro für 90 Min. Coaching

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50601 · Kerstin Tulka

**Di.** 17-20 Uhr, 10.03.26

1 TN · 100 Euro für 90 Min. Coaching

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50600 · Kerstin Tulka

**Mi.** 17-20 Uhr, 17.06.26

1 TN · 100 Euro für 90 Min. Coaching

#### Recruiting als Konzept

**Birkenau**, Altes Rathaus

50604 · Ute Wolk

**Sa.** 9-16 Uhr, 21.03.26 (8 UE)

ab 6 TN · 45 Euro

#### In 60 Sekunden überzeugen

**Birkenau**, Altes Rathaus

50610 · Maïke Schulz

**Sa.** 10-14 Uhr, 24.01.26 (5,33 UE)

ab 6 TN · 30 Euro



### Vom Teammitglied zur Führungskraft

**Heppenheim**, InFoReGen

50605 · Helke Seifert

**Di.** 17:45-20 Uhr, ab 03.03.26 (4x, 10 UE)  
ab 6 TN · 100,50 Euro



### Leadership: Kurzpulse

**Onlinekurs**

50606 · Anne-Karien Weidl

**Mo.** 18:30-20:30 Uhr, ab 16.03.26  
(2x, 5,33 UE)  
ab 6 TN · 30 Euro

### Kreativ denken – innovativ handeln

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50607 · Kerstin Tulka

**Sa.** 10-15 Uhr, 13.06.26 (6,67 UE)  
ab 4 TN · 56,50 Euro



### Stark und selbstbewusst im Beruf

**Onlinekurs**

50613 · Gisa Steeg

**Sa.** 10-17 Uhr, 14.03.26 (8 UE)  
ab 6 TN · 45 Euro

### Verhandeln und argumentieren

**Heppenheim**, InFoReGen

50612 · Ute Wolk

**Sa.** 9-16 Uhr, 17.01.26 (8 UE)  
ab 6 TN · 45 Euro

## Kommunikationskompetenz

### In Konfliktsituationen sicher agieren

**Heppenheim**, InFoReGen

50636 · Ute Wolk

**Sa.** 9-16 Uhr, 18.04.26 (8 UE)  
ab 6 TN · 45 Euro

### Kommunikation „to go“

**Heppenheim**, InFoReGen

50603 · Inge Dosch

**Sa.** 9-16 Uhr, 21.03.26 (8 UE)  
ab 6 TN · 45 Euro

### Smalltalk leicht gemacht

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50611 · Maïke Schulz

**Sa.** 9-13 Uhr, 18.04.26 (5,33 UE)  
ab 6 TN · 30 Euro

### Mit Storytelling punkten

**Heppenheim**, InFoReGen

50614 · Maïke Schulz

**Sa.** 9-13 Uhr, 20.06.26 (5,33 UE)  
ab 6 TN · 30 Euro



### Schlagfertigkeit stärken

**Onlinekurs**

50617 · Gisa Steeg

**Sa.** 10-17 Uhr, 07.03.26 (8 UE)  
ab 6 TN · 45 Euro

### Gewaltfreie Kommunikation

**Heppenheim**, InFoReGen

50616 · Marianne Kasjan, Laura Elges

**Sa.** 10-16 Uhr, 18.04.26 (7,33 UE)  
ab 6 TN · 41,50 Euro

### Nein sagen lernen

**Birkenau**, Altes Rathaus

50619 · Dr. Olaf Stoffel

**Sa.** 9-16 Uhr, 21.02.26 (8 UE)  
ab 6 TN · 45 Euro

### Zwischen den Worten

**Birkenau**, Altes Rathaus

50620 · Dr. Olaf Stoffel

**Sa.** 9-16 Uhr, 18.04.26 (8 UE)  
ab 6 TN · 45 Euro

## Lebenskompetenz



### Einzelcoaching: Entscheidungen leicht gemacht

**Onlinekurs**

50627 · Stephanie Schöfer

**Fr.** 12-15 Uhr, 27.02.26  
1 TN · 100 Euro für 90 Min. Coaching

**Onlinekurs**

50628 · Stephanie Schöfer

**Fr.** 12-15 Uhr, 29.05.26  
1 TN · 100 Euro für 90 Min. Coaching



### Inspirationen aus der Yoga- philosophie für mehr Balance

**Bürstadt**, KamÜ

50608 · Stefanie Engert

**Sa.** 10-14 Uhr, 21.03.26 (5,33 UE)  
ab 4 TN · 45 Euro



### Selbstbewusst im Wandel: Die Wechseljahre als Chance

**Bürstadt**, KamÜ

50609W · Heike Hensel

**Sa.** 11-14:30 Uhr, 21.02.26 (4 UE)  
für Frauen · ab 4 TN · 34 Euro



### Die Kunst der Ausstrahlung

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50626 · Kerstin Tulka

**Sa.** 9-16 Uhr, 21.03.26 (8 UE)  
ab 6 TN · 45 Euro



### Digital Detox – bewusster Umgang mit ständiger Erreichbarkeit

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50615 · Stephanie Schöfer

**Do.** 19-20:30 Uhr, ab 26.02.26 (3x, 6 UE)  
ab 4 TN · 50,50 Euro



### Mental Overload – wie Sie wieder lernen abzuschalten

**Lorsch**, KVHS-Schulungszentrum

50618 · Stephanie Schöfer

**Mi.** 19-20:30 Uhr, ab 29.04.26 (3x, 6 UE)  
ab 4 TN · 50,50 Euro



### Gestalt erleben: Bewusster fühlen, klarer begegnen

**Heppenheim**, InFoReGen

50637 · Leon Hartnagel

**Sa.** 10-17 Uhr, 23.05.26 (8 UE)  
ab 6 TN · 45 Euro

### Mut zur Trauer, Kraft fürs Leben

**Heppenheim**, Haus der Kirche

50621 · Renate Felicitas Hartjenstein

**Do.** 19-21 Uhr, 26.03.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 18 Euro

### Depression verstehen

**Birkenau**, Altes Rathaus

50623 · Dr. Olaf Stoffel

**Mi.** 18:30-20:30 Uhr, 15.04.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 15 Euro

### Depression begleiten

**Birkenau**, Altes Rathaus

50622 · Dr. Olaf Stoffel

**Mi.** 18:30-20:30 Uhr, 29.04.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 15 Euro

### Kommunikation mit Dementen

**Birkenau**, Altes Rathaus

50624 · Dr. Olaf Stoffel

**Mi.** 18:30-20:30 Uhr, 25.02.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 15 Euro

### Demenz verstehen

**Birkenau**, Altes Rathaus

50625 · Dr. Olaf Stoffel

**Mi.** 19-21 Uhr, 04.03.26 (2,67 UE)  
ab 6 TN · 15 Euro

**BITTE NUTZEN SIE UNSERE HOMEPAGE...**

[www.kvhs-bergstrasse.de](http://www.kvhs-bergstrasse.de) um sich zu informieren über:

Die aktuellen Kurstermine, die ausführliche Kursbeschreibung, die Adresse und Wegbeschreibung zum Unterrichtsort.



### Abtsteinach

Rathaus Ober-Abtsteinach, Kirchstraße 2

### Alsbach-Hähnlein

Jüdischer Friedhof, nordwestlich der Kreuzung  
Neue Bergstraße und L3112

### Bensheim

Behindertenhilfe Bergstraße, Darmstädter Straße 150  
Bürgerhaus Kronepark, Darmstädter Straße 166  
Café & Restaurant Schmitt, Hauptstraße 94  
Dorfgemeinschaftshaus Fehlheim, Im Ebertswinkel 8  
DRK OV Bensheim, Rheinstraße 6  
Geschwister-Scholl-Schule, Eifelstraße 39  
Grundschule Kappesgärten, Joseph-Treffert-Straße 7  
Hemsbergschule, Heidelberger Straße 35  
Kirchbergschule, Darmstädter Straße 45  
Sportplatz Schönberg, Außerhalb Schönberg 5  
Telekom-Gebäude, Fehlheimer Straße 86\*  
vhs, Am Wambolterhof 2  
Weiherhausstadion, Dammstraße 121  
Weststadthalle, ZBV-Raum, Berliner Ring 87

### Birkenau

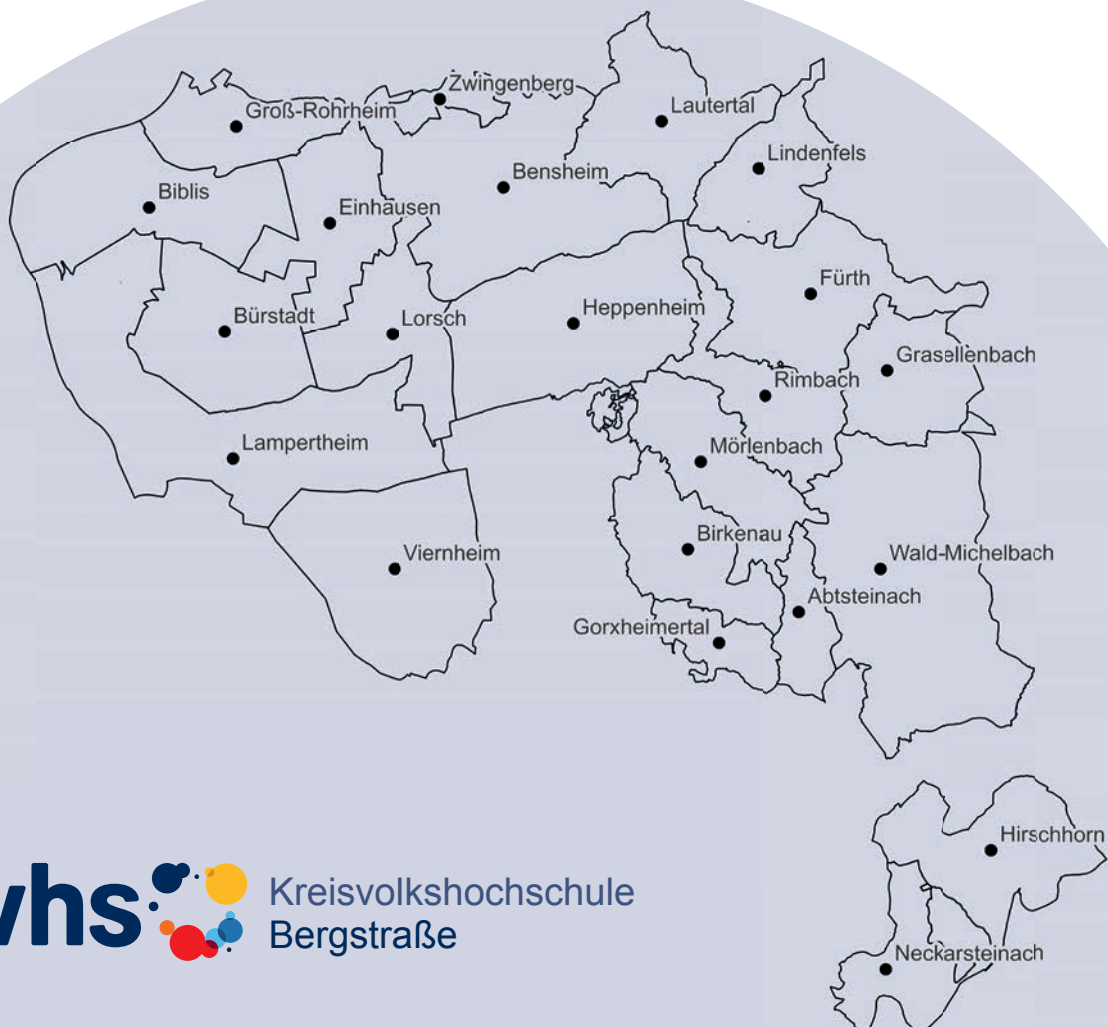
Altes Rathaus, Obergasse 13  
Altes Rathaus Reisen, Mumbacher Straße 10  
Evangelische Kirche Reisen, Friedhofsstraße 33  
Reit- und Fahrverein, Am Pfarrwald\*  
Yogalife, Auf der Aue 9

### Bürstadt

Astrid-Lindgren-Schule Bobstadt, St.-Josef-Straße 16  
Atelier Kalusche, Am Jahnplatz 6  
Erich-Kästner-Schule, Wolfstraße 23  
KamÜ, Industriestraße 11\*  
Pfarrzentrum St. Josef, Bobstadt, An der Tuchbleiche 2  
Pfarrzentrum St. Michael, Sankt-Michael-Straße 1  
Trend Stoffe, Nibelungenstraße 80

### Einhausen

Hallenbad, Marktplatz 7  
Mehrzweckhalle, Schulstraße 8  
Rathaus, Marktplatz 5





## Fürth

Alte Schule, Heppenheimer Straße 12  
Heinrich-Böll-Schule, Schulstraße 10  
Töpfereiwerkstatt Erlenbach, Werner-Kraus-Straße 22

## Gorxheimertal

Bürgerhaus Unter-Flockenbach, Siedlungsstraße 52\*

## Groß-Rohrheim

Katholisches Pfarrheim, Richard-Wagner-Straße 25\*

## Hemsbach

Ehemalige Synagoge, Mittelgasse 16

## Heppenheim

Bergsträßer Winzergenossenschaft, Darmstädter Straße 56  
Buchhandlung May, Friedrichstraße 29\*  
DRK-Begegnungsstätte, Werléstraße 5  
Haus der Kirche, Ludwigstraße 13\*  
InFoReGen, Kalterer Straße 25, Eingang Wiegandstraße  
Kurmainzer Amtshof, Amtsgasse 5  
Martin-Buber-Schule, Gräffstraße 2  
Mehrzweckhalle Erbach, Ortsstraße 3  
Parkplatz Friedhof, Eckweg  
Rathaus, Großer Markt 1  
Schlossschule, Schulgasse 1  
Starkenburger-Gymnasium, Gerhart-Hauptmann-Straße 21\*  
Tanzschule Vienna, Rhönstraße 2  
Wanderparkplatz Starkenburg, Starkenburgweg  
Weinkiste, Darmstädter Straße 16

## Hirschhorn

Neckartalschule, Brentanostraße 2

## Lautertal

DGH Schannenbach, Krehbergstraße 501  
Mittelpunktschule Gadernheim, Heidenbergstraße 18  
Reichenbach, Imkerhof, Nibelungenstraße 274  
Turnhalle Lautern, Löserweg 12\*

## Lindenfels

Bürgerhaus, Burgstraße 36  
Carl-Orff-Schule, Almenweg 1

## Lorsch

Altes Rathaus, Marktplatz 1  
Back- und Brauhaus Drayß, Bahnhofstraße 1  
Behindertenhilfe Bergstraße, Starkenburgring 11  
Besucherinformationszentrum Laresham, Im Klosterfeld 6-10  
Dokumentation Landjudentum, Schulstraße 16  
Giebauerhaus, Schulstraße 8  
KVHS-Schulungszentrum, Römerstraße 16  
Museumszentrum, Nibelungenstraße 35  
Paulusheim, Karolingerstraße 1 A  
Sporthalle Wingertsbergschule, Bahnhofstraße 17 A  
Werner-von-Siemens-Schule, Kiefernstraße 2



## FÜR SIE VOR ORT...

Die Kreisvolkshochschule Bergstraße ist für die Kurs- und Seminarangebote in den Städten und Gemeinden des Landkreises gleichermaßen verantwortlich.

Die Darstellung der Angebote erfolgt im Programmheft aus guten Gründen nach einer thematischen Sortierung. Eine Auflistung der Kurse und Seminare, die an Ihrem Wohnort vorgesehen sind, lässt sich am besten im Internet unter [www.kvhs-bergstrasse.de](http://www.kvhs-bergstrasse.de) in der Rubrik „Unterrichtsstätten“ oder in der erweiterten Kurssuche erstellen.

## Mannheim

Atelier Andreas Zidek, G 7, 12

## Mörlenbach

Parkplatz Frauenhecke, Auf der Juhöhe 25  
Weschnitztschule, Schlesierstraße 2

## Neckarsteinach

Frh.-vom-Stein-Schule, Hopfengartenweg 7

## Rimbach

Dietrich-Bonhoeffer-Schule, Brunnengasse 41  
Freiraum, Freiherr-vom-Stein-Straße 12  
Musikwerkstatt, Schlossstraße 39

## Wald-Michelbach

Eugen-Bachmann-Schule, Ringstraße 2  
Mehrzweckhaus Hartenrod, Ortsstraße 11  
Reit- und Fahrverein, Friedhofsweg 1  
Überwald-Gymnasium, Forsthausstraße 19

## Zwingenberg

Altes Amtsgericht, Obertor 1\*  
Dorfgemeinschaftshaus Rodau, Zwingenberger Straße 5  
Ehemalige Jugendherberge, Die lange Schneise 11  
Melibokusschule, Schulstraße 4  
REWE-Parkplatz, Heidelberger Straße 41  
Spielerei Bergstraße, Marktplatz 1  
Voiceakademie, Neugasse 4



\* Diese Räume sind barrierefrei zu erreichen.

## Leitbild

Die **Kreisvolkshochschule Bergstraße** versteht sich als Bildungseinrichtung, die allen offen steht und die gesellschaftlich neutrale Bildungsangebote – ohne weltanschauliche und religiöse Ausrichtung – auf den Markt bringt. Für Kundinnen und Kunden sowie Mitarbeitende gilt der Grundsatz der **Gleichbehandlung**: Menschlichkeit im täglichen Miteinander wird angestrebt.

**Die Mitarbeitenden** sind offen für Neuerungen und signalisieren Bereitschaft, ihre Arbeit Erfolgskontrollen zu unterziehen. **Wirtschaftliches Handeln** und sorgfältiger Umgang mit öffentlichen Geldern gelten als selbstverständlich. Die Kundinnen und Kunden stehen im Mittelpunkt aller Maßnahmen.

**Die Fachbereichsleitungen** zeichnen sich durch einschlägige Fachkompetenz aus. Das gesamte Kollegium ist in der Lage, Veranstaltungen spontan, flexibel, zuverlässig und korrekt zu organisieren. Kooperationsfähigkeit – nach innen und außen – ist unabdingbar für einen reibungslosen Kursbetrieb. Ein kleines Team erreicht einen hohen Wirkungsgrad.

**Die Planung des KVHS-Angebots** folgt den Bedürfnissen der Kundinnen und Kunden und dem vom Markt signalisierten Bedarf. Inhaltliche und pädagogische **Qualitätsstandards** haben Priorität. Ein angemessenes **Preis-Leistungs-Verhältnis** ist zu wahren. Serviceorientierte Öffnungszeiten und die gängigen Kommunikationswege stellen die Erreichbarkeit der KVHS sicher.



## FÜR WAS WIR STEHEN

Unser ausführliches Leitbild finden Sie unter [www.kvhs-bergstrasse.de/ueberuns/leitbild](http://www.kvhs-bergstrasse.de/ueberuns/leitbild)

**Lernen** gilt für die KVHS dann als gelungen, wenn die Teilnehmenden für sich einen Nutzen aus dem Kursbesuch ziehen. Dieser Nutzen kann sich sehr unterschiedlich darstellen und ist erreicht, wenn in angenehmer Atmosphäre ein Lernergebnis erzielt wird, das die Kursbeschreibung im Programm einlöst, Kompetenzen erweitert, zum Weiterlernen motiviert und bei der Erhaltung und Erhöhung der Lebensqualität unterstützt.

## Geschäftsbedingungen & Co.

### Geschäftsbedingungen, Widerrufsbelehrung und Datenschutzbestimmungen:

Die Informationen hierzu können Sie auf unserer Homepage [www.kvhs-bergstrasse.de](http://www.kvhs-bergstrasse.de) nachlesen. Auf Wunsch können Sie die Informationen auch per Post erhalten.



## Impressum

### Träger und Rechtsform

Kreis Bergstraße  
Der Kreisausschuss  
Landrat Christian Engelhardt  
Die Volkshochschule ist als nicht rechtsfähige Anstalt des öffentlichen Rechts eine unmittelbare Einrichtung des Kreises Bergstraße.

### Zweigstellen

vhs Lampertheim  
[www.vhs-lampertheim.de](http://www.vhs-lampertheim.de) · 06206 935-364, -207, -469  
vhs Viernheim  
Leitung Sabrina Eufinger  
[www.vhs-viernheim.de](http://www.vhs-viernheim.de) · 06204 988-402

### Herausgeber

Kreisausschuss des Kreises Bergstraße

### Redaktion

Kreisvolkshochschule Bergstraße

### Gestaltung & Satz

grafikUM, Ulrike Messerer, Biebesheim

### Druck

Laub KG, Elztal-Dallau

### Auflage

9.000 Stück

### Richtigkeit des Inhalts

Bei der Fülle des zu verarbeitenden Materials sind trotz großer Sorgfalt vereinzelte Druckfehler oder kleinere Unstimmigkeiten nicht immer vermeidbar. Eine rechtliche Gewähr für die Richtigkeit des Inhalts dieses Programms kann daher nicht übernommen werden.

### Bildquellen

Titelbild: Thomas Neu. Weitere Bilder: KVHS Bergstraße, dvv, Canva, pexels.com, pixabay.com, freepik.com

### Copyright

© 2025 Kreisvolkshochschule Bergstraße





WIRTSCHAFTSREGION  
BERGSTRASSE

mittendrin. stark. lebenswert.



## Beruflich weiter- kommen durch Weiterbildung

**Wir** Bildungscoaches der Wirtschaftsförderung Bergstraße helfen Ihnen kostenlos, eine passende Weiterbildung und geeignete Förderungen zu finden. Damit **Sie** beruflich weiterkommen.

### Ihre Vorteile

- gezielt weiterbilden und bei Bedarf Berufsabschluss nachholen
- oder Sie erweitern Ihre Kompetenzen und vertiefen Ihr Wissen
- Arbeitsplatz sichern und Aufstiegschancen nutzen
- investieren Sie in Ihre Zukunft und nutzen Sie unseren kostenfreien Service

**Sprechen Sie uns an – wir beraten und unterstützen Sie von der Suche nach einer geeigneten Weiterbildung und begleiten Sie bis zum Abschluss.**

### Julia Freier

Tel.: +49 6252 68929-50

Mobil: +49 173 3107962

julia.freier@wr-bergstrasse.de



### Brigitte Stein-Kaucher

Tel.: +49 6252 68929-40

Mobil: +49 176 22382764

brigitte.stein-kaucher@wr-bergstrasse.de

*Mehr Infos zum Projekt  
„Bildungscoach“*





Kreis Bergstraße  
Der Kreisausschuss  
**Kreisvolkshochschule Bergstraße**  
Marktplatz 1  
64653 Lorsch

☎ 06251 17296-0

✉ [info@kvhs-bergstrasse.de](mailto:info@kvhs-bergstrasse.de)

🌐 [www.kvhs-bergstrasse.de](http://www.kvhs-bergstrasse.de)



Abtsteinach · Bensheim · Biblis · Birkenau · Bürstadt  
Einhausen · Fürth · Gorxheimertal · Grasellenbach  
Groß-Rohrheim · Heppenheim · Hirschhorn · Lautertal  
Lindenfels · Lorsch · Mörlenbach · Neckarsteinach  
Rimbach · Wald-Michelbach · Zwingenberg

# Das KamÜ

## Räume zu vermieten

für Workshops • Kurse • Meetings • Events

Kontakt:  
[info@kamue.me](mailto:info@kamue.me)  
[www.kamue.me](http://www.kamue.me)

Weitere Infos:

