

Stadtgemeinde Ebreichsdorf

Volkshochschule



Rathausplatz 1 • 2483 Ebreichsdorf
Tel. 0676 / 88 77 55 23 oder 24
und 02254 / 72 218 DW 106 oder 104
E-mail: vhs@ebreichsdorf.at



Herbst-/Wintersemester 2025/26

Eine Anmeldung ist zu allen Kursen erforderlich!

Persönlich: Im Büro der VHS im Rahmen der Sprechstunden:
Mo 8 - 12 und 16 - 18 Uhr
Di, Do und Fr 8 - 12 Uhr.

Nach Absprache sind auch andere Termine möglich.

Per Mail: vhs@ebreichsdorf.at

Online: www.ebreichsdorf.gv.at/vhs

Telefon: zu den Öffnungszeiten sowie Mi von 8 -12 Uhr
Außerhalb dieser Zeiten oder bei Nicht-melden hinterlassen Sie bitte Ihre Nachricht auf der Mailbox.
Sie werden zurückgerufen.

Bezahlung: Im Rahmen der Sprechstunden oder per Überweisung / Zahlschein auf das Konto der Volkshochschule bei der Raiffeisenbank Region Baden
IBAN: AT94 3204 5000 0503 3824,
BIC: RLNWATWWBAD

Nur eine zeitgerechte **Anmeldung und Bezahlung sichert den gewünschten Kursplatz und das Zustandekommen eines Kurses!
Der Kursbeitrag ist **VOR** Kursbeginn fällig!**

Kinderkurse Seite 3

Teens & Youngsters Seite 8

Sprachen Seite 10

EDV und Medien Seite 12

Kunst, Kreativität und Freizeit Seite 13

Küche und Keller Seite 15

Körper, Geist und Seele Seite 17

Persönlichkeitsbildung Seite 19

Bewegung und Sport Seite 21

Folgen Sie uns jetzt auf Facebook & Instagram



Liebe Kundinnen und Kunden,

wir freuen uns, dass Sie das Programm für Herbst und Winter 2025/26 zur Hand genommen haben. Blättern Sie es in Ruhe durch. Wir hoffen, dass Sie etwas Passendes finden.

Unsere sehr beliebten Kinderkurse werden auch in diesem Semester in gewohntem Umfang angeboten und sogar erweitert. Es gibt diesmal auch einen Weihnachtskekse-Kurs für unsere Bäckerkids. Bei den Teens gibt es diesmal ein Angebot für junge Mädchen, das sich mit dem Thema Zyklus befasst.

Beim Eltern-Kind-Turnen handelt es sich um ein Angebot bei dem die Eltern (oder andere Begleitpersonen) gemeinsam mit den Kindern die Bewegungsstationen durchlaufen. Bitte also auch für die Erwachsenen um bequeme, zweckmäßige Kleidung.

Heuer ändert sich personell bei der Volkshochschule einiges:

Ursula Palfy geht nach 20 Jahren an der VHS in Pension und Saskia Etienne wird per sofort die Leitung der Volkshochschule Ebreichsdorf übernehmen. Neu im Team ist Petra Ahorn, die Saskia Etienne ab sofort tatkräftig bei der Betreuung unserer Kunden und Angebote unterstützt.



Petra Ahorn

Saskia Etienne

Ursula Palfy

*„Ich unterstütze seit kurzem das Team.
Ich freue mich sehr auf diese neue
Herausforderung und die
Zusammenarbeit mit Ihnen!“
Petra Ahorn*

*„Vor 20 Jahren habe ich begonnen für die
VHS zu arbeiten. Die Zeit ist unheimlich schnell
vergangen und ich durfte
unendlich viele tolle Kursleiter*innen und
Kund*innen administrativ begleiten.“
Ursula Palfy*

Wenn Sie selbst etwas anzubieten haben, dann melden Sie sich einfach bei uns. Wir sind immer wieder auf der Suche nach neuen Angeboten und Kursleiter*innen.

Saskia Etienne, Petra Ahorn und Ursula Palfy

Abkürzungen:

MT = Mindestteilnehmer

EH = Einheit

GK = Geschwisterkind (Geschwister eines vollzahlenden Kindes, zahlen nur den GK-Preis – ausschließlich gültig im selben Kurs und in derselben Gruppe)

WEBINAR


... bei Webinaren ist nach der Zusendung des Links eine Abmeldung oder Stornierung nicht mehr möglich!

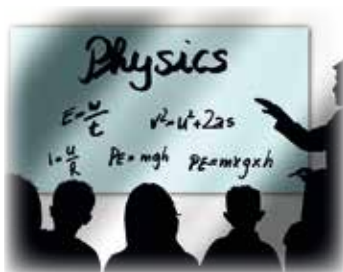
Eine Anmeldung ist für die Kurse unbedingt notwendig, soweit nicht bei der Kursbeschreibung etwas Anderes angegeben ist. Die Vergabe der Kursplätze erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldung. Der Platz ist erst mit der Bezahlung des Kursbeitrages gesichert. Anmeldeschluss ist 2 Wochen vor Kursbeginn - bedenken Sie bitte, dass nur eine rechtzeitige Anmeldung das Zustandekommen einer Veranstaltung sichern kann.

■ Kinderkurse

<p>Kursnummer: 1.1</p> <p>ab 30.9.2025 jeweils Di 16.30 - 17.20</p> <p>VS gT</p>	<p>Eltern/Kind-Turnen am Dienstag (4 - 6 Jahre) NEU</p> <p>Kinder brauchen viel Bewegung und das macht gemeinsam mit einer Begleitperson noch mehr Spaß! Das SASI-Team möchte Kindern Freude an der Bewegung vermitteln und fördert Koordination und Geschicklichkeit. Es wird jede Woche ein Parkour aufgebaut und wir verwenden alles, was uns der Turnsaal bietet. Unterstützt von den Begleitpersonen dürfen die Kinder alles ausprobieren, was sie finden und sich richtig austoben! Das Wichtigste dabei ist immer der Spaß an der Bewegung! Bitte bequeme Turnkleidung, eine Trinkflasche mit Wasser und Gymnastikpatschen mitbringen (gerne barfuß), keine Rutschsocken! Pro Kind bitte nur 1 Erwachsener!</p>	<p>Preis: € 48,- /12 EH GK € 18,-</p> <p>SASI-Team: Mag. Sabine Nyiri & Simone Pfeifer Übungsleiterinnen Kinderturnen</p> <p>MT: 10</p>
<p>Kursnummer: 1.2</p> <p>ab 30.9.2025 jeweils Di 17.30 - 18.20</p> <p>VS gT</p>	<p>Kinderturnen (6 - 9 Jahre)</p> <p>Kinder brauchen viel Spaß und Bewegung! Gerade nach einem Schultag ist das Austoben besonders wichtig! Das SASI-Team möchte Kindern Freude an der Bewegung vermitteln und achtet gleichzeitig auf die Haltung und Koordination. Wir werden alles, was uns im Turnsaal zur Verfügung steht, ausprobieren und viele Spiele spielen. Durch Bewegungs-, Kooperations- und Koordinationsspiele toben wir uns so richtig aus; das Wichtigste ist aber immer der Spaß an der Bewegung! Im Turnsaal reichen Gymnastikpatschen oder Hallenschuhe (gerne auch barfuß) und eine Trinkflasche mit Wasser. Bitte um Verständnis, dass wir die Altersangabe genau kontrollieren und wirklich erst Kinder ab dem 6. Geburtstag in den Kurs aufnehmen.</p>	<p>Preis: € 66,- /12 EH GK € 54,-</p> <p>SASI-Team: Mag. Sabine Nyiri & Simone Pfeifer Übungsleiterinnen Kinderturnen</p> <p>MT: 10</p>
<p>Kursnummer: 1.3</p> <p>ab 1.10.2025 jeweils Mi 16.10 - 17.00</p> <p>TS Uwdf</p>	<p>Eltern/Kind-Turnen am Mittwoch (1,5 - 3 Jahre)</p> <p>Bewegung soll immer Spaß machen! Unter diesem Motto werden unseren kleinen Teilnehmer von einer Begleitperson aktiv beim Turnen unterstützt, wobei das SASI-Team hilft und motiviert, alles auszuprobieren. Die Stunde beginnt und endet mit einem Lied und die Kinder sollen mit Mama, Papa, Oma... spielen, toben, laufen und auf allen Geräten turnen, die aufgebaut sind. Das Wichtigste ist immer der Spaß an der Bewegung! Bequeme Kleidung (im Winter ein dünner Pulli), Gymnastikpatschen oder Rutschsocken und eine Trinkflasche mit Wasser bitte mitbringen; mehr brauchen die Zwerge nicht. Pro Kind bitte nur 1 Erwachsener!</p>	<p>Preis: € 48,- /12 EH GK € 18,-</p> <p>SASI-Team: Mag. Sabine Nyiri & Simone Pfeifer Übungsleiterinnen Kinderturnen</p> <p>MT: 10</p>
<p>Kursnummer: 1.4</p> <p>ab 1.10.2025 jeweils Mi 17.05 - 17.55</p> <p>TS Uwdf</p>	<p>Eltern/Kind-Turnen am Mittwoch (3,5 - 5 Jahre)</p> <p>Bewegung soll immer Spaß machen! Unter diesem Motto werden unseren kleinen Teilnehmer von einer Begleitperson aktiv beim Turnen unterstützt, wobei das SASI-Team hilft und motiviert, alles auszuprobieren. Die Stunde beginnt und endet mit einem Lied und die Kinder sollen mit Mama, Papa, Oma... spielen, toben, laufen und auf allen Geräten turnen, die aufgebaut sind. Das Wichtigste ist immer der Spaß an der Bewegung! Bequeme Kleidung (im Winter ein dünner Pulli), Gymnastikpatschen oder Rutschsocken und eine Trinkflasche mit Wasser bitte mitbringen; mehr brauchen die Zwerge nicht. Pro Kind bitte nur 1 Erwachsener!</p>	<p>Preis: € 48,- /12 EH GK € 18,-</p> <p>SASI-Team: Mag. Sabine Nyiri & Simone Pfeifer Übungsleiterinnen Kinderturnen</p> <p>MT: 8</p>
<p>Kursnummer: 1.5</p> <p>ab 18.9.2025 jeweils Do a) 9.00 - 9.50 b) 10.00 - 10.50 SPZ</p>	<p>Eltern/Kind-Turnen für die Jüngsten (ab Krabbelalter - 1,5 Jahre)</p> <p>Gemeinsam mit Mama/Papa/Oma/... Bewegungslandschaften entdecken und durch neue motorische Erfahrungen eine Vielzahl an Kompetenzen erweitern. Bequeme Kleidung, Gymnastikpatscherl oder Rutschsockerl.</p>	<p>Preis: € 52,- /13 EH GK € 19,50</p> <p>Sonja Stechauner Elementarpädagogin und Übungsleiterin</p> <p>MT: 8</p>

■ Kinderkurse (Fortsetzung)

Kursnummer: 1.6	Kinderyoga (6 - 11 Jahre)	Preis: € 22,50 /5 EH GK € 17,50
ab 15.10.2025 jeweils Mi 16.15 - 17.15 NÖMS T	Kinder werden auf eine Fantasiereise geführt und gleichzeitig werden die Geschichten in Yogaübungen umgesetzt. Mit Musik und spielerisch lernen die Kinder ihren Körper zu beherrschen und dadurch werden sie beweglicher, konzentrierter und ruhiger. Bitte bequeme Kleidung, Matte, Trinkflasche und eine kleine Decke mitbringen.	Bharati Rajpal zertifizierte Yoga-Trainerin MT: 8
Kursnummer: 1.7	 (7 - 10 Jahre)	Preis: € 54,- /12 EH GK € 42,-
ab 23.9.2025 jeweils Di 15.30 - 16.20 SPZ	Energiegeladene Fitnesspartys mit speziellen kinderfreundlichen Choreografien und der Musik, die Kinder lieben – Hip-Hop, Reggaeton, Cumbia..... Zumba kids ist ein rundum explosives und energiegeladenes Konzept, das mit einfach zu erlernenden Steps auch den Faulsten vom Hocker reißt. Aber nicht nur tanzen steht im Vordergrund, sondern auch viele Ball- und Fangspiele, Turnübungen, Akrobatikversuche, Stretching und vieles mehr, das den Kindern zeigt, wie viel Spaß man an Bewegung haben kann. Dabei werden neben Balance und Koordination genauso Merkfähigkeit, Kreativität, Disziplin, Teamwork und natürlich stolz auf sich selbst zu sein, gefördert. Der Funfaktor steht im Vordergrund. Am Ende des Semesters hat jedes Kind die Möglichkeit, das Erlernte den Eltern und Freunden vorzuführen. Bitte Trinkflasche mitbringen und Indoor-Sportschuhe benutzen.	Eva Luef ZUMBA Kids Instructor MT: 10
Kursnummer: 1.8	Eltern/Kind-Turnen am Montag (2 - 5 Jahre)	Preis: € 48,- /12 EH GK € 18,-
ab 22.9.2025 jeweils Mo 16.00 - 16.50 TS Wdf	Unter fachkundiger Anleitung werden die Kinder altersgemäß gefordert. Aktiv unterstützt von Mama, Papa, Oma, turnen wir auch auf Kasten, Bank, Seil, Ringen... Es wird gespielt, getobt und getanzt. Bequeme Kleidung, Gymnastikpatscherl oder Rutschsockerl und im Winter ein dünner Pullover (damit's am Anfang der Stunde nicht zu kühl ist). Mehr brauchen die Zwerge nicht. Pro Kind nur 1 Erwachsener!	Eva Luef Übungsleiterin MT: 8
Kursnummer: 1.9	Eltern/Kind-Turnen am Donnerstag (2 - 5 Jahre)	Preis: € 56,- /14 EH GK € 21,-
ab 11.9.2025 jeweils Do 15.10 - 16.00 TS Uwdf	Unter fachkundiger Anleitung werden die Kinder altersgemäß gefordert und gefördert. Unterstützt von Mama, Papa, Oma, ... werden wir auch schon ein paar Turngeräte ausprobieren und so den natürlichen Bewegungsdrang der Kinder ausnützen... Freude an der Bewegung und dem Entdecken der eigenen Fähigkeiten. Bequeme Kleidung, Gymnastikpatscherl oder Rutschsockerl und im Winter ein dünner Pullover (damit's am Anfang der Stunde nicht zu kühl ist). Mehr brauchen die Zwerge nicht. Pro Kind nur 1 Erwachsener!	Karin und David Purdon Leichtathletiktrainer/in MT: 8
Kursnummer: 1.10	Kinder gesund bewegen (5 - 7 Jahre)	Preis: € 77,- /14 EH GK € 63,-
ab 11.9.2025 jeweils Do 16.10 - 17.00 TS Uwdf	Kinder wollen sich bewegen! Das nützen wir aus und fördern die Koordination und Beweglichkeit der kleinen Sportler. Das Erlernen des richtigen Laufens und Fangens, sowie das Nutzen von Geräten stehen hier auf dem Programm. Professionelle Trainer unterstützen die Kids dabei. Bequeme Kleidung, Gymnastikpatscherl oder Rutschsockerl, mehr brauchen die Kinder nicht. Bitte um Verständnis, dass wir die Altersangabe genau kontrollieren und wirklich erst Kinder ab dem 5. Geburtstag in den Kurs aufnehmen können. Eltern dürfen gerne bei der 1. Einheit zusehen, ab der 2. Einheit bitte nicht mehr.	Karin und David Purdon Leichtathletiktrainer/in MT: 8



Kursnummer: 1.11	Eltern/Kind-Turnen am Freitag (1 - 3 Jahre)	Preis: € 44,- /11 EH GK € 16,50
ab 26.9.2025 jeweils Fr 16.00 - 16.50 NÖMS T	Bewegung soll Spaß machen! Unter diesem Motto werden die kleinen Teilnehmer von Mama, Papa, Oma... aktiv beim Turnen unterstützt. Es wird gespielt, getobt, getanzt und wir turnen auf Kasten, Bank, Seil, Ringen... Bequeme Kleidung, Gymnastikpatscherl oder Rutschsockerl und im Winter ein dünner Pullover (damit's am Anfang der Stunde nicht zu kühl ist). Mehr brauchen die Zwerge nicht. Pro Kind nur 1 Erwachsener!	Sonja Stechauner Elementarpädagogin und Übungsleiterin MT: 8
Kursnummer: 1.12	Bewegung und Spaß mit Stephanie (4 - 5 Jahre) NEU	Preis: € 54,- /12 EH
ab 3.10.2025 jeweils Fr 14.00 - 14.50 SPZ	Kinder wollen Spaß, sich bewegen und ständig Neues entdecken. In dieser Stunde werden wir spielerisch die Fähigkeiten und die Koordination jedes einzelnen entdecken. Die Kinder wachsen gemeinsam mit jeder Stunde. Egal ob Ball-, Lauf-, Hüpf- oder Kletterspiele, der Spaß steht dabei stets im Vordergrund. Eltern dürfen gerne bei der 1. Einheit zusehen, ab der 2. Einheit bitte nicht mehr. <u>Mitzubringen:</u> Trinkflasche (bitte nur mit Wasser), Turnbekleidung, Rutschfeste Socken/Schuhe (oder barfuß).	Stephanie Konecsny Übungsleiterin Kinderturnen MT: 10
Kursnummer: 1.13	Bewegung und Spaß mit Stephanie (5 - 6 Jahre) NEU	Preis: € 54,- /12 EH
ab 3.10.2025 jeweils Fr 15.00 - 15.50 SPZ	Links, rechts, vorne, hinten – Sprung, Lauf... Für Kinder ist es oft schwer sich im Raum zu orientieren und alle Körperteile koordiniert zu bewegen. Die Kinder werden sich in diesem Kurs viel bewegen, ihre Koordination verbessern, unterschiedlichste Bewegungsspiele kennenlernen und dabei auch noch eine Menge Spaß haben. Es wird mit Bällen, Seilen, Bänken, Ringen, Koordinationsplatten, Musik und vielen weiteren Elementen jede Stunde anders gestaltet. Eltern dürfen gerne bei der 1. Einheit zusehen, ab der 2. Einheit bitte nicht mehr. <u>Mitzubringen:</u> Trinkflasche (bitte nur mit Wasser), Turnbekleidung, Rutschfeste Socken/Schuhe (oder barfuß).	Stephanie Konecsny Übungsleiterin Kinderturnen MT: 10
Kursnummer: 1.14	Motopädagogik (4 - 6 Jahre) NEU	Preis: € 60,- /10 EH
ab 24.9.2025 jeweils Mi 14.15 - 15.30 SPZ	Motopädagogik unterstützt die ganzheitliche Entwicklung Ihres Kindes. Durch Ausprobieren und Entdecken verschiedener Materialien wird sowohl die Bewegung als auch die psychische und die soziale Ebene ihrer Kinder gefordert und gefördert. Die Körper-, Material- und Sozialerfahrung unterstützt die Kinder in ihrer persönlichen Entwicklung. <u>Mitzubringen:</u> Trinkflasche (bitte nur mit Wasser), Turnbekleidung, Rutschfeste Socken/Schuhe (oder barfuß).	Andrea Pöcho Dipl. Kindergartenpädagogin und Motopädagogin MT: 10

■ Kinderkurse (Fortsetzung)

Kursnummer: 1.15	Kreativer Kindertanz (ab 4 Jahren)	Preis: a) € 98,-/14 EH b-d) € 119,-/14 EH
ab 3.9.2025 jeweils Mi a) Ballettmäuse 14.30 - 15.10 b) Ballerina 15.10 - 16.00 c) Primaballerina 16.00 - 16.50 d) Modern Dance 17.00 - 17.50 TS Wdf	Dieser Kurs macht sich die natürliche Bewegungsfreude der Kinder zunutze. Spielerisch und voller Spaß wollen wir zusammen auf Entdeckungsreise in die Welt des Tanzes gehen. Gemeinsam wagen wir uns an die ersten tänzerischen Grundbewegungsformen und haben somit eine optimale Grundlage für jede Tanz- und Bewegungstechnik. Fast nebenbei schulen wir dabei Motorik, Körperkontrolle, Beweglichkeit, Musikalität, Kreativität und Kraft. Bei den Großen werden auch schon Ballett-Elemente unterrichtet. Eltern dürfen gerne bei der 1. Einheit zusehen, ab der 2. Einheit bitte nicht mehr. Nur Restplätze verfügbar!	Bohdana Szivacz Tänzerin und Choreographin MT: 6
Kursnummer: 1.16	Musicalkurs für Kinder (5 - 7 Jahre)	Preis: € 115,-/15 EH
ab 11.9.2025 jeweils Do a) 14.00 - 14.50 b) 16.10 - 17.00 ARH	Mit viel Spaß und Elan erlernen wir ein komplettes Musical mit einer Aufführung am Schluss. Die Bereiche Tanz, Gesang und Schauspiel werden den Kindern in kreativen Prozessen nähergebracht. Die Bühnensprache wird mit gezielten Übungen erlernt und der eigenen Fantasie sind im Bereich Schauspielimprovisation keine Grenzen gesetzt. <u>Programm:</u> EIN GESCHENK AUS DEM ALL <u>Mitzubringen:</u> Spaß am Singen und Tanzen, bequeme Kleidung. Keine Vorkenntnisse nötig!	Anita Todorov-Neuzil Verein Theater bewegt 14 Einheiten plus Aufführung MT: 6
Kursnummer: 1.17	Musicalkurs für Kinder (7 - 12 Jahre)	Preis: € 160,-/15 EH
ab 11.9.2025 jeweils Do a) 14.55 - 16.05 b) 17.05 - 18.15 ARH	Mit viel Spaß und Elan erlernen wir ein komplettes Musical mit einer Aufführung am Schluss. Die Bereiche Tanz, Gesang und Schauspiel werden den Kindern in kreativen Prozessen nähergebracht. Die Bühnensprache wird mit gezielten Übungen erlernt und der eigenen Fantasie sind im Bereich Schauspielimprovisation keine Grenzen gesetzt. <u>Programm:</u> EIN GESCHENK AUS DEM ALL <u>Mitzubringen:</u> Spaß am Singen und Tanzen, bequeme Kleidung. Keine Vorkenntnisse nötig!	Anita Todorov-Neuzil Verein Theater bewegt 14 Einheiten plus Aufführung MT: 6
Kursnummer: 1.18	Englisch für Volksschulkinder	Preis: € 56,-/14 EH
ab 9.9.2025 jeweils Di a) Kinder der 2. VS-Stufe 15.00 - 15.45 b) Kinder der 3. VS-Stufe 15.50 - 16.35 c) Kinder der 4. VS-Stufe 16.40 - 17.25	Hier werden die Grundzüge der englischen Sprache und Sprachmelodien vermittelt, sowie das Erlernen und Üben von gebräuchlichen Vokabeln und vieles mehr. Kursort: Klasse in der Musikschule Unterwaltersdorf (EG, links)	David Purdon Native Speaker (Australien) MT: 5
Kursnummer: 1.19	Weihnachtskekse backen (ab 5 Jahre mit Begleitung) NEU	Preis: € 30,-/Kind
29.11.2025 Sa 9.00 - 12.00 NÖMS K	Gemeinsam mit Mama/Papa/Tante... werden wir wunderbare Weihnachtskekse backen und so den Advent beginnen lassen. Bitte Behältnisse zum Heimtransport der Kekse mitbringen!! Die Materialkosten sind im Kurspreis enthalten.	Karin Schieber MT: 5

Bitte denken Sie daran, sich rechtzeitig für alle Kurse anzumelden.

Anmeldemöglichkeiten: vhs@ebreichsdorf.at; 0676/88 77 55 23 oder 24; 02254/72218-106 oder 104.

Natürlich können Sie sich auch online über die Homepage zu den Kursen anmelden.

Lebensbegleitendes Lernen

Bildung ist das, was übrig bleibt, wenn wir vergessen, was wir gelernt haben.
Edward Frederick Lindley Wood

Kursnummer: 1.20	Kochspaß mit Herbstfrüchten (ab 6 Jahre) NEU	Preis: € 30,-/Kind
20.9.2025 Sa 10.00 - 13.00 NÖMS K	Ob zum Frühstück, zur Jause oder als gesundes Mittagessen – Der Herbst bringt uns Farbe auf den Tisch! Gemeinsam bereiten wir süße und pikante herbstliche Gerichte zu, die wir dann gemeinsam genießen. Dabei lernen wir die wertvollen „Herbstschätze“ unserer kunterbunten Köstlichkeiten kennen. <u>Mitzubringen:</u> Behälter/Doserl, damit die Kostproben mit nach Hause genommen werden können Die Materialkosten sind im Kurspreis enthalten.	Kerstin Birawe Ernährungstrainerin, www.kunterbuntgeniessen.at MT: 6
Kursnummer: 1.21	Weihnachtsjause (ab 6 Jahre)	Preis: € 30,-/Kind
13.12.2025 Sa 10.00 - 13.00 NÖMS K	Wir lernen die wichtigsten Zutaten für unsere kunterbunte Weihnachtsjause kennen. Gemeinsam bereiten wir einfache weihnachtliche Gerichte zu und genießen Sie dann auch. Die Rezepte werden besprochen und die Kinder bekommen eine kleine Rezeptsammlung und Anleitung, damit Sie auch zuhause alles zubereiten können. <u>Mitzubringen:</u> Behälter/Doserl, um eventuell übriggebliebene Köstlichkeiten mit nach Hause zu nehmen. Die Materialkosten sind im Kurspreis enthalten.	Kerstin Birawe Ernährungstrainerin, www.kunterbuntgeniessen.at MT: 6
Kursnummer: 1.22	Adventdekoration – Familienbastelei	Preis: € 15,-/Kind
a) 24.11.2025 Mo 15.30 - 17.00 b) 25.11.2025 Di 15.30 - 17.00 4-er-Haus	(Kinder ab 5 Jahre mit Begleitung) Adventgestecke und andere Dekorationen gemeinsam mit den Kindern/Enkeln/Nichten/Neffen basteln und damit die vorweihnachtliche Stimmung zuhause heben. Dekoteile und Kerzen können gerne auch mitgebracht werden. Der Materialbeitrag ist direkt vor Ort bei der Kursleiterin zu bezahlen.	Ing. Ingrid Ahorn Gartenbauingenieurin MT: 6
Kursnummer: 1.23	Kids day – Physik in Experimenten (6 - 8 Jahre)	Preis: € 40,-
21.11.2025 Fr 17.00 - 19.30 NÖMS	Wenn Wasser plötzlich nach oben fließt, Dinge schweben können, oder Blitze durch die Luft jagen, gibt uns die Natur große Rätsel auf. Du denkst nur berühmte Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler verstehen, wie die Welt funktioniert? Falsch gedacht! In diesem Workshop kannst auch du zum Forscher oder zur Forscherin werden, und wirst dabei auch noch eine Menge Spaß haben. Physik hautnah, in vielen spannenden, lustigen und überraschenden Experimenten. Die Materialkosten (€ 15,-) sind im Kurspreis enthalten.	Mag. Dr. Johannes Leitner www.sci-e-s.com MT: 10
Kursnummer: 1.24	Experimente mit Wasser (7 - 10 Jahre) NEU	Preis: € 36,-
16.1.2026 Fr 17.00 - 19.30 NÖMS	Wasser - mehr als nur H ₂ O! Vom Meer bis zur Wasserleitung. In diesem Workshop erfährt ihr, wie man Wasser bunt färben kann und welche Rolle dabei verschiedene Stoffe spielen. Auch werden wir schwimmende und sinkende Gegenstände auf den Grund gehen und zu diesem Thema verschiedene Experimente durchführen und die „WIE“-Frage klären. Zudem behandeln wir den Wasserdruck und die Wasserkraft, nebenbei besprechen wir noch Verdunstung und Kondensation, und lernen den Wasserkreislauf kennen. Darüber hinaus erfährt ihr mehr über verschiedene Wasserphänomene wie Oberflächenspannung und Kapillarität. Die Materialkosten (€ 11,-) sind im Kurspreis enthalten.	Mag. Dr. Johannes Leitner www.sci-e-s.com MT: 10

Auf unserer Homepage (www.ebreichsdorf.gv.at/VHS) können Sie sich auch zum VHS-Newsletter anmelden, der über neue Kurse, Veränderungen, freie Kursplätze, etc. informiert.

■ Teens & Youngsters

Kursnummer: 2.1	Leichtathletik (ab 8 Jahre)	Preis: € 77,- /14 EH
ab 11.9.2025 jeweils Do 17.10 - 18.00 TS Uwdf	In diesem vielseitigen Kurs werden wir laufen (auch über Hürden), springen (Weit- und Hochsprung), werfen (Heuler, etc.) und so weiter. Auch Kraft- und Koordinationstraining kommen dabei nicht zu kurz.	David Purdon, Weltmeister Ultra-Mehrkampf & Leichtathletiktrainer, Karin Purdon, Leichtathletiktrainerin MT: 8
Kursnummer: 2.2	Erlebnisturnen (ab 8 Jahre)	Preis: € 110,- /11 EH
ab 16.10.2025 jeweils Do 17.00 - 18.30 TS Wdf	Es wird ein vielfältiges Bewegungsabenteuer für alle Kinder durch verschiedene Spielformen sowie Turngeräten angeboten. Wir fördern die Koordination, Bewegungssicherheit und Kraftentwicklung. Dabei kann der Bewegungsdrang ausgelebt werden. <u>Ausrüstung:</u> Turngewand, Trinkflasche, trainiert wird barfuß oder mit Gymnastikpatscherln oder auch mit Hallenturnschuhe (mit abriebfester Sohle)	Lisa Nüssel Sportwissenschaftlerin & Trainerin für Geräteturnen MT: 8
Kursnummer: 2.3	Freerunning und Parkour (9-13 Jahre)	Preis: € 130,-/13 EH
ab 25.9.2025 jeweils Do 16.15 - 17.45 VS gT	Hindernisse auf dem Weg von A nach B ästhetisch zu überwinden ist das Ziel dieser Bewegungseinheit. Genutzt werden bekannte Turngeräte in einer völlig neuen Art und Weise. Diese Sportart fordert nicht nur die eigene Kreativität heraus, sondern trainiert auch einen ganzheitlichen Körpereinsatz, einen offenen Geist und Achtsamkeit. Um für Abwechslung zu sorgen wird das Programm mit Sportarten und Spielen aus aller Welt und kreativen Bewegungsaufgaben ergänzt. Wir weisen darauf hin, dass die Kinder von einem männlichen Trainer betreut werden. <u>Ausrüstung:</u> Turngewand, Hallenturnschuhe (mit abriebfester Sohle), Trinkflasche	Isidor Grossschopf Fit-Instruktor MT: 8
Kursnummer: 2.4	Freerunning und Parkour für Fortgeschrittene	Preis: € 130,-/13 EH
ab 25.9.2025 jeweils Do 17.45 - 19.15 VS gT	Hindernisse auf dem Weg von A nach B ästhetisch zu überwinden ist das Ziel dieser Bewegungseinheit. Genutzt werden bekannte Turngeräte in einer völlig neuen Art und Weise. Diese Sportart fordert nicht nur die eigene Kreativität heraus, sondern trainiert auch einen ganzheitlichen Körpereinsatz, einen offenen Geist und Achtsamkeit. Wir weisen darauf hin, dass die Kinder von einem männlichen Trainer betreut werden. <u>Ausrüstung:</u> Turngewand, Hallenturnschuhe (mit abriebfester Sohle), Trinkflasche	Isidor Grossschopf Fit-Instruktor MT: 8
Kursnummer: 2.5	Physik ist „cool“ – Experimente mit Trockeneis (9-12 Jahre)	Preis: € 44,-
10.10.2025 Fr 17.00 - 19.30 NÖMS	Bei -78,5 °C geht es richtig „cool“ zu. Diese extreme Temperatur von festem Kohlendioxid führt zu einigen erstaunlichen Phänomenen. In diesem Workshop wird dieses exotische Eis, das in der Natur an den Polkappen des Mars oder als Bestandteil von Kometen gefunden werden kann, in einer Reihe von faszinierenden und spaßigen Versuchen genau erforscht. Aber auch Luftballone, die sich von selbst aufblasen, Kerzen, die von alleine ausgehen, durch die Luft fliegende Korken und Obst, so hart, dass es einen Hammer braucht, um dieses zu zerkleinern werden wir in diesem Workshop untersuchen. Selbstständiges Experimentieren steht bei dieser Veranstaltung im Vordergrund. Die Materialkosten (€ 19,-) sind im Kurspreis enthalten.	Mag. Dr. Johannes Leitner www.sci-e-s.com MT: 10

WEBINAR ... bei Webinaren ist nach der Zusendung des Links eine Abmeldung oder Stornierung nicht mehr möglich!



Jugendgutschein im Wert von € 30,-

Mit einer Sonderaktion möchte die Stadtgemeinde Ebreichsdorf unsere Jugend unterstützen: alle Jugendliche ab 13 Jahre bis zum 22. Geburtstag mit Hauptwohnsitz in unserer Stadtgemeinde erhalten einen € 30,- **Jugendbildungsgutschein** für eine erstmalige Buchung (d.h. Neukunden) an der VHS Ebreichsdorf (solange der Vorrat reicht).

<p>Kursnummer: 2.6</p> <p>13.11.2025 Do 16.00 - ca. 18.00</p> <p>WEBINAR</p>	<p>Superhirn – Vokabel lernen im Sekundentakt (ab 12 Jahre)</p> <p>Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabel lernen können? Und dabei noch Spaß haben? Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zig-fache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Der Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge Helmut Lange hat zum Thema „Vokabel lernen“ mehrere Bücher geschrieben und zeigt Ihnen, anhand von weiterentwickelten Lernstrategien, den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen – schon während des Webinars – und die besten Vokabellern-Tricks.</p> <p>Nach der Anmeldung und Bezahlung des Kursbeitrages erhalten Sie einen Link zum Einwählen und eine Anleitung dazu.</p>	<p>Preis: € 25,-</p> <p>Helmut Lange Dipl. Pädagoge</p>
<p>Kursnummer: 2.7</p> <p>6.10.2025 Mo 18.30 - ca. 21.00</p> <p>WEBINAR</p> <p>Nachholtermin: 13.10.2025</p>	<p>Clever lernen mit KI - kompakt (ab 15 Jahre) NEU</p> <p>Viele Jugendliche nutzen ChatGPT – doch nur wenige wirklich sinnvoll. In diesem Online-Workshop lernst du, wie KI beim Lernen helfen kann, worauf du achten musst und wie du ethisch korrekt damit umgehst. Ideal für Schüler*innen, die smarter lernen wollen. Das lernst du:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was ist KI – und was nicht • Wie du ChatGPT für Recherche und Textverständnis nutzt • Wie du Ergebnisse richtig bewertest <p>Ein kompakter 2,5-Stunden-Workshop für schnelle Erfolgserlebnisse. Nach der Anmeldung und Bezahlung des Kursbeitrages erhalten Sie einen Link zum Einwählen und eine Anleitung dazu. Bei Verhinderung steht Ihnen automatisch der Nachholtermin zur Verfügung.</p>	<p>Preis: € 25,-</p> <p>Arno S. Schimmelpfennig Experte für KI und digitales Marketing</p>
<p>Kursnummer: 2.8</p> <p>5.10., 19.10., 16.11. und 30.11.2025 jeweils So 13.30 - 15.30</p> <p>SPZ</p>	<p>Mädchenkraft & Mondzeit – Ein Zyklus-Workshop für Mütter und Töchter (ab 10 Jahre) NEU</p> <p>In diesem 4-wöchigen Workshop begegnen Mädchen gemeinsam mit ihren Müttern den Themen Pubertät, Zyklus und Menstruation auf liebevolle und stärkende Weise. Spielerisch und achtsam erfahren sie, was es bedeutet, langsam zur Frau zu werden. Wir sprechen über die vier Zyklusphasen, den Umgang mit der Menstruation und die Kraft, die in diesem natürlichen Wandel liegt. Der Kurs ist ein achtsamer Mix aus Gesprächskreis, Wissensvermittlung und sanften Körper- und Achtsamkeitsübungen – ein geschützter Raum für Austausch, Verbindung und gemeinsames Wachsen.</p> <p><u>Ausrüstung:</u> bequeme Kleidung und Socken</p>	<p>Preis: € 80,-/4 EH</p> <p>Maria Elisabeth Fischer Volksschullehrerin und Autorin</p> <p>MT: 4</p>

■ Sprachen

Die Angaben über das Niveau eines Sprachkurses entsprechen dem „Raster zur Selbsteinschätzung des Europäischen Referenzrahmens“. Dieser kann bei der VHS angefordert werden. Eventuell benötigte Lehrbücher sind selbst zu besorgen und nicht im Kurspreis enthalten!

Kursnr.: 3.1 AK	Englisch für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen A1	Preis: € 156,- /13 Wo
ab 14.9.2025 jeweils So 9.00 - 10.30 VHS	Dieser Kurs ist nicht nur für Teilnehmer*innen des vergangenen Semesters gedacht, auch Neueinsteiger mit geringen Vorkenntnissen sind willkommen. Sind Sie bereit, sich auf eine Reise zur Sprachbeherrschung zu begeben? Nehmen Sie an unserem lebhaften und unterhaltsamen Englischkurs für Anfänger teil, der für Lernende jeden Alters konzipiert ist. Der Kurs konzentriert sich auf alltägliche Gespräche (Hören, Lesen und Schreiben), um Ihr Selbstvertrauen zu stärken. Englischlernen in der kleinen Gruppe und in einer freundlichen Atmosphäre mit dem Lehrbuch: English File Oxford Elementary Student's book ISBN: 978-0-19-403156-1. See you!	Marta Despotov MT: 6
Kursnr.: 3.2 AK	Englisch für leicht Fortgeschrittene A2+	Preis: € 110,-/12 Wo
ab 25.9.2025 jeweils Do 18.30 - 19.55 NÖMS Hausschulpflicht	<ul style="list-style-type: none"> • Viel Zeit zum Sprechen-Üben - und keine Angst vor Fehlern! • Wortschatz und Grammatik in variierender Dosis, je nach Bedarf • Wir arbeiten weiter mit dem Lehrbuch ‚Global, pre-intermediate level‘, aber auch Neu-Einsteiger sind herzlich willkommen! 	Mag. Elisabeth Karner Übersetzerin MT: 6
Kursnummer: 3.3	English Advanced Conversation	Preis: € 90,-/12 Wo
ab 9.10.2025 jeweils Do 18.30 - 19.45 VHS	Improve your knowledge in English. Üben Sie das freie Sprechen über die unterschiedlichsten Themen in einer netten Runde Gleichgesinnter und erweitern Sie so Ihren Wortschatz.	Amanda Schaffer Native Speaker MT: 8
Kursnr.: 3.4 AK	Italienisch lernt man am besten mit Spaß!! – A2	Preis: € 144,-/12 Wo
ab 29.9.2025 jeweils Mo 18.15 - 19.30 NÖMS Hausschulpflicht	Dieser Kurs ist nicht nur für Lernende des vergangenen Semesters gedacht, auch Neueinsteiger sind willkommen. Die kommunikativen Ziele liegen auf alltäglichen Sprechsituationen mit praktischen Übungen, 10 Videos und allen Hörtexten der Lektionen. Gearbeitet wird mit dem Buch „Nuovo Espresso 2“ aus dem Hueber Verlag ISBN 978-3-19-225439-0 (ab Lektion 2).	Mirella Riedel Native Speaker MT: 5
Kursnr.: 3.5 AK	Italiano Facilissimo ohne Zeitdruck für Anfänger*innen! A1	Preis: € 144,-/12 Wo
ab 29.9.2025 jeweils Mo 19.35 - 20.50 NÖMS Hausschulpflicht	Dieser Kurs ist für Teilnehmer, die sich für die italienische Sprache interessieren, und ohne Stress und mit viel Spaß lernen wollen. Gearbeitet wird mit dem Lehrbuch „Nuovo Espresso 1“ aus dem Hueber Verlag ISBN 978-3-19-105438-0 (ab Lektion 7).	Mirella Riedel Native Speaker MT: 5
Kursnr.: 3.6 AK	Italiano Facilissimo für Anfänger*innen! – A1	Preis: € 156,-/13 Wo
ab 3.10.2025 jeweils Fr 18.30 - 19.45 NÖMS Hausschulpflicht	Dieser Kurs ist für Teilnehmer, die sich für die italienische Sprache interessieren, und ohne Stress und mit viel Spaß lernen wollen. Gearbeitet wird mit dem Lehrbuch „Nuovo Espresso 1“ aus dem Hueber Verlag ISBN 978-3-19-105438-0 (ab Lektion 4).	Mirella Riedel Native Speaker MT: 5

AK Bei speziellen, mit dem AK-Logo versehenen Kursen können die Bildungsboni der AK-Wien und der AKNÖ eingelöst werden. Genauere Informationen erhalten Sie im Büro der VHS oder unter <https://noe.arbeiterkammer.at/bildungsbonus>.

Kursnr.: 3.7 AK	Bosnisch/Kroatisch/Serbisch für Anfänger*innen	Preis: € 156,-/13 Wo
ab 14.9.2025 jeweils So 10.45 - 12.15 VHS	Sie möchten Bosnisch, Kroatisch oder Serbisch verstehen, sprechen, lesen, schreiben und sprachliche Sicherheit in allen wichtigen Alltagssituationen gewinnen? Unser Sprachkurs führt Sie schnell und sicher in die Sprache ein. Er ist unterhaltsam, motivierend und vermittelt Ihnen ein lebendiges Bild der heutigen Sprachwirklichkeit. Zusätzlich erfahren Sie viel Nützliches und Interessantes über die Länder, Leute und Kultur im bosnisch-kroatisch-serbischen Sprachraum.	Marta Despotov MT: 6

Kursnr.: 3.8 AK	Ungarisch für Anfänger*innen! A1 - Folgekurs	Preis: € 156,-/13 Wo
ab 14.9.2025 jeweils So 13.00 - 14.30 VHS	Dieser Kurs ist nicht nur für Teilnehmer*innen des vergangenen Semesters gedacht, auch Neueinsteiger mit geringen Vorkenntnissen sind willkommen. Möchten Sie Ungarisch lernen? Unser Anfänger-Sprachkurs bietet Ihnen die perfekte Gelegenheit, die ungarische Sprache und Kultur kennenzulernen. Melden Sie sich jetzt an und entdecken Sie die Schönheit der ungarischen Sprache. Aufbau eines grundlegenden Wortschatzes und praktische Gespräche und Alltagssituationen. Wir freuen uns auf Sie! Gearbeitet wird mit dem Lehrbuch: PONS Power-Sprachkurs ISBN: 978-3-12-562461-0.	Marta Despotov MT: 6

DIE ARBEITERKAMMER NIEDERÖSTERREICH FÖRDERT KURSE,
die in diesem Kursprogramm AK-gekennzeichnet sind.

AK Bildungsbonus

AKextra Digi- und Lernhilfe-Bonus

Auf der Homepage der AK Niederösterreich finden Sie nähere Informationen und den Online-Antrag.
Über das AK-extra Digi-Konto werden zusätzlich vertiefende Digitalisierungskurse gefördert (auch ohne AK-Kennzeichnung).

MEHR GELD FÜR MEINE WEITERBILDUNG!

AK NIEDERÖSTERREICH

ERWACHSENENBILDUNG

noe.arbeiterkammer.at/akbeihilfen



RUFEN SIE UNS AN!
05 7171-29000

EDV und MEDIEN

<p>Kursnummer: 4.1</p> <p>Di 11. und 18.11.2025 und Do 13. und 20.11.2025 jeweils 9.00 - 12.00</p> <p>4-er-Haus</p>	<p align="center">Digitale Amtswege und Cybersicherheit NEU</p> <p align="center">Ein kostenloses Angebot des BFI-NÖ</p> <p>Dieser Workshop vermittelt digitale Grundkompetenzen für den sicheren Umgang mit dem eigenen Smartphone/PC mit dem Ziel der eigenständigen Nutzung von ID-Austria und digitaler E-Government Anwendungen (wie Digitales Amt, MeineSV oder Finanzonline) im Alltag. Es wird individuell auf die Teilnehmer/innen eingegangen. Voraussetzung ist Interesse am Thema, aktives „Mit-Tun“ und ein Grundverständnis des selbst mitgebrachten Gerätes. Der Workshop besteht aus 4 Modulen zu je 3 Stunden - durch die Mehrtägigkeit besteht Zeit zur persönlichen Umsetzung, fürs eigene Ausprobieren und Vertiefen sowie zum Nachfragen. Der Workshop findet in Kooperation mit dem Bfi NÖ statt und ist durch Förderung vom Bundesministerium für Finanzen und Digital Austria kostenfrei.</p> <p>Anmeldung ausnahmsweise über: wrneustadt@bfinoe.at <u>Mitzubringen:</u> eigenes Gerät (Laptop, Notebook, Smartphone usw.)</p>	<p>Preis: kostenlos</p> <p>DI Sylvia Klima</p>
<p>Kursnr.: 4.2 AKextra Digi-Bonus</p> <p>3.10.2025 Fr 18.30 - 20.00</p> <p>NÖMS</p>	<p align="center">VORTRAG - Das Zeitalter der „Künstlichen Intelligenz (KI)“ NEU</p> <p>hat begonnen: Grundlagen, Möglichkeiten, Herausforderungen & Risiken moderner KI-Systeme NEU</p> <p>Heutzutage sind KIs in aller Munde und deren Potential erscheint nahezu grenzenlos. Durch diesen technologischen Fortschritt ergibt sich aber auch die Frage, wie unser Alltag mit KIs in Zukunft aussehen wird. Im Rahmen dieses Vortrages werden wir die wichtigsten Systeme und deren Möglichkeiten kennenlernen und das Potential, aber auch eventuelle Gefahren, das KIs innewohnt diskutieren.</p>	<p>Preis: € 20,-</p> <p>Mag. Dr. Johannes Leitner www.sci-e-s.com</p> <p>MT: 6</p>
<p>Kursnr.: 4.3 AKextra Digi-Bonus</p> <p>13.11.2025 Fr 18.30 - 20.00</p> <p>NÖMS</p>	<p align="center">VORTRAG - Künstliche Intelligenz (KI) NEU</p> <p>kennenlernen und ausprobieren – Aufbaukurs</p> <p>In diesem Vortrag werden Ihnen verschiedene moderne KI-Anwendungen vorgestellt, die es Ihnen erlauben, Ihren Alltag in Zukunft einfacher und effizienter zu gestalten. Es kann ein eigener Laptop mitgebracht werden, um die Anwendung gleich direkt auszuprobieren, alle Tools werden aber auch vorgeführt. Ein vorheriger Besuch eines Vortrags zu den KI-Grundlagen ist empfohlen (z.B. Kurs 4.2).</p>	<p>Preis: € 20,-</p> <p>Mag. Dr. Johannes Leitner www.sci-e-s.com</p> <p>MT: 6</p>
<p>Kursnr.: 4.4 AKextra Digi-Bonus</p> <p>20.10.2025 Mo 18.30 - ca. 21.00</p> <p>WEBINAR</p> <p>Nachholtermin: 27.10.2025</p>	<p align="center">KI clever nutzen NEU</p> <p>Ob für Schule, Beruf oder Alltag – KI-Tools wie ChatGPT sind längst angekommen. In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie KI sinnvoll, sicher und verantwortungsvoll nutzen – egal ob zur Ideenfindung, als Schreibhilfe oder zur Recherche. Das lernen Sie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was KI wirklich kann (Mythencheck) • Praktische Anwendung für Recherche und Textarbeit • Grenzen, Datenschutz & ethische Aspekte. <p>Auch für „Neulinge“ geeignet. Nach der Anmeldung und Bezahlung des Kursbeitrages erhalten Sie einen Link zum Einwählen. Bei Verhinderung steht Ihnen automatisch der Nachholtermin zur Verfügung.</p>	<p>Preis: € 25,-</p> <p>Arno S. Schimmelpfennig Experte für KI und digitales Marketing</p>

AK Bei speziellen, mit dem AK-Logo versehenen Kursen können die Bildungsboni der AK-Wien und der AKNÖ eingelöst werden. Genauere Informationen erhalten Sie im Büro der VHS oder unter <https://noe.arbeiterkammer.at/bildungsbonus>.

WEBINAR ... bei Webinaren ist nach der Zusendung des Links eine Abmeldung oder Stornierung nicht mehr möglich!

Kursnr.: 4.5 	Digitale Selbstverteidigung – kompakt 	Preis: € 25,-
<p>10.11.2025 Mo 18.30 - ca. 21.00</p> <p>WEBINAR</p> <p>Nachholtermin: 17.11.2025</p>	<p>Wie sicher sind Ihre Daten wirklich? In diesem kompakten Workshop erfahren Sie, wie Sie mit wenigen Schritten Ihre digitale Privatsphäre verbessern. Praxisnah, verständlich – ohne IT-Jargon. Das lernen Sie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sichere Passwörter & Zwei-Faktor-Login einrichten • Tracking in Browsern und Apps vermeiden • Grundlagen des digitalen Selbstschutzes <p>Ein fokussierter 2,5-Stunden-Abendkurs für schnelle Resultate. Nach der Anmeldung und Bezahlung des Kursbeitrages erhalten Sie einen Link zum Einwählen und eine Anleitung dazu. Bei Verhinderung steht Ihnen automatisch der Nachholtermin zur Verfügung.</p>	<p>Arno S. Schimmelpfennig Experte für KI und digitales Marketing</p>



■ Kunst, Kreativität und Freizeit

Kursnummer: 5.1	Wanderung Nationalpark Donauauen mit	Preis: € 25,-
<p>13.9.2025 Sa 9.30 - 11.30</p> <p><u>Treffpunkt:</u> wird kurz vorher bekanntgegeben</p>	<p style="text-align: center;">Fischamündung in Maria Ellend, Wiener Becken</p> <p>Fauna und Flora in den Donauauen sind besonders artenreich. Wir starten zwischen Fischamend und Maria Ellend, durchqueren den üppigen Auwald mit seinen Donau-Altarmen und gehen entlang des Ufers bis zur Mündung der Fischa ... Gutes Schuhwerk und Insektenschutz sind ratsam! Es gibt am Ende der Wanderung eine kleine Jause – bitte Getränk selbst mitbringen.</p> <p><u>Bitte beachten Sie, dass das Mitnehmen von Hunden nicht möglich ist!</u></p>	<p>Ing. Ingrid Ahorn Naturvermittlerin/ Kräuterpädagogin</p> <p>MT: 6</p>

Kursnummer: 5.2	Wanderung Weingärten und Herbstwälder beim	Preis: € 25,-
<p>27.9.2025 Sa 9.30 - 11.30</p> <p><u>Treffpunkt:</u> Am Schönberg 3, Sooss (Schrägparkplätze gegenüber)</p>	<p style="text-align: center;">„Lausturm“ Sooss/Bad Vöslau, Thermenlinie</p> <p>Wir wandern vorbei an Weingärten in herrlicher herbstlicher Landschaft und finden am Waldesrand u.a. Wildfrüchte. Bei dieser Wanderung gibt es eine kleine steile Waldstrecke, die mit Wurzeln übersät ist, wenn vorhanden und notwendig, bitte Stöcke mitnehmen. Es gibt am Ende der Wanderung eine kleine Jause – bitte Getränk selbst mitbringen.</p> <p><u>Bitte beachten Sie, dass das Mitnehmen von Hunden nicht möglich ist!</u></p>	<p>Ing. Ingrid Ahorn Naturvermittlerin/ Kräuterpädagogin</p> <p>MT: 6</p>

Kursnummer: 5.3	Wanderung „Rosalienkapelle“ & Forchtenstein,	Preis: € 25,-
<p>11.10.2025 Sa 9.30 - 11.30</p> <p><u>Treffpunkt:</u> wird kurz vorher bekanntgegeben</p>	<p style="text-align: center;">Rosaliengebirge</p> <p>Im Rosaliengebirge bei Forchtenstein ist es im Herbst besonders stimmungsvoll. In den bunt gefärbten Mischwäldern finden wir vielleicht Maroni und von der Rosalienkapelle aus bietet sich uns ein herrlicher Ausblick. Es gibt am Ende der Wanderung eine kleine Jause – bitte Getränk selbst mitbringen.</p> <p><u>Bitte beachten Sie, dass das Mitnehmen von Hunden nicht möglich ist!</u></p>	<p>Ing. Ingrid Ahorn Naturvermittlerin/ Kräuterpädagogin</p> <p>MT: 6</p>

■ Kunst, Kreativität und Freizeit (Fortsetzung)

Kursnummer: 5.4	Andalusien – Multivisionsvortrag	Preis: € 15,-
15.10.2025 Mi 19.00 - 21.00 ARH	Bienvenidos im kulturellen Herzen Spaniens, wo europäisch-maurische Kulturen für feine Impressionen sorgen! Neben Höhepunkten wie Córdoba, Granada, Ronda und Sevilla ist Andalusien bekannt für Flamenco, Sherry, Tapas, „weiße Dörfer“, grandiose Strände und spanische Lebensfreude. Sepp Puchinger erkundet faszinierende Landschaften, entdeckt per Rad Andalusiens Wilden Westen bei Tabernas, die Sanddünen und Flamingos des Donana Nationalparks und wandert durch die wilde Bergwelt der Alpujarras. Abenteuerlich wird es in der schneebedeckten Sierra Nevada auf 3000 Metern, an der Costa Tropical und bei einem Ausflug über die Straße von Gibraltar in die „blaue Stadt“ Marokkos. Genießen sie herrliche Eindrücke vom berühmten Zug Al Andalus, vom britischen Gibraltar und von den stimmungsvollen Paradores Hotels. Hinkommen und in Spaniens Süden eintauchen!	Sepp Puchinger, Weltreisender und Pädagoge www.sepp-puchinger.at MT: 20
Kursnummer: 5.5	Male dein Leben NEU	Preis: € 66,- (2 Abende)
1.10. und 8.10.2025 Mi 18.00 - 21.00 4-er-Haus	In diesem Kurs werden wir unsere positive Energie freisetzen und auf eine mittelgroße Leinwand malen. Dazu werden zu Beginn 10 Fragen gestellt, deren Antworten jede/r für sich selbst realistisch oder mittels Symbolen auf die Leinwand zaubert. In weiterer Folge werden die gemalten Antworten bunt ausgestaltet und das individuelle Bild schlussendlich mit viel Farbe fertig gestellt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Materialliste wird nach Anmeldung zugeschickt.	Karin Eisler, bildende Künstlerin, Kreativ- trainerin, Mal- und Gestaltungstherapeutin www.karineisler.at MT: 4
Kursnummer: 5.6	Eckig und rund – Malen nach Wassily Kandinsky NEU	Preis: € 66,- (2 Abende)
12.11. und 19.11.2025 Mi 18.00 - 21.00 4-er-Haus	Der Russe Wassily Kandinsky war ein sehr vielschichtiger Künstler. In diesem Kurs konzentrieren wir uns auf das Malen von geometrischen Figuren auf Leinwand. Unter Berücksichtigung kompositorischer Kriterien werden wir diese vorerst auf das Bild auftragen und dieses in weiterer Folge mit Acrylfarben fertigstellen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Materialliste wird nach Anmeldung zugeschickt.	Karin Eisler, bildende Künstlerin, Kreativ- trainerin, Mal- und Gestaltungstherapeutin www.karineisler.at MT: 4



■ Küche und Keller

Kursnummer: 6.1 8.10. und 15.10.2025 Mi 17.35 - 20.20 NÖMS K	<b style="color: red;">Indisch vegetarische Küche Lassen Sie sich inspirieren von der Vielfalt der Möglichkeiten mit Gemüse, Kräutern, selbst gemachtem „Brot“ und vielen anderen Dingen leichte und bekömmliche Gerichte zu zaubern. Begeben Sie sich auf Entdeckungsreise der Geschmäcker und lernen Sie exotische Gewürze kennen. Gemeinsam kochen und genießen. Der Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird nach tatsächlichem Aufwand vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet.	Preis: € 55,- (2 Abende) Bharati Rajpal MT: 5
Kursnummer: 6.2 5.11. und 12.11.2025 Mi 17.35 - 20.20 NÖMS K	<b style="color: red;">Ayurvedische Küche Eine leichte und sehr gesunde Kost, die den Körper kaum belastet und ohne großen Aufwand zuzubereiten ist. Gemeinsam neue Dinge auszuprobieren macht einfach mehr Spaß als sich alleine mit einem Kochbuch zu beschäftigen. Der Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird nach tatsächlichem Aufwand vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet.	Preis: € 55,- (2 Abende) Bharati Rajpal MT: 5
Kursnummer: 6.3 25.9.2025 Do 18.15 - 21.15 NÖMS K	<b style="color: red;">Lovely Soups - Die besten Suppen für die kalte Jahreszeit Special Guests: Früchte, Kokos, Cashew, Kurkuma, Ingwer u.v.m. Köstliche Suppen, die von innen wärmen, entzündungshemmend wirken, das Immunsystem stärken und unglaublich schmackhaft und sättigend sind. Wir kochen gemeinsam 3 Suppen-Kreationen und backen unsere eigenen knusprigen Fladenbrot-Variationen. Der Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird nach tatsächlichem Aufwand vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet.	Preis: € 40,- Claudia Becker MT: 4
Kursnummer: 6.4 16.10.2025 Do 17.30 - 20.30 NÖMS K	<b style="color: red;">Veganes Frühstück – auch zum Mitnehmen NEU Starte voller Energie in den Tag! In diesem Kurs bereiten wir einfache, köstliche und ausgewogene vegane Frühstücksideen zu, die schnell gemacht, lecker und vollgepackt mit Nährstoffen sind. Du lernst kreative Rezepte kennen, die dich lange satt halten, richtig gut schmecken und sich perfekt für zuhause oder unterwegs eignen. Ob zum Mitnehmen oder entspannten Genießen daheim – du findest hier Inspiration für jeden Morgen. Lass dich überraschen und entdecke neue Lieblingsrezepte für deinen Alltag! Der Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird nach tatsächlichem Aufwand vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet.	Preis: € 30,- Mag. Sabine Sandera Ernährungsberaterin MT: 5

■ Küche und Keller (Fortsetzung)

Kursnummer: 6.5	Immunstark durch die kalte Jahreszeit NEU	Preis: € 30,-
6.11.2025 Do 17.30 - 20.30 NÖMS K	Gesund und gut gelaunt durch den Winter! In diesem Kurs kombinieren wir leckere, vitaminreiche Gerichte mit wertvollen Infos rund ums Immunsystem. Du erfährst, welche Vitamine, Mineralstoffe und Lebensmittel deine Abwehrkräfte unterstützen – und wie du sie ganz einfach in deinen Alltag integrieren kannst. Gemeinsam zaubern wir vegane und vegetarische Köstlichkeiten, die nicht nur stärken, sondern auch richtig Spaß machen. Der Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird nach tatsächlichem Aufwand vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet.	Mag. Sabine Sandera Ernährungsberaterin MT: 5
Kursnummer: 6.6	Wintersalate neu entdeckt – frisch, kreativ und raffiniert NEU	Preis: € 30,-
20.11.2025 Do 17.30 - 20.30 NÖMS K	Mehr als nur Blattsalat – gemeinsam tauchen wir ein in die Vielfalt der Wintersalate! Entdecke kreative und köstliche Rezeptideen mit winterlichen, saisonalen Zutaten. Frisch, bunt und raffiniert kombiniert, sorgen diese Salate für genussvolle Momente, die dich satt machen und voller Energie durch den Tag bringen. Perfekt für alle, die Abwechslung zu heißen Suppen suchen und weil auch der Alltag im Winter mehr Farbe und Frische braucht! Der Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird nach tatsächlichem Aufwand vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet.	Mag. Sabine Sandera Ernährungsberaterin MT: 5
Kursnummer: 6.7	Brot backen mit Sauerteig	Preis: € 50,-
22.10.2025 Mi 17.00 - ca. 22.00 NÖMS K	Ein gutes, gesundes Sauerteigbrot kann man auch daheim machen. Es braucht etwas Zeit und Geduld, aber das Ergebnis ist dann auch wirklich gut. Auch an eine glutenfreie Variante werden wir uns heranwagen. Benötigt wird für diesen Kurs ein <u>Pizzastein</u> , weil auf diesem das Brot besser gelingt. Bitte auch einen Brotkorb und wenn vorhanden zwei große Geschirrtücher mitbringen, mit denen das Brot dann beim Transport zugedeckt werden kann. Der Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird nach tatsächlichem Aufwand vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet.	Beate Rainer Hauswirtschaftslehrerin MT: 4
Kursnummer: 6.8	Kletzenbrot, Stollen & Co. NEU	Preis: € 40,-
17.12.2025 Mi 17.00 - ca. 21.00 NÖMS K	Zur Weihnachtszeit sollten Kletzenbrot, Stollen und Co. nicht fehlen. Die traditionsreichen österreichischen Spezialitäten mit ihren süßen, fruchtigen Aromen und der würzigen Note sind ein perfekter Begleiter für kalte Wintertage. Benötigt wird für diesen Kurs ein <u>Pizzastein</u> und Behältnisse für den Heimtransport der gebackenen Ware. Der Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird nach tatsächlichem Aufwand vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet.	Beate Rainer Hauswirtschaftslehrerin MT: 4
Kursnummer: 6.9	Weihnachtsbäckerei	Preis: € 30,-
28.11.2025 Fr 17.00 - 20.00 NÖMS K	Zusammen backen wir rechtzeitig zum Advent traditionelle Kekse für die ganze Familie. Perfekt zum Verschenken oder selbst essen. Bitte Behälter für das Mitnehmen der fertigen Kekse mitbringen. Der Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird nach tatsächlichem Aufwand vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet.	Karin Schieber MT: 5

Sie haben Ideen für Volkshochschulkurse, wollen etwas anbieten oder haben ein Anliegen? Melden Sie sich bei uns unter 0676 / 88 77 55 23 oder 24 oder vhs@ebrechtsdorf.at.

Kursnummer: 6.10	GenussVortrag Irland & Irish Whiskey	Preis: € 20,-
14.11.2025 Fr 17.30 - 20.30 ARH	Reisevortrag - Whiskeyseminar - Degustation Lassen Sie sich von Irland verzaubern und besuchen Westcork, Kerry, Galway und die Shannon Region. Der Ring of Kerry, der Connemara Nationalpark und die Klosteranlage Clonmacnoise sind nur einige von vielen Highlights dieses multimedialen Abends. Dabei werden wir auch dem irischen Whiskey näherkommen und über dessen Geschichte, Herstellung und Besonderheiten erfahren. Dazu erfolgt eine geführte Degustation von mehreren Samples irischer Whiskeys, wofür ein Unkostenbeitrag eingesammelt wird. Der Unkostenbeitrag von € 20,- (für verkostete Sample, Brot, Pipette und Tasting Notes) wird direkt vor Ort mit dem Kursleiter abgerechnet.	Nicolas Pacher Erwachsenenbildner MT: 10

■ Körper, Geist und Seele

Kursnummer: 8.1	Aktiv, gesund und unschlagbar – Generation 65+ NEU	Preis: € 33,-
24.10.2025 Fr 15.00 - 18.00 4-er-Haus	Ernährung, Bewegung, Wohlbefinden In diesem praxisorientierten Workshop erfahren die Teilnehmer*innen, wie sie durch ausgewogene Ernährung, gezielte Bewegung und positive Gewohnheiten ihre Gesundheit im Alter nachhaltig fördern können. Mit einfachen, aber effektiven Übungen und wertvollen Tipps für eine gesunde Ernährung unterstützt dieser Kurs dabei, das persönliche Wohlbefinden zu steigern und aktiv durchs Leben zu gehen. Ideal für alle, die ihre Vitalität erhalten und den Alltag fit und voller Energie genießen möchten. <u>Mitzubringen:</u> bequeme Kleidung	Margot Visjager Dipl.-Ernährungs- trainerin MT: 5

Kursnummer: 8.2	Die Wechseljahre - Tanz der Hormone ...	Preis: € 33,-
16.1.2026 Fr 16.30 - 19.30 4-er-Haus	und was Ernährung damit zu tun hat In diesem Workshop erfahren die Teilnehmerinnen, warum und wie die hormonellen Veränderungen während der Wechseljahre den Körper beeinflussen und wie sie durch gezielte Maßnahmen das körperliche und seelische Wohlbefinden steigern können. Neben Informationen zu den physiologischen Prozessen bietet der Kurs praktische Übungen und Tipps zu Ernährung, Bewegung und Entspannung, um die Symptome der Wechseljahre zu lindern und die Lebensqualität zu verbessern. Ein Kurs für alle, die diese turbulente und fordernde Zeit energiegeladen und gelassen gestalten möchten.	Margot Visjager Dipl.-Ernährungs- trainerin MT: 5

Kursnummer: 8.3	Mit dem Erdelement in die Mitte kommen NEU	Preis: € 150,- (Essen inklusive)
13.9.2025 Sa 10.30 - 17.30 SPZ	Der Spätsommer ist dem Erdelement zugeordnet. Es ist die Zeit der Ernte: die Obstbäume hängen voller Früchte und das Korn ist reif. Die Tiere sammeln Vorräte. Und auch wir Menschen tun gut daran, unsere Energie jetzt zu sammeln im Hinblick auf die kalte Jahreszeit. Im Spätsommer bedeutet dies, mehr bei sich und der eigenen Mitte anzukommen. Wir widmen uns bei diesem Workshop unserem Magen und unserer Milz, und den dazugehörigen Meridianen, unterstützenden Naturprodukten und richten uns wieder mehr auf unser körperliches und seelisches Wohlergehen aus. Regionales und biologisches Essen wird uns durch den Tag begleiten und für die richtigen Energien sorgen. <u>Mitzubringen:</u> Yogamatte, bequeme Kleidung, warme Socken oder Patschen, evtl. Decke, Trinkflasche	Barbara Erlach – Shiatsu-Praktikerin und Stephanie Konecsny – Dipl. Gesundheits- trainerin MT: 5

■ Körper, Geist und Seele (Fortsetzung)

<p>Kursnummer: 8.4</p> <p>24.9.2025 Mi 10.00 - 17.00</p> <p>ARH</p>	<p>Tief durchatmen, Lunge stärken, Grenzen setzen NEU</p> <p>Wir nutzen die Energie des Herbstes, um es der Natur gleich zu tun. So wie die Natur sich ins Innere zurückzieht, Blätter fallen lässt – unnötigen Ballast ziehen lässt – werfen wir einen Blick auf unsere Lunge und unseren Dickdarm. Wir zeigen dir die Meridianverläufe, Übungen zur Stärkung dieser, ätherische Öle zur Unterstützung und beginnen den Prozess des Loslassens. Was ist wirklich von Wert für mich? Was brauche ich um mich geborgen und genährt zu fühlen? Was in meinem Leben dient mir nicht mehr? Regionales und biologisches Essen begleitet uns durch einen ruhigen und energetischen Tag in unser Inneres. <u>Mitzubringen:</u> Yogamatte, bequeme Kleidung, warme Socken oder Patschen, evtl. Decke, Trinkflasche</p>	<p>Preis: € 150,- (Essen inklusive)</p> <p>Barbara Erlach – Shiatsu-Praktikerin und Stephanie Konecsny – Dipl. Gesundheits- trainerin</p> <p>MT: 5</p>
<p>Kursnummer: 8.5</p> <p>26.9.2025 Fr 15.00 - 18.00</p> <p>ARH</p>	<p>Wecke die Kraft in dir NEU</p> <p>Der Workshop mit Tipps und Tricks für die Hilfe zur Selbsthilfe! Wir starten mit einer Meditation, um ganz im Hier und Jetzt anzukommen. Danach beleuchten wir die Methode des Shiatsu, ätherische Öle und das Gefühl für den eigenen Körper. Durch viele praktische Übungen und fundiertes Wissen, verlässt du den Kursort mit einer starken Mitte, inneren Ausgeglichenheit und guten Tools um den alltäglichen Stress sowie Belastungen besser bewältigen zu können. <u>Mitzubringen:</u> Yogamatte, bequeme Kleidung, warme Socken oder Patschen, evtl. Decke, Trinkflasche</p>	<p>Preis: € 65,-</p> <p>Barbara Erlach – Shiatsu-Praktikerin und Stephanie Konecsny – Dipl. Gesundheits- trainerin</p> <p>MT: 5</p>
<p>Kursnummer: 8.6</p> <p>8.11.2025 Sa 10.30 - 17.30</p> <p>SPZ</p>	<p>Finde die winterliche Ruhe NEU</p> <p>Unruhe, Müdigkeit, Schlaflosigkeit – Nieren Yin Mangel, was soll das bedeuten? Im Winter tun wir gut daran, wenn wir uns energetisch der Jahreszeit anpassen, indem wir die Aufmerksamkeit auf innere Prozesse lenken und unseren Körper warmhalten. Wir fokussieren uns daher an diesem Tag auf unsere Blase und Niere, das Element Wasser – die Reinigung und den Rückzug. Wir stärken uns durch Meridianübungen, Kraftübungen und ätherische Öle und lassen los von Stress, Unruhe und Familientrubel. Biologisches und regionales Essen werden unser Begleiter auf dieser Reise zur inneren Ruhe sein. <u>Mitzubringen:</u> Yogamatte, bequeme Kleidung, warme Socken oder Patschen, evtl. Decke, Trinkflasche</p>	<p>Preis: € 150,- (Essen inklusive)</p> <p>Barbara Erlach – Shiatsu-Praktikerin und Stephanie Konecsny – Dipl. Gesundheits- trainerin</p> <p>MT: 5</p>



Das Motto der VHS Ebreichsdorf lautet
„lebensbegleitendes Lernen“

und richtet sich an Interessenten aller Altersschichten.
Unsere Bildungseinrichtung ist eine politisch unabhängige Institution,
die sich einer offenen Weltanschauung verpflichtet fühlt.



■ Persönlichkeitsbildung für Beruf und Alltag

Kursnummer: 9.1	Validation für Angehörige von Menschen mit Demenz	Preis: € 40,-
13.12.2025 Sa 9.00 - 13.00 4-er-Haus	<p style="text-align: center;">Basiskurs</p> <p>Validation ist eine Kommunikationsmethode und Haltung, die es ermöglicht, mit sehr alten und desorientierten Menschen wertschätzend in Kontakt zu treten. Dadurch gelingt es in die Welt der an Demenz erkrankten zu gehen und die unterschiedlichen Verhaltensweisen der alten Menschen besser zu verstehen. Das Erlernen von Validationstechniken, kann helfen besser mit vielen oft schwierigen Situationen im Alltag umzugehen. Der Kurs richtet sich an alle Bezugspersonen alter und desorientierter Menschen.</p> <p>Inhalt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gefühle und Verhalten von Menschen mit Demenz • Validation als Möglichkeit, Menschen mit Demenz zu verstehen, mit ihnen zu kommunizieren. • Einfache Techniken • Dialog und Fachberatung 	Renate Blümert Dipl.Ger.-Trainerin Schwerpunkt Menschen mit Demenzerkrankungen MT: 6
Kursnummer: 9.2	Validation für Angehörige von Menschen mit Demenz	Preis: € 80,-
16.1.2026 Fr 8.30 - 16.30 (inkl. Pause) VHS	<p style="text-align: center;">Einführung in die Validation nach Naomi Feil</p> <p>„Ein Weg in meine Welt“ - Validation ist eine Kommunikationsmethode und Haltung, die es ermöglicht, mit sehr alten und desorientierten Menschen wertschätzend in Kontakt zu treten. Dadurch gelingt es in die Welt der an Demenz Erkrankten zu gehen, und die unterschiedlichen Verhaltensweisen der alten Menschen besser zu verstehen. Das Erlernen von Validationstechniken kann helfen besser mit vielen oft schwierigen Situationen im Alltag umzugehen. Der Kurs richtet sich an alle Bezugspersonen alter und desorientierter Menschen.</p> <p>Inhalt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ziele und Zielgruppe der Validation • Die vier Phasen im Stadium der Aufarbeitung nach Feil • Symbole – der Schlüssel zur inneren Welt desorientierter alter Menschen • Verbale und nonverbale Techniken der Validation • Beispiele aus der Praxis 	Renate Blümert Dipl.Ger.-Trainerin Schwerpunkt Menschen mit Demenzerkrankungen MT: 6

Geschenksidee!

Volkshochschule Gutschein



Individuelles Geschenk schon ab € 5,-

Sie können Gutscheine in jeder beliebigen Höhe im Büro der VHS erwerben.

■ Persönlichkeitsbildung für Beruf und Alltag (Fortsetzung)

<p>Kursnummer: 9.3</p> <p>9.10.2025 Do 19.00 - ca. 21.30</p> <p>WEBINAR</p>	<p>Superhirn – Kopfrechnen</p> <p>Sie lernen verblüffende Kopfrechentricks, mit deren Hilfe Sie schneller im Kopf rechnen können als mit einem Taschenrechner. Mit ein bisschen Übung können Sie vielleicht auch schneller rechnen als Sie sprechen können. Die aus Indien stammenden Rechenmethoden (vedische Mathematik) sind in unserem Kulturkreis noch unbekannt, machen viel Spaß und erhöhen das generelle Interesse an Mathematik um ein Vielfaches. Der Buchautor und Andragoge Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Kopfrechentricks.</p> <p>Nach der Anmeldung und Bezahlung des Kursbeitrages erhalten Sie einen Link zum Einwählen und eine Anleitung dazu.</p>	<p>Preis: € 25,-</p> <p>Helmut Lange Dipl. Pädagoge und Gedächtnistrainer</p>
<p>Kursnummer: 9.4</p> <p>25.10.2025 Sa 9.00 - ca. 16.30</p> <p>WEBINAR</p>	<p>Fünf Wege zu einem perfekten Gedächtnis NEU</p> <p>Das Denken und Lernen sind zu einem großen Teil durch die Schulzeit geprägt. Wenn Sie als Lernender an Fort- und Weiterbildung teilnehmen, greifen Sie meist auf althergebrachtes Lernverhalten zurück und wundern sich, dass kaum etwas hängen bleibt. Dabei kann Lernen so einfach sein, wenn Sie nur ein paar Merktechniken anwenden. Wenn Sie also in Zukunft Zahlen, Daten, Fakten, Vokabeln, Namen und Gesichter schnell und sicher behalten möchten, dann lassen Sie sich von einem kreativen und einflussreichen Gedächtnistrainer inspirieren. Denn Ihr Gehirn kann viel mehr als Sie denken. Sie bekommen faszinierende Gedächtnistechniken von dem professionellen Andragogen Helmut Lange vermittelt. Schon während des Seminars kann Ihre Merkfähigkeit um 300% gesteigert werden. Danach werden Sie nicht mehr lernen, weil Sie müssen, sondern Sie werden lernen, weil Sie wollen! Just for fun! Der Onlinekurs spricht jeden an - ob Schüler, Studenten, Berufstätige oder Senioren - probieren Sie es gerne aus!</p> <p>Nach der Anmeldung und Bezahlung des Kursbeitrages erhalten Sie einen Link zum Einwählen und eine Anleitung dazu.</p>	<p>Preis: € 55,-</p> <p>Helmut Lange Dipl. Pädagoge und Gedächtnistrainer</p>

Lebensbegleitendes Lernen

Volkshochschule

Ebreichsdorf



Lernen, ohne zu denken, ist eitel; denken, ohne zu lernen, gefährlich.
Konfuzius

Man muss viel gelernt haben, um über das, was man nicht weiß, fragen zu können.
Jean-Jacques Rousseau

Im Leben lernt der Mensch zuerst gehen und sprechen. Später lernt er dann, still zu sitzen und den Mund zu halten.
Marcel Pagnol

Bildung ist das, was übrig bleibt, wenn wir vergessen, was wir gelernt haben.
Edward Frederick Lindley Wood

WEBINAR ... bei Webinaren ist nach der Zusendung des Links eine Abmeldung oder Stornierung nicht mehr möglich!




■ Bewegung und Sport

Kursnummer: 10.1	Preis	Netzwerk Beckenboden	
ab 2.10.2025 jeweils Do 18.00 - 19.15 VS KT	€ 102,- 12 EH	<p>Sie leiden unter einer schwachen Blase? Ihr Rücken schmerzt nach der anstrengenden Gartenarbeit? Ihre sexuelle Lust ist im Keller? Sie fühlen sich immer freudloser, steifer und eingeschränkter? Netzwerk Beckenboden holt Sie in Ihre Mitte - von der Sohle bis zum Scheitel. Mit einfachen Übungen werden Ihre Gelenke wieder beweglicher und Ihr Gewebe elastischer. Atemreisen unterstützen Sie, um Ihre Achtsamkeit zu schulen. Entspannende Körpermeditationen lassen Ihre Nerven zur Ruhe kommen. Sie lernen sich besser von innen und außen zu spüren. In dieser Sicherheit kann sich der Beckenboden wieder regulieren und so all seine tragenden Funktionen wieder beherzter erfüllen. Damit Ihre Lebensfreude wieder in Fluss kommt!</p> <p><u>Ausrüstung:</u> Trainingsbekleidung, barfuß oder Socken, Gymnastikmatte, Trinkflasche</p>	Petra Resch zertifizierte Beckenbodentrainerin und Faszieninstruktorin www.petraresch-bewegt.at MT: 6
Kursnummer: 10.2	Preis	Ganzkörper- und Stützkraft-Training	
ab 18.9.2025 jeweils Do 15.30 - 16.20 SPZ	€ 78,- 12 EH	<p>Das Ganzkörpertraining beinhaltet grundlegende Bewegungen, die wir alle aus dem Alltag kennen: heben, beugen, drücken. Werden diese Bewegungen regelmäßig trainiert, wird der Körper gesünder und leistungsfähiger. Ein entspannter Nacken, lockere Schultern und ein starker Rücken verbessern die Haltung und können Schmerzen lindern. Je stärker der „Core“ ist, desto weniger Druck lastet auf den Bandscheiben und Verletzungen wird vorgebeugt. Trainiert wird u.a. mit Bändern, Kurzhanteln, Eigengewicht auf stabilen und instabilen Unterlagen. Für jede Altersgruppe geeignet.</p> <p><u>Ausrüstung:</u> Trainingsbekleidung, Indoor-Sportschuhe mit abriebfester Sohle oder Socken, Fitness-Band, Handtuch, Trinkflasche, Gymnastikmatte (teilweise vorhanden).</p>	Lemia Streinzer Dipl. Wirbelsäulen- und Gesundheitstrainerin, Faszientrainerin MT: 6
Kursnummer: 10.3	Preis	Functional Training mit und ohne Geräte 60+	
ab 15.9.2025 jeweils Mo 8.45 - 10.15 SPZ	€ 130,- 13 EH	<p>Functional Training ist eine Trainingsform, die mittels komplexer Übungen die Bewegungsqualität verbessert und Verletzungen vorbeugt. Integration aller 5 sportmotorischen Grundfähigkeiten: Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination. Arbeit mit freien Gewichten, instabilen Elementen, Kleingeräten und dem eigenen Körpergewicht.</p> <p><u>Ausrüstung:</u> Trainingsbekleidung, Indoor-Sportschuhe mit abriebfester Sohle, Trinkflasche, Gymnastikmatte (teilweise vorhanden).</p>	Claudia Becker Dipl. Fitnesstrainerin MT: 6

■ Bewegung und Sport (Fortsetzung)


Kursnummer: 10.4	Preis	Koordination – Balance – Neuroathletik 60+	
ab 15.9.2025 jeweils Mo 10.20 - 11.20 SPZ	€ 91,- 13 EH	<p>Koordinationstraining hilft uns Bewegungen zu steuern und zu harmonisieren. Gesteigerte Bewegungsqualität beugt Unsicherheit, Stolpern und Stürzen vor. Die koordinativen Fähigkeiten sind nicht angeboren, sie müssen erlernt werden. Mithilfe von regelmäßigen Gleichgewichtsübungen können wir die Tiefenmuskulatur in Rücken und Rumpf stärken, die Motorik und Koordination im Alltag verbessern, und die Konzentration erhöhen. Denn regelmäßig das Gleichgewicht zu trainieren, schult den Gleichgewichtssinn und die Balance. Neuroathletik hilft uns, die Trainingsleistung zu optimieren, die Regeneration zu fördern und Verletzungen zu vermeiden.</p> <p><u>Ausrüstung:</u> Trainingsbekleidung, Indoor-Sportschuhe mit abriebfester Sohle, Trinkflasche, Gymnastikmatte (teilweise vorhanden).</p>	<p>Claudia Becker Dipl. Fitnesstrainerin</p> <p>MT: 6</p>
Kursnummer: 10.5	Preis	Strong Core – Strong Me – die gut trainierte Körpermitte	
a) ab 16.9.2025 Di 17.00-17.50 NÖMS T	€ 91,- 14 EH	<p>Eine Ganzkörpertrainingsmethode mit spezieller Atemtechnik. Der Fokus liegt auf einer starken Körpermitte, welche Verletzungen vorbeugt. Durch das Wechselspiel aus Dehnung und gleichzeitiger Kräftigung der Muskulatur werden Dysbalancen vermieden und eine Haltungsverbesserung erzielt.</p> <p><u>Ausrüstung:</u> Therabänder (leicht/mittel), kleiner Pilatesball, Pezziball, Pilatesrolle, Matte, Trinkflasche.</p>	<p>Claudia Becker Dipl. Fitnesstrainerin</p> <p>MT: 6</p>
b) ab 16.9.2025 Di 18.00-18.50 NÖMS T	€ 91,- 14 EH		
c) ab 18.9.2025 Do 16.00-16.50 NEU VS KT	€ 91,- 14 EH		
Kursnummer: 10.6	Preis	Rücken-Fit	
a) ab 16.9.2025 Di 10.00-10.50 SPZ	€ 91,- 14 EH	<p>Ein sanftes Training zum Aufbau eines starken Muskelkorsetts zum Schutz für unsere Wirbelsäule. Bleibe fit im alltäglichen Leben und beuge Verletzungen vor, für einen starken Körper und eine aktive Freizeit. Wir trainieren mit Theraband. Nicht bei akuten Beschwerden!</p> <p><u>Ausrüstung:</u> Bequeme Sportbekleidung, Theraband leicht bis mittelschwer, Matte und Trinkflasche.</p>	<p>Claudia Becker Dipl. Fitnesstrainerin</p> <p>MT: 6</p>
b) ab 16.9.2025 Di 11.00-11.50 SPZ	€ 91,- 14 EH		
c) ab 17.9.2025 Mi 16.30-17.20 VS KT	€ 91,- 14 EH		
d) ab 17.9.2025 Mi 17.30-18.20 VS KT	€ 91,- 14 EH		
Kursnummer: 10.7	Preis	Zirkeltraining NEU	
ab 18.9.2025 jeweils Do 17.00 - 17.50 VS KT	€ 91,- 14 EH	<p>Suchst du nach einem intensiven und herausfordernden Kraftausdauer-Training, welches dir nicht nur mehr Kraft und Kondition bietet, sondern vor allem auch neue Energie!? Dann bist du beim Zirkeltraining genau richtig. Wir trainieren auf wechselnden Stationen. Challenge yourself!</p> <p><u>Ausrüstung:</u> Bequeme Sportbekleidung, Matte und Trinkflasche.</p>	<p>Claudia Becker Dipl. Fitnesstrainerin</p> <p>MT: 6</p>

Kursnummer: 10.8	Preis	deepWORK™ 	
ab 17.9.2025 jeweils Mi 19.15 - 20.15 DBG KT	€ 91,- 13 EH	deepWORK™ ist athletisch, einfach, anstrengend, einzigartig und doch ganz anders als alle bekannten Programme - ein Workout aus fünf Elementen und voller Energie! Dabei unterliegt deepWORK™ dem Gesetz von Yin und Yang und vereint die geistigen und körperlichen Gegensätze eines funktionellen Trainings. deepWORK ist ein Barfußtraining!! <u>Ausrüstung:</u> Matte, Trinkflasche	Michaela Kreuzer deepWORK-Instructor MT: 6

Kursnummer: 10.9	Preis	KORCE®	
a) ab 15.9.2025 Mo 19.00-20.00 NÖMS T	€ 63,- 9 EH	Eine starke Körpermitte lässt dich aufrecht und selbstbewusst durch das Leben gehen. Gleichzeitig sorgt dieses Kraftzentrum zusammen mit einer entsprechenden Mobilität dafür Rückenschmerzen und Bewegungs-Einschränkungen vorzubeugen. Dieses athletische Training bringt dir zudem ein gutes Körpergefühl und unterstützt den Lifestyle. Kräftigungsübungen mit dem Fokus „Core“ werden zeitgemäß und sinnvoll mit Mobility- und Stabilitätsübungen kombiniert. Mit dem dynamischen Workout werden neue Ziele erreicht, wie z.B. eine spürbare Körper- und Haltungsveränderung. Nicht für Anfänger geeignet. <u>Ausrüstung:</u> Matte, Trinkflasche	Michaela Kreuzer KORCE-Instructor MT: 6
a) ab 12.1.2026 Mo 19.00-20.00 NÖMS T	€ 63,- 9 EH		

Kursnummer: 10.10	Preis	Starter Training	
ab 23.9.2025 jeweils Di 8.30 - 9.20 SPZ	€ 78,- 12 EH	Du möchtest fit werden und dich langsam aufbauen und steigern? Du kommst bei diversen Trainings nicht mit und Fitnessbegriffe wie „Lunge“ oder „Lift“ hören sich für dich fremd an? Dieses Training ist für den Beginn genau das Richtige! Hier gehen wir das Training von Grund auf mit Basics an, die Fachbegriffe werden erklärt und umgesetzt und der Spaßfaktor kommt hier auch nicht zu kurz. Was ist in diesem Training enthalten? Cardio für das Herzkreislauf-System - Kräftigung des ganzen Körpers – Gleichgewicht <u>Ausrüstung:</u> leichte Sportbekleidung, Indoor-Sportschuhe mit abriebfester Sohle, Handtuch, Trinkflasche	Eva Luef Übungsleiterin MT: 6

Kursnummer: 10.11	Preis	Powerzirkel	
ab 25.9.2025 jeweils Do 8.00 - 8.45 SPZ	€ 78,- 12 EH	DAS GANZKÖRPERTRAINING – Ziel des Zirkeltrainings ist es, alle großen Muskelgruppen zu beanspruchen: Arme, Schultergürtel, Rücken, Brust, Bauch und Beine. Das heißt, jede Übung ist auf eine andere Muskelgruppe abgezielt, sodass der gesamte Körper gefordert wird. <u>Ausrüstung:</u> leichte Sportbekleidung, Indoor-Sportschuhe mit abriebfester Sohle, Handtuch, Trinkflasche	Eva Luef Übungsleiterin MT: 5

Kursnummer: 10.12	Preis	ZUMBA FITNESS 	
ab 18.9.2025 jeweils Do 18.30 - 19.30 DBG KT	€ 70,- 10 EH	Vorbei sind die Zeiten als Fitness als mühsame Qual empfunden wurde. Mit dem ZUMBA-Programm tanzen Sie sich fit und frei. Heiße Rhythmen sorgen für gute Stimmung und viel Spaß beim Training. <u>Ausrüstung:</u> bequeme Turnkleidung, Indoor-Sportschuhe mit abriebfester Sohle, Trinkflasche	Christian Franke ZUMBA-Instructor MT: 10

■ Bewegung und Sport (Fortsetzung)

Kursnummer: 10.13	Preis	Tanz dich fit mit ZUMBA 		
a) ab 11.9.2025 jeweils Do 19.45 - 20.45 TS Wdf	€ 84,- 12 EH	Verbrenne Kalorien, während du Spaß hast! Zumba stärkt dein Herz-Kreislauf-System und verbessert deine Koordination. Egal ob Anfänger oder Profi – jede/r ist herzlich willkommen! Let's dance! <u>Ausrüstung:</u> bequeme Turnkleidung, Indoor-Sportschuhe und eine Trinkflasche	Isabella Brunner ZUMBA-Instructor	
b) ab 8.1.2026 jeweils Do 19.45 - 20.45 TS Wdf	€ 70,- 10 EH			MT: 10
Kursnummer: 10.14	Preis	YOGA mit Bharati		
a) ab 29.9.2025 jeweils Mo 17.15 - 18.45 NÖMS T	€ 80,- 8 EH	Gesundheit ist Reichtum, geistiger Frieden ist Glück Ein beweglicher und entspannter Körper, bessere Verdauung, tieferer Schlaf, mehr Vitalität, Konzentration und emotionales Gleichgewicht – das können Sie mit Yoga erreichen. Eine Einheit besteht aus verschiedenen Dehnübungen (Asanas), die Kraft, Ausdauer und Flexibilität fördern, sowie Atemübungen (Pranayamas) für die Vitalkraft. Entspannungsübungen schaffen die Grundlage für Ruhe und inneres Glück. <u>Ausrüstung:</u> Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, Polster, Decke, Freude am Training.	Bharati Rajpal zertifizierte Yoga-Trainerin	
b) ab 26.9.2025 jeweils Fr 9.00 - 10.30 SPZ	€ 90,- 9 EH			MT: 8
c) ab 26.9.2025 jeweils Fr 10.45 - 12.15 SPZ	€ 90,- 9 EH			
Kursnummer: 10.15	Preis	Good-Morning-Sunshine YOGA		
ab 1.10.2025 jeweils Mi 9.00 - 10.15 SPZ	€ 85,- 10 EH	Starte ganz bewusst in den Tag und tu deinem Körper, deinem Geist und deiner Seele etwas Gutes. Dieser Kurs eignet sich sowohl für Anfänger als auch für Yogi(ni)s, die ihre Praxis stärken wollen. Atemübungen, fließende Sequenzen, bestehend aus kräftigenden Asanas und entspannenden Yin-Positionen, sorgen für eine ausgewogene Praxis. Unsere Gedanken zur Ruhe zu bringen und ganz in unserer Mitte anzukommen wird das gemeinsame Ziel in diesen Einheiten sein, zusätzlich gibt es in jeder Stunde interessante Inputs aus der Ayurveda-Praxis. <u>Ausrüstung:</u> Yogamatte, Yogablock (falls vorhanden), bequeme Kleidung, Decke	Mag. Sabine Mühleitner-Frank, Ayurveda-Wohlfühl-Praktikerin und Hatha-Yoga-Lehrerin mit Schwerpunkt auf functional movement yoga	
		MT: 8		
Kursnummer: 10.16	Preis	HATHA-YOGA		
ab 1.10.2025 jeweils Mi 17.30 - 18.45 NÖMS T	€ 85,- 10 EH	Hatha Yoga ist der perfekte Einstieg in die Yoga-Welt und wird von Anfängern und Fortgeschrittenen auf jedem Level und in jedem Alter geübt. Eine Einheit umfasst Aufwärmen, Meditation, Atemübung, Asanas/Körperübungen, Entspannung sowie ayurvedische gesundheitsfördernde Anregungen. Durch die bewusste Atmung und Körperübungen wird die Durchblutung verbessert, der Schlaf tiefer, der Herzschlag ruhiger. Es kann ein konstruktiver Umgang mit Stress erzielt werden und nicht zuletzt zellverjüngend wirken. Zusätzlich können Verspannungen reduziert, Rückenschmerzen vorgebeugt und der ganze Körper gestärkt und gekräftigt sowie die Muskeln, Bänder und Sehnen geschmeidig gehalten werden. <u>Ausrüstung:</u> Yogamatte, bequeme Kleidung, Decke, falls vorhanden Yoga-Block	Mag. Sabine Mühleitner-Frank, Ayurveda-Wohlfühl-Praktikerin und Hatha-Yoga-Lehrerin mit Schwerpunkt auf functional movement yoga	
		MT: 8		



Kursnummer: 10.17	Preis	Aroma Yin YOGA und Deep Relax NEU	
ab 1.10.2025 jeweils Mi 19.00 - 20.15 NÖMS T	€ 85,- 10 EH	<p>Yin Yoga kombiniert die Hatha Yoga Tradition mit der traditionellen chinesischen Medizin. Durch langes Halten der entsprechenden Yin Yoga Positionen (3-5 Minuten) wirkt Yin Yoga besonders effektiv auf das Faszien- und Bindegewebe, Gelenke und Bänder und schenkt dadurch tiefe Entspannung. Aroma Yin Yoga ist eine Yoga-Praxis, die Yin Yoga mit der Anwendung von ätherischen Ölen kombiniert, um die Entspannung und das Wohlbefinden zu vertiefen. Diese Praxis nutzt die sanfte Natur von Yin Yoga, um Körper, Geist und Seele zu verbinden und gleichzeitig die kraftvollen Wirkungen der ätherischen Öle zu nutzen. Die ätherischen Öle werden so ausgewählt, dass sie die gewünschte Wirkung verstärken, beispielsweise Stress reduzieren, die Stimmung anheben oder die Energie steigern.</p> <p><u>Ausrüstung:</u> bequeme Kleidung, Yogamatte, Decke, 1-2 Polster, Yoga-Block</p>	<p>Mag. Sabine Mühlleitner-Frank, Ayurveda-Wohlfühl-Praktikerin und Hatha-Yoga-Lehrerin mit Schwerpunkt auf functional movement yoga</p> <p>MT: 8</p>

Kursnummer: 10.18	Preis	Slow Flow & Yin YOGA NEU	
ab 23.9.2025 jeweils Di 19.00 - 20.30 KUCH	€ 110,- 11 EH	<p>In diesem Kurs fließen wir gemeinsam durch den ersten Teil der Stunde mit sanften Asanas (Körperhaltungen). Gut zum Kennenlernen und hinein spüren. Im zweiten Teil tauchen wir in eine Yin Yoga-Praxis ab. Yin Yoga hat als Hauptziel das gesamte Bindegewebe (Faszien, Bandscheiben, Bänder und Gelenke) zu stimulieren und dehnen. Mit begleitender Atmung kannst du mit Pölstern, Decken und andere Hilfsmittel die positive Wirkung vertiefen. Slow Flow & Yin Yoga trägt zu einer besseren Körperhaltung bei, fördert deine Muskelkraft und steigert dein gesamtes Wohlbefinden. Es ist für jedes Alter und für alle Erfahrungsstufen geeignet. Abwechslungsreich, liebevoll und professionell begleite ich dich durch die Stunde. Ich freue mich auf DICH!</p> <p><u>Ausrüstung:</u> rutschfeste Yogamatte, bequeme Kleidung, Decken, Yogablöcke (wenn vorhanden).</p>	<p>Elfriede Takats zertifizierte Yoga-Lehrerin</p> <p>MT: 8</p>

■ Bewegung und Sport (Fortsetzung)

Kursnummer: 10.19	Preis	Everybody YOGA	
ab 27.9.2025 jeweils Sa 8.30 - 10.00 SPZ	€ 100,- 10 EH	<p>„Alte Pfade verlassen um neue Weg zu gehen“ Man ist nie zu alt, um mit Yoga zu beginnen! Das regelmäßige Praktizieren hilft dir deine Flexibilität und Kraft zu verbessern und dein Gleichgewicht zu fördern. Gerade in schwierigen Lebensphasen ist es besonders wichtig, dir AUS-ZEIT für dich zu nehmen. Mit verschiedenen Atemübungen, mit kleinen Achtsamkeitsübungen für den Alltag und mit einer Mischung aus sanften und herausfordernden Asanas/Körperhaltungen fließen wir gemeinsam durch die Stunde. Die Schlussphase bietet dir die Gelegenheit die positive Wirkung deiner Yogapraxis nachzuspüren. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Einsteiger, Fortgeschrittene, jedes Alter und jedes Geschlecht sind herzlich willkommen. <u>Ausrüstung:</u> Yogamatte, bequeme Kleidung, Decke, Yogablock (wenn vorhanden)</p>	<p>Elfriede Takats zertifizierte Yoga-Lehrerin</p> <p>MT: 8</p>

Kursnummer: 10.20	Preis	Shakti YOGA – im Rhythmus deiner weiblichen Kraft NEU	
ab 2.10.2025 jeweils Do 19.30 - 21.00 VS KT	€ 120,- 12 EH	<p>Shakti Yoga ist eine sanfte, aber kraftvolle Yogapraxis, die speziell auf die Bedürfnisse des weiblichen Körpers abgestimmt ist. In dieser 90-minütigen Einheit verbinden sich fließende Bewegungen, Atemübungen und bewusste Entspannung zu einer ganzheitlichen Auszeit vom Alltag. Der Kurs lädt dazu ein, die eigene Mitte zu stärken, den Zyklus als natürlichen Rhythmus zu integrieren und neue Energie zu schöpfen. Ein Kurs für Frauen, die ihre Körperweisheit vertiefen und sich selbst wieder spüren möchten – achtsam, sinnlich und vitalisierend. Zielgruppe: Frauen jeden Alters – Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. <u>Ausrüstung:</u> Yogamatte, bequeme Kleidung, Yogapolster, Yogablock, evtl. Decke für die Schlussentspannung</p>	<p>Maria Elisabeth Fischer Yoga-Lehrerin</p> <p>MT: 8</p>

Kursnummer: 10.21	Preis	Linedance	
a) ab 16.9.2025 Leicht Fortgeschrittene Di 18.00-18.50 ARH	€ 91,- 14 EH	<p>Linedance ist für jede Person geeignet, die tanzen liebt und sich bewegen möchte. Die Tänze werden ohne Partner in Reihen getanzt. Spaß, Rhythmus und Bewegung zu Country Songs, Rock'n'Roll und Pop stehen im Vordergrund. Lust sich darauf einzulassen? Eva freut sich auf dich. Es sind keine speziellen Schuhe nötig.</p>	<p>Eva Palmberger Tanzlehrerin</p> <p>MT: 8</p>
b) ab 16.9.2025 Fortgeschrittene Di 19.00-19.50 ARH	€ 91,- 14 EH		
c) ab 16.9.2025 Fortgeschrittene Di 20.00-20.50 ARH	€ 91,- 14 EH		

Kursnummer: 10.22	Preis	Modern Linedance - mit Grundkenntnissen	
ab 17.9.2025 jeweils Mi 18.30 - 19.40 VS KT	€ 90,- 12 EH	<p>Modern Linedance - voll im Trend - ist für alle geeignet, die das Tanzen lieben und sich bewegen möchten. Getanzt wird zumeist in Reihen, ohne Partner, und zwar zu Hits, Oldies, Walzer, Latin und vielem mehr, natürlich auch zu Country. Dafür erlernen wir in an die Gruppe angepasstem Tempo fertige Choreografien. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit Grundkenntnissen, Wiedereinsteiger, aber auch geübte Linedancer. <u>Ausrüstung:</u> Schuhe mit abriebfester Sohle mitbringen, da wir in einem Turnsaal tanzen!</p>	<p>Sabine Hentschel Linedance-Kursleiterin und Nia-Teacher</p> <p>MT: 8</p>

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Anmeldung:

Eine Anmeldung ist für alle Kurse unbedingt nötig. Die Vergabe der Kursplätze erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen. **Der Platz im Kurs ist erst nach der Rückbestätigung durch das VHS-Büro reserviert** und mit Eingang der Bezahlung des Kursbeitrages gesichert.

Die Anmeldung erfolgt entweder zu den Sprechzeiten im VHS-Büro, per mail an vhs@ebreichsdorf.at unter Angabe des Kurses, Name, Anschrift, Telefonnummer und Mail-Adresse des Kursteilnehmers, telefonisch unter 0676/88775523 oder 24 oder online unter www.ebreichsdorf.gv.at/vhs.

Schnupperstunden sind nach Absprache mit der VHS-Leitung möglich. Anmeldeschluss ist 2 Wochen vor Beginn eines Kurses – nur eine rechtzeitige Anmeldung kann das Zustandekommen einer Veranstaltung sichern.

Abmeldung:

Eine kostenlose Abmeldung ist bis 10 Tage vor Kursbeginn möglich. Eine spätere Stornierung zieht eine 10%ige Stornogebühr nach sich. So bereits 2 oder mehr Kurseinheiten besucht wurden, ist der volle Kursbeitrag fällig. Die VHS-Leitung behält sich vor, in besonderen Ausnahmefällen auf die Vorschreibung einer Stornogebühr zu verzichten.

Bezahlung:

Die Bezahlung der im Programm angegebenen Kursgebühr erfolgt entweder während der Sprechzeiten im Rathaus oder per Zahlschein, bzw. Telebanking auf das Konto der Volkshochschule. Die Kursgebühr ist vor Beginn des Kurses fällig und sichert ihren Platz.

Kurspreis:

Der jeweilige Kursbeitrag ist im Programm neben der Kursbeschreibung angegeben. Ein verspäteter Eintritt berechtigt in keinem Fall zu einer Ermäßigung des Kurspreises. Lehrbücher sind in der Regel nicht im Kurspreis enthalten.

Datenschutz:

Die Volkshochschule Ebreichsdorf speichert die Kundendaten aus organisatorischen Gründen ausschließlich zur eigenen Verwendung (Zusendung von Informationen über neue Kurse, Erreichbarkeit der Teilnehmer bei Absage eines Kurses, Statistik). Eine Weitergabe dieser Daten an Dritte erfolgt nicht.

Bei Kinderturnkursen erhalten Kursleitende die Telefonnummern zwecks Erreichbarkeit in Notfällen.

Haftung:

Die Volkshochschule übernimmt keine wie auch immer geartete Haftung für Schäden, die sich durch die Teilnahme an Veranstaltungen der VHS oder auf dem Weg dorthin ergeben könnten. In diesen Haftungsausschluss sind auch die Kursleiter/innen eingeschlossen.

Kinder werden nur während der Dauer der jeweiligen Kurse beaufsichtigt. Davor und danach haften die Eltern für eventuell auftretende Schäden.

Kursbesuchsbestätigungen:

Nach Beendigung eines Kurses kann auf Wunsch eine Kursbesuchsbestätigung ausgestellt werden.

Kursräumlichkeiten:

Da die Volkshochschule Ebreichsdorf nicht über eigene Räumlichkeiten verfügt und sich für die Dauer einer Veranstaltung einmietet, müssen die Nutzungsbedingungen der Quartiergeber erfüllt werden (Rauchverbot, Tragen von Turnschuhen mit abriebfesten Sohlen, Hausschuhe, etc.)

Mindest-/Höchstteilnehmerzahlen:

Kurse kommen nur zustande, wenn die erforderliche Mindestteilnehmerzahl erreicht wird. Wird dieses nicht erreicht, so kann in Absprache mit den angemeldeten Kursteilnehmern, dem Kursleiter und der VHS entweder eine Kurskürzung bei gleichbleibendem Preis, oder eine Aufzahlung vorgeschlagen und beschlossen werden. Wird die Höchstteilnehmerzahl überschritten, so kann eventuell ein weiterer Kurs zustande kommen.

Unterrichtseinheiten:

Eine Unterrichtseinheit entspricht 50 Minuten. Ausgefallene Unterrichtseinheiten werden nachgeholt oder der Kursbeitrag anteilig refundiert (dies gilt jedoch nicht für Unterrichtseinheiten, welche die Kursteilnehmer aus eigenem Verschulden versäumen).

Kursleiter:

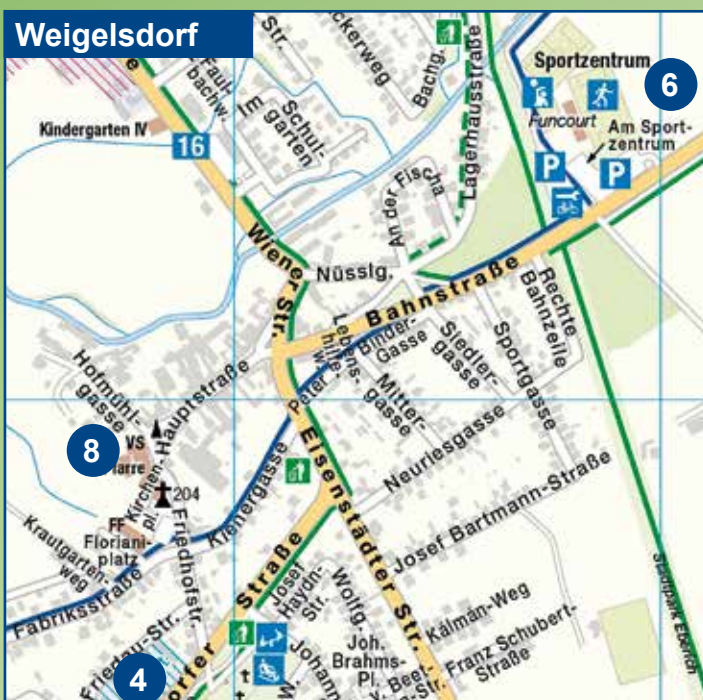
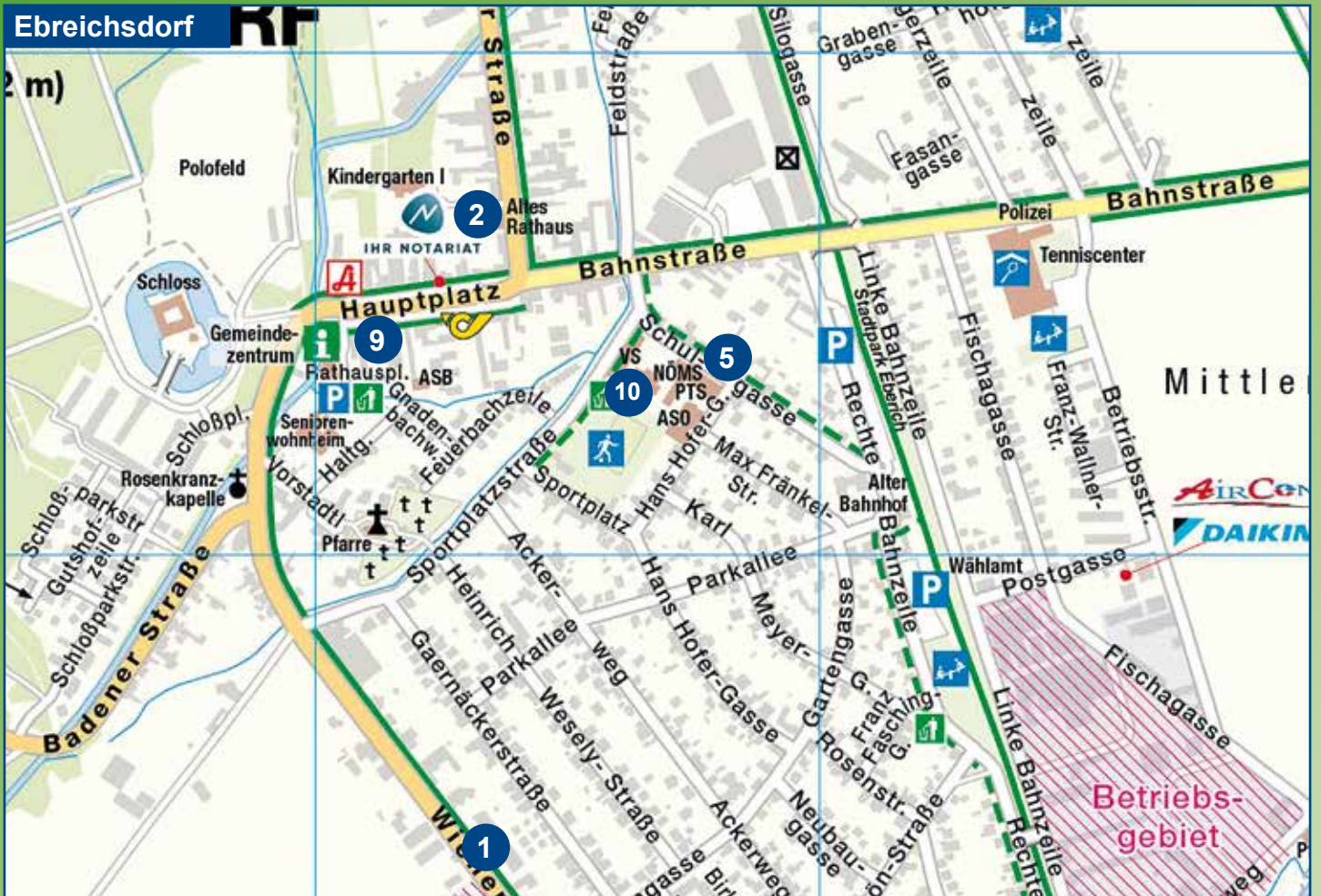
Die Volkshochschule behält sich das Recht vor, in Ausnahmefällen die Kursleitung kurzfristig – unter Umständen auch während eines laufenden Kurses – zu ändern. Sollte kein gleichwertiger Ersatz gefunden werden können, so wird die Veranstaltung abgebrochen. Die Teilnehmer erhalten in diesem Fall den aliquoten Anteil des bereits einbezahlten Kursbeitrages zurück.

Förderungen:

Einige Kurse der VHS Ebreichsdorf werden durch die Arbeiterkammer Wien und Niederösterreich gefördert. Diese Kurse sind mit dem AK-Symbol gekennzeichnet.

Ummeldungen:

Eine Ummeldung von einem Kurs der VHS zu einem anderen ist möglich, wenn dadurch die Mindestteilnehmerzahl des ursprünglichen Kurses nicht unterschritten und die Höchstteilnehmerzahl des anderen Kurses nicht überschritten wird.



Die Kursorte der VHS Ebreichsdorf:

- 1. 4-er-Haus Wr. Neustädter Str. 17a, Ebreichsdorf
- 2. ARH Altes Rathaus Ebreichsdorf, Wr. Straße 3
- 3. DBG kT Don Bosco Gymnasium Unterwaltersdorf, Eingang Lindenallee
- 4. KUCH Kuchlerhaus Weigelsdorf, Pottendorferstr. 24
- 5. NÖMS NÖMS Ebreichsdorf, Schulgasse 6,
NÖMS T NÖMS Ebreichsdorf Turnsaal
Hintereingang Hans-Hofer-Gasse
NÖMS K NÖMS Küche, EG links

- 6. SPZ Sportzentrum Ebreichsdorf-Weigelsdorf, Am Sportzentrum 1
- 7. TS Uwdf Turnsaal der VS Unterwaltersdorf, Pflanzsteig, Horteingang (neben Bacherl)
- 8. TS Wdf Turnsaal der VS Weigelsdorf, Hauptstraße 32 Eingang durch den Schulgarten
- 9. VHS VHS-Schulungsraum, Rathausplatz 1
- 10. VS gT Volksschule Ebreichsdorf, Schulgasse 2, Ebreichsdorf; gr. Turnsaal 1. Stock;
VS kT Volksschule Ebreichsdorf kl. Turnsaal EG; Eingang zu den Turnsälen: zwischen Schule und Sportplatz