



Volkshochschule Kelheim  
Weiterbildungsakademie

Programm 2025/2026  
Herbst/Winter

**Deine Bildungsoase**

Dein Lernabenteuer beginnt hier.

## Infos, Anmeldung & Kontakt

vhs-Weiterbildungsakademie Kelheim e.V.  
Lederergasse 2 · 93309 Kelheim

info@vhs-weiterbildungsakademie.de  
Tel. 0 94 41 / 17 50 98-0  
Fax 0 94 41 / 17 50 98-98  
www.vhs-weiterbildungsakademie.de

Öffnungszeiten: Mo – Do 8 – 17 Uhr · Fr 8 – 15 Uhr

### Unsere Räume

vhs-Zentrale: Lederergasse 2, 93309 Kelheim (EG + 2. OG)  
vhs-Werkstatt: Altmühlstr. 20, 93309 Kelheim  
Möbel Gassner: Riedenburger Str. 11, 93309 Kelheim  
Tanzschule Hoffmann: Brunngasse 6, 93309 Kelheim  
Postgebäude: Bahnhofstr. 8, 93309 Kelheim  
Begegnungszentrum: Emil-Ott-Straße 8, 93309 Kelheim

Alle Kurse ohne Ortsangabe finden in der Lederergasse 2, in den Räumen 1 bis 7 und im 2. OG in den Räumen 201 bis 204 statt.

In diesem Programmheft finden Sie einen Auszug unseres Kursangebotes. Die ausführlichen Informationen und aktuellen Termine finden Sie auf unserer Homepage.

### Haftungsausschluss für Änderungen

Alle in diesem Programmheft enthaltenen Informationen entsprechen dem Stand bei Drucklegung. Änderungen und Aktualisierungen sind vorbehaltenlich möglich. Die aktuellen Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter [www.vhs-weiterbildungsakademie.de](http://www.vhs-weiterbildungsakademie.de).

## Sie finden uns auch auf...



Facebook



Instagram



Homepage



# ARBEIT UND BERUF

## Erfolgreich durchstarten

### ESF-Lehrgang



#### Geprüfte/r Managementassistent/in

Schwerpunkt Kommunikation - bSb

auf Anfrage, 300 UE, 2x wöchentlich 18 – 21 Uhr | K25 B 300-1  
Kosten: 2.700,00 € | ESF-Förderung möglich

#### Geprüfte/r Personalreferent/in

Bundesverband Sekretariat und Büromanagement - bSb

auf Anfrage, 300 UE, 2x wöchentlich 18 – 21 Uhr | K25 B 301-1  
Kosten: 2.700,00 € | ESF-Förderung möglich

### Beruf und Karriere

#### Fachkraft für Finanzbuchführung

Xpert



auf Anfrage, 152 UE, 2x wöchentlich 18 – 21 Uhr | K25 B 500-1  
Kosten: 1.460,00 € | Leitung: Christa Graf

#### Fachkraft für Lohn und Gehalt

Xpert



auf Anfrage, 152 UE, 2x wöchentlich 18 – 21 Uhr | K25 B 501-1  
Kosten: 1.460,00 € | Leitung: Christa Graf

#### Psychologische/r Berater/in

für Coaching, Mediation, Supervision

Fr 05.12.2025, 12 Wochenenden, 1x pro Monat | K25 B 516-1  
Kosten: 2.599,00 € | Leitung: Robert Harfold, Marco Harfold  
Infoabende: 17.10.2025 und 12.12.2025 jeweils um 17 Uhr  
Anmeldung erforderlich!

#### Führungskräfte Tools für Profis

Werkzeugkasten für den Erfolg

auf Anfrage, 4 Termine, 18 – 21.15 Uhr | K25 B 517-1  
Kosten: 220,00 € | Leitung: Christian Rückert

#### Meister der Worte

Eine Schulung für erfolgreiches Kommunizieren

auf Anfrage, 1 Termin, 18 – 21.15 Uhr | K25 B 518-1  
Kosten: 60,00 € | Leitung: Christian Rückert

#### Erfolgreiche/r Stressmanager/in

Der richtige Umgang mit Stresssituationen

auf Anfrage, 2 Termine, 18 – 21.15 Uhr | K25 B 519-1  
Kosten: 120,00 € | Leitung: Stefanie Hierl

gleich  
anmelden

#### Konflikte lösen leicht gemacht!

auf Anfrage, 1 Termin, 18 – 21.15 Uhr | K25 B 520-1  
Kosten: 45,00 € | Leitung: Stefanie Hierl

## Veränderung im Job – ein Berufsleben lang gut begleitet und beraten

Mit der „Berufsberatung für Erwachsene“ unterstützt die Agentur für Arbeit Regensburg/Kelheim auch Erwachsene in Beschäftigung und Wiedereinsteiger\*innen bei der weiteren Planung Ihres Berufslebens.

Die Berufsberatung für Erwachsene ist in einer solchen Situation die geeignete Unterstützung. Sie richtet sich an Menschen, die

- ihre berufliche Zukunft sichern möchten
- sich beruflich neu orientieren oder weiterentwickeln wollen
- eine Qualifizierung / Weiterbildung anstreben
- einen beruflichen Wiedereinstieg planen oder
- Fragen zu finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten bei einer Weiterbildung haben.

In dieser Phase ist es oftmals gut, von einer neutralen Stelle beraten zu werden, die Sie bei der Entwicklung einer Lösungsstrategie kompetent unterstützt. Entscheidungen fallen dann unter Umständen viel leichter.

**Kontakt:** Bernd Oguntke | Tel. 0941/7808-289 | E-Mail: Regensburg.BBiE@arbeitsagentur.de



ohne  
Anmeldung

jeden  
2. Donnerstag im  
Monat  
15:00 – 18:00 Uhr  
in der vhs

Offene  
Sprechstunde

## Xpert Business LernNetz

Berufliche Weiterbildungen mit bundesweit anerkannten Abschlüssen

Folgende Xpert-Business-Module werden bei uns angeboten:

- Finanzbuchführung 1 | K25 B 502-2
- Finanzbuchführung 2 | K25 B 503-2
- Finanzbuchführung mit Lexware / DATEV | K25 B 504-2
- Lohn & Gehalt 1 | K25 B 505-2
- Lohn & Gehalt 2 | K25 B 506-2
- Lohn und Gehalt mit Lexware / DATEV | K25 B 507-2
- Einnahmen-Überschuss-Rechnung | K25 B 508-1
- Kosten- und Leistungsrechnung | K25 B 509-1
- Finanzwirtschaft | K25 B 510-1
- Bilanzierung | K25 B 511-1
- Controlling | K25 B 512-1
- Betriebliche Steuerpraxis | K25 B 513-1
- Personalwirtschaft | K25 B 514-1



Di 04.11.2025 | ca. 22 Termine | 18.30 – 20.30 Uhr  
Kosten: 380,00 € zzgl. 130 € Prüfungsgebühr | online

## IT- und EDV-Kurse

### Up to date – EDV-Einstieg

Computergrundlagen für Computerneulinge

auf Anfrage, 2 Termine, 18 – 21 Uhr | K25 B 600-2  
Kosten: 64,00 € | Leitung: Elisabeth Zehetbauer  
Ort: Lederergasse 2, EG

### Word Grundkurs

Der professionelle Einstieg in die Textverarbeitung

auf Anfrage, 4 Termine, 18 – 21 Uhr | K25 B 601-2  
Kosten: 128,00 € | Leitung: Elisabeth Zehetbauer  
Ort: Lederergasse 2, EG

### Word

Aufbaukurs

auf Anfrage, 4 Termine, 18 – 21 Uhr | K25 B 602-1  
Kosten: 128,00 € | Leitung: Elisabeth Zehetbauer  
Ort: Lederergasse 2, EG

### Excel Grundkurs

Grundlagen der Tabellenkalkulation

auf Anfrage, 4 Termine, 18 – 21 Uhr | K25 B 603-2  
Kosten: 128,00 € | Leitung: Elisabeth Zehetbauer  
Ort: Lederergasse 2, EG

### Excel

Aufbaukurs

auf Anfrage, 4 Termine, 18 – 21 Uhr | K25 B 604-1  
Kosten: 128,00 € | Leitung: Elisabeth Zehetbauer  
Ort: Lederergasse 2, EG

### InDesign

Grundkurs

auf Anfrage, 1 Termin, Sa 9 – 17 Uhr | K25 B 605-1  
Kosten: 369,00 € | Leitung: Martin Veicht  
Ort: Lederergasse 2, EG

### InDesign

Aufbaukurs

auf Anfrage, 1 Termin, Sa 9 – 17 Uhr | K25 B 606-1  
Kosten: 369,00 € | Leitung: Martin Veicht  
Ort: Lederergasse 2, EG



# ZUKUNFT GESTALTEN BEI DEN STADTWERKEN

## UNSERE BENEFITS:

- Flexible Arbeitszeiten (Gleitzeitmodell)
- „Weihnachtsgeld“
- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Altersvorsorge
- Teamevents
- Mitarbeitertarife u.v.m.

*wehr Infos*



STADTWERKE KELHEIM GMBH & CO KG

Hallstattstraße 15 | 93309 Kelheim  
Telefon 09441 5032-0

stadtwerke-kelheim.de  


Stadtwerke  
Kelheim 

**Photoshop**  
Grundkurs

auf Anfrage, 1 Termin, Sa 9 – 17 Uhr | K25 B 607-1  
Kosten: 369,00 € | Leitung: Martin Veicht  
Ort: Lederergasse 2, EG

**Experten im Dschungel der Weiterbildung**

**Weiterbildungsinitiatoren**  
als digitale Bildungsberater

individuelle Terminvereinbarung | trägerneutral | unverbindlich  
Kosten: kostenfrei | Leitung: Astrid Brikmann

- Überblick zu den Weiterbildungsmöglichkeiten
- Weiterbildungskonzepte
- Qualifizierungen
- Individuelle Schulungen für Unternehmen
- Unterstützung für Jobrückkehrer und Jobrückkehrerinnen
- Orientierungs- und Entscheidungshilfen
- starke Netzwerkpartner

**Weiterbildung  
initiiieren**  
OBERBAYERN

Dieses  
Projekt wird aus  
Mitteln des Bayerischen  
Staatsministeriums für  
Familie, Arbeit und  
Soziales gefördert.

Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales 

Beratung  
auch online  
möglich!

Ihre persönliche  
Ansprechpartnerin  
vor Ort:

Astrid Brikmann  
Tel. 09441 175098-20

**GRUNDBILDUNG**

**Schritt für Schritt zum Erfolg**

**Lernexperten**

**Lernexperten**

Professionelle Nachhilfe

Einzelunterricht, 6 Termine, jeweils 90 Minuten, individuelle  
Terminvereinbarung | K25 Z 301-0

Kosten: 299,00 € | Leitung: Dozententeam der vhs

Gruppenunterricht (2 – 3 Schüler), 10 Termine, jeweils 90  
Minuten, individuelle Terminvereinbarung | K25 Z 301-0

Kosten: 259,00 € | Leitung: Dozententeam der vhs



Stefanie Gruber  
Tel. 09441 175098-22

**Alphabetisierung**

**Alpha Asyl**

Kurse zur Alphabetisierung für Asylsuchende

auf Anfrage, ca. 17 Wochen, Mo – Do  
13.30 – 16.45 Uhr | K25 Z 201-2

Bayerisches Staatsministerium für  
Unterricht und Kultus 



**RECYCLINGHELD**  
**GESUCHT!**  
**WIR SUCHEN KOLLEGEN**  
**M/W/D**

**JETZT BEWERBEN!**  
bewerbung@poeppe.de

**PÖPPEL**  
Entsorgung und mehr!

Pöppel Abfallwirtschaft und Städtereinigung GmbH  
Am Kastlacker 6, 93309 Kelheim  
Tel.: 09441 / 50 56-0  
Alle Stellenanzeigen unter [www.poeppe.de](http://www.poeppe.de)

# SPRACHEN

## Der Schlüssel zur Welt

### Deutsch

#### Integrationskurse

Sprach- und Orientierungskurs

- allgemeine Integrationskurse
- Zweitschriftlernerkurse
- Alphabetisierungskurse
- Einstufungstest
- Deutsch-Test für Zuwanderer
- Leben in Deutschland



**g.a.s.t.**

Regelmäßig werden neue Integrationskurse gestartet  
Weitere Informationen dazu erhalten Sie in unserer vhs!

#### Berufssprachkurs

Basismodul B2

Januar 2026, Mo - Do , 17.30 – 20.45 Uhr, 500 UE  
Zugangsvoraussetzung: Berechtigungsschein,  
Sprachkenntnisse auf Niveau B1



### Deutschlehrgänge

#### Deutschlehrgang für ausländische Mitbürger/innen Niveau A 1.1

auf Anfrage, 20 Termine, 1x pro Woche, 18 – 20.15 Uhr  
K25 S 400-5  
Kosten: 270,00 € | Ort: Lederergasse 2, EG

Laufender  
Einstieg ist  
möglich!

#### Deutschlehrgang für ausländische Mitbürger/innen Niveau A 2.1

Mo 22.09.2025, 20 Termine, montags, 18 – 20.15 Uhr  
K25 S 400-3  
Kosten: 270,00 € | Leitung: Irina Meinig  
Ort: Lederergasse 2, EG

#### Prüfungstraining B1

telc Deutsch und DTZ

Mo 22.09.2025, 20 Termine, montags, 18 – 20.15 Uhr  
K25 S 204-3  
Kosten: 270,00 € | Leitung: Ardita Sahiti  
Ort: Lederergasse 2, EG

#### Prüfungstraining Deutsch B2

Fr 10.10.2025, 15 Termine, freitags, 18 – 20.15 Uhr  
K25 S 204-4  
Kosten: 255,00 € | Leitung: Albina Krumpel  
Ort: Lederergasse 2, EG

### Deutschprüfungen

#### telc Deutsch Niveau A2-B1

Fr 28.11.2025 (Anmeldeschluss: 31.10.2025)  
ganztäglich | K25 S 201-3

Fr 06.03.2026 (Anmeldeschluss: 09.02.2026)  
ganztäglich | K26 S 201-1

**keine** online Anmeldung möglich | **KEIN** Deutshtest für  
Zuwanderer (DTZ)

Kosten: 180,00 €  
150,00 € ermäßigt für unsere  
Deutschkursteilnehmenden  
Ort: Lederergasse 2, EG



#### Zertifikat Deutsch B1

telc

Sa 15.11.2025 (Anmeldeschluss: 17.10.2025)  
ganztäglich | K25 S 200-3

Sa 28.02.2026 (Anmeldeschluss: 03.02.2026)  
ganztäglich | K26 S 200-1

**keine** online Anmeldung möglich | **KEIN** Deutshtest für  
Zuwanderer (DTZ)

Kosten: 180,00 €  
150,00 € ermäßigt für unsere  
Deutschkursteilnehmenden  
Ort: Lederergasse 2, EG



#### Deutsch B2

telc

Sa 15.11.2025 (Anmeldeschluss: 17.10.2025)  
ganztäglich | K25 S 202-3

Sa 28.02.2026 (Anmeldeschluss: 03.02.2026)  
ganztäglich | K26 S 202-1

**keine** online Anmeldung möglich

Kosten: 195,00 €  
165,00 € ermäßigt für unsere  
Deutschkursteilnehmenden  
Ort: Lederergasse 2, EG

### Einbürgerungstest

#### Einbürgerungstest

Fr 17.10.2025 (Anmeldeschluss: 19.09.2025) | K25 S 203-4  
Fr 16.01.2026 (Anmeldeschluss: 19.12.2025) | K26 S 203-1  
Fr 17.04.2026 (Anmeldeschluss: 20.03.2026) | K26 S 203-2  
Fr 17.07.2026 (Anmeldeschluss: 19.06.2026) | K26 S 203-3

14 – 15 Uhr (max. 60 Minuten) | **keine** online Anmeldung  
möglich

Kosten: 25,00 € | Ort: Lederergasse 2, EG

## Alphabetisierung

### Alpha Asyl

Kurse zur Alphabetisierung für Asylsuchende

auf Anfrage, weitere Informationen auf S. 5

## Englisch

### Refresh your English

Business English



auf Anfrage, 10 Termine, mittwochs, 18 – 20.15 Uhr

K25 S 500-2

Kosten: 219,00 € | Leitung: Emine Tekcan

Ort: Lederergasse 2, EG

### B1 Business Preliminary

Cambridge English Qualification (BEC)

auf Anfrage, 20 Termine, 18 – 20.15 Uhr | K25 S 501-1

Kosten: 469,00 € | Ort: Lederergasse 2, EG

### Englisch für Wiedereinsteiger

immer donnerstags



Do 18.09.2025, 9 Termine, 16.15 – 17.15 Uhr | K25 S 600-3

Januar 2026, 9 Termine, 16.15 – 17.15 Uhr | K26 S 600-1

Vorkenntnisse: Englisch Mittlere Reife

Kosten: 70,00 € | Leitung: Susanne Noy

Ort: Lederergasse 2, 2. OG



## Italienisch

### „Corso d'italiano avanzato“

Italienisch am Mittwoch - Niveau B2

Mi 17.09.2025, 10 Termine, mittwochs, 18 – 19.30 Uhr

K25 S 603-3

Januar 2026, 10 Termine, mittwochs, 18 – 19.30 Uhr

K26 S 603-1

Vorkenntnisse: fortgeschrittene/mehrjährige Erfahrungen

Kosten: 90,00 € (Kleingruppe) | Leitung: Helmut Fruth

Ort: Lederergasse 2, 2. OG



### Italienisch für Fortgeschrittene

Niveau B1 – montags

Mo 15.09.2025, 10 Termine, 18 – 19 Uhr | K25 S 604-6

Mo 15.09.2025, 10 Termine, 10 – 11 Uhr | K25 S 604-5

Januar 2026, 10 Termine, 18 – 19 Uhr | K26 S 604-2

Januar 2026, 10 Termine, 10 – 11 Uhr | K26 S 604-1

Vorkenntnisse: fortgeschrittene/mehrjährige Erfahrungen

Kosten: 85,00 € (Kleingruppe) | Leitung: Helmut Fruth

Ort: Lederergasse 2, 2. OG



### Italienisch für Fortgeschrittene

Intensiv – dienstags

Di 23.09.2025, 10 Termine, 17.30 – 19 Uhr | K25 S 606-3

Januar 2026, 10 Termine, 17.30 – 19 Uhr | K26 S 606-1

Vorkenntnisse: fortgeschrittene/mehrjährige Erfahrungen

Kosten: 90,00 € | Leitung: Hubert Anetsberger

Ort: Postgebäude

### Italienisch für Anfänger

Sa 27.09.2025, 8 Termine, samstags, 10 – 11 Uhr

K25 S 607-3

Vorkenntnisse notwendig

Kosten: 56,00 € | Leitung: Erni Christl

Ort: Lederergasse 2, 2. OG

## NEUER FREUND DES HAUSES:

Sessel CLEMENS:  
€ 2.199,-

Gratis  
Lieferung und  
Aufbau.\*



Finde jetzt dein perfektes  
Zuhause bei Freunden.

\*Lieferung und Montage gratis ab einem Auftragswert  
von 1000 Euro und nur im Umkreis von 50 Kilometern.

[www.brandl-kelheim.de](http://www.brandl-kelheim.de)



### Italienisch für Fortgeschrittene

Niveau A2

Mo 29.09.2025, 10 Termine, montags, 18.30 – 19.30 Uhr  
K25 S 605-3

Januar 2026, 10 Termine, montags, 18.30 – 19.30 Uhr  
K26 S 605-1

Vorkenntnisse: fortgeschrittene Grundkenntnisse  
Kosten: 70,00 € | Leitung: Judith Karg-Küspert  
Ort: Postgebäude



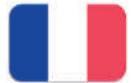
### Französisch für Fortgeschrittene

Niveau B1

Di 30.09.2025, 10 Termine, dienstags, 17.45 – 18.45 Uhr  
K25 S 610-3

Januar 2026, 10 Termine, dienstags, 17.45 – 18.45 Uhr  
K26 S 610-1

Vorkenntnisse: mehrere Jahre Schulfranzösisch  
Kosten: 70,00 € | Leitung: Judith Karg-Küspert  
Ort: Lederergasse 2, 2. OG



## Französisch

### Französisch für fortgeschrittene Anfänger

Niveau A2

Mo 15.09.2025, 10 Termine, montags, 16 – 17 Uhr  
K25 S 609-3

Januar 2026, 10 Termine, montags, 16 – 17 Uhr  
K26 S 609-1

Vorkenntnisse: Grundkenntnisse auf dem Niveau A1  
Kosten: 85,00 € | Leitung: Susanne Noy  
Ort: Lederergasse 2, 2. OG



### Conversation facile

online - Niveau A1 / A2

Mo 29.09.2025, 6 Termine, vierzehntägig, 8.30 – 9.30 Uhr  
K25 S 611-3

Januar 2026, 6 Termine, vierzehntägig, 8.30 – 9.30 Uhr  
K26 S 611-1

Vorkenntnisse: Grundkenntnisse  
Kosten: 70,00 € | Leitung: Judith Karg-Küspert  
Ort: online über Zoom

### Französisch für Fortgeschrittene

Niveau A2 | am Vormittag

Mi 01.10.2025, 10 Termine, mittwochs, 10 – 11 Uhr  
K25 S 613-3

Januar 2026, 10 Termine, mittwochs, 10 – 11 Uhr  
K26 S 613-1

Vorkenntnisse: mehrere Jahre Schulfranzösisch  
Kosten: 70,00 € | Leitung: Judith Karg-Küspert  
Ort: Postgebäude



### Französisch Refresher online

Niveau A2

Do 06.11.2025, 4 Termine, vierzehntägig, 17.30 – 18.30 Uhr  
K25 S 612-3

Vorkenntnisse: mehrere Jahre Schulfranzösisch  
Kosten: 50,00 € | Leitung: Judith Karg-Küspert  
Ort: online über Zoom

## Spanisch

### Spanisch für Anfänger

Niveau A1

Mi 24.09.2025, 10 Termine, mittwochs, 18 – 19 Uhr | K25 S 614-1

Kosten: 85,00 € | Leitung: Johann Jose Heyder  
Ort: Lederergasse 2, 2. OG

NEU



### Spanisch für Fortgeschrittene

Niveau B1 - B2

Mi 24.09.2025, 10 Termine, mittwochs, 18 – 19.30 Uhr  
K25 S 602-4

Vorkenntnisse: fortgeschrittene Erfahrungen - A 2  
Kosten: 120,00 € | Leitung: Marcos Lopez Morales  
Ort: Lederergasse 2, 2. OG

Unsere  
ausführlichen  
Kursbeschreibungen:  
[www.vhs-  
weiterbildungsakademie.de](http://www.vhs-weiterbildungsakademie.de)

# GESUNDHEIT

## Fit und gesund bleiben

### Gesundheit und Ernährung

#### Ausbildung zum/r Ernährungsberater/in

Modulare Ausbildung

Präsenzunterricht, 6 Monate, ein Wochenende im Monat  
10 – 16 Uhr | K25 G 102-1  
Kosten: 230,00 € pro Monat zzgl. 150,00 € Anmeldegebühr\*  
Leitung: Campus Heilpraktikerschulen  
Ort: Agnesstr. 24 - 93049 Regensburg

Onlinekurs, Einstieg jederzeit möglich  
K25 G 102-1 | Kosten: 130,00 € pro Lektion (12 Lektionen)  
Leitung: Campus Heilpraktikerschulen | Ort: online

\* Bei  
Anmeldung  
über uns sparen  
Sie 150 € bei der  
Anmeldegebühr

#### Ausbildung zum/r Heilpraktiker/in

bei den Heilpraktikerschulen

Präsenzunterricht, 24 Monate | K25 G 103-1  
Kosten: 230,00 € pro Monat zzgl.  
300,00 € Anmeldegebühr\*  
Leitung: Campus Heilpraktikerschulen  
Ort: Agnesstr. 24 - 93049 Regensburg

Onlinekurs, Einstieg jederzeit möglich, 12 oder 24 Monate  
K25 G 103-1 | Kosten: 130,00 € oder 260,00 € pro Monat  
Leitung: Campus Heilpraktikerschulen | Ort: online

#### Burn out - Ich doch nicht!

#### Das schaff ich schon alles - irgendwie | Vortrag

Do 18.09.2025, 1 Termin, 18.30 – 20 Uhr  
K25 G 231-1  
Kosten: 20,00 € | Leitung: Carolin Ploner  
Ort: Lederergasse 2, EG

NEU

#### Stressärmer leben – ein Traum oder ist dies möglich? | Vortrag

Mo 29.09.2025, 1 Termin, 18.30 – 20 Uhr | K25 G 231-2  
Kosten: 20,00 € | Leitung: Carolin Ploner  
Ort: Lederergasse 2, EG

NEU

#### Ganzheitliche Gesundheit - Stoffwechsel, Körperkomposition und unser Traumkörper | Vortrag

Sa 15.11.2025, 1 Termin, 9.30 – 11 Uhr | K25 G 232-1  
Kosten: 18,00 € | Leitung: Tobias Wocheslander  
Ort: Lederergasse 2, EG

#### Abnehmen mit System

Die wichtigsten Grundlagen | Vortrag  
Sa 10.01.2026, 1 Termin, 9.30 – 11 Uhr | K26 G 232-1  
Kosten: 18,00 € | Leitung: Tobias Wocheslander  
Ort: Lederergasse 2, EG

NEU

#### Strategien und Tools für einen nachhaltigen Traumkörper - Von Diätplanung bis Supplements | Vortrag

Sa 28.02.2026, 1 Termin, 9.30 – 11 Uhr | K26 G 232-2  
Kosten: 18,00 € | Leitung: Tobias Wocheslander  
Ort: Lederergasse 2, EG

#### Autogenes Training

Fr 26.09.2025, 8 Termine, 18.30 – 20 Uhr | K24 G 212-2  
Kosten: 120,00 €, Kostenübernahme durch Krankenkasse  
möglich | Leitung: Carolin Ploner | Ort: Riedenburger Str. 11

#### Stressprophylaxe durch Ansätze aus dem Multimodalen Stressmanagement | Kompaktkurs

Sa 18.10.2025, 2 Termine, 9 – 14 Uhr | K24 G 230-1  
Kosten: 150,00 €, Kostenübernahme durch Krankenkasse  
möglich | Leitung: Carolin Ploner | Ort: Riedenburger Str. 11



## Gib Rückenschmerzen keine Chance.

Der Aeris Swopper ist ideal für langes und konzentriertes Sitzen im Büro oder im Home-Office. Durch seine Bewegung in alle drei Dimensionen (nach vorne, vertikal sowie zur Seite) stärkt er den Rücken, fördert eine aufrechte Sitzhaltung, steigert die Konzentration und man fühlt sich rundum fitter und zufriedener.



Einrichtungshaus  
Küchenstudio  
**gassner** GmbH  
www.moebelgassner.de · info@moebelgassner.de

93309 Kelheim · Riedenburger Str. 14 · Tel. (09441) 5044-0 · Fax: 5044-45  
Montag geschlossen · Dienstag – Freitag 9.00 – 18.00 Uhr · Samstag 9.00 – 14.00 Uhr

## Sport & Bewegung

### Einsteigerkurs Nordic Skating auf Cross Skates

So 12.10.2025, 1 Termin, 10 – 12 Uhr | K25 G 233-1  
Kosten: 80,00 € | Leitung: Armin Mirlach  
Ort: Parkplatz – Landratsamt Kelheim

### Fit for fun light

Gymnastik ab 65 Jahre | montags

Mo 29.09.2025, 10 Termine, 8.45 – 9.45 Uhr | K25 G 206-3  
Kosten: 60,00 € | Leitung: Elke Bittner  
Ort: Riedenburger Str. 11

### Fit für alle

Ganzkörpergymnastik | mittwochs

Mi 01.10.2025, 10 Termine, 10.15 – 11.15 Uhr | K25 G 201-3  
Kosten: 60,00 €  
Leitung: Elke Bittner | Ort: Riedenburger Str. 11

### Fit for fun für Frauen

50 bis 70 Jahre

Mi 01.10.2025, 10 Termine, 17 – 18 Uhr | K25 G 204-2  
Kosten: 60,00 € | Leitung: Elke Bittner  
Ort: Tanzschule Hoffmann, Brunngrasse 6

### Fit for fun mix

50 bis 70 Jahre | für Männer und Frauen

Mi 01.10.2025, 10 Termine, 18.20 – 19.20 Uhr | K25 G 205-2  
Kosten: 60,00 € | Leitung: Elke Bittner  
Ort: Tanzschule Hoffmann, Brunngrasse 6

### Fit am Stuhl + Diabetiker-Rehasport

Stuhlgymnastik

Mo 08.09.2025, 10 Termine, 10 – 11 Uhr | K25 G 203-3  
Mi 10.09.2025, 10 Termine, 8.45 – 9.45 Uhr | K25 G 202-3

Kosten: 6,00 € für 60 Minuten - kostenlos mit Rezept  
Leitung: Elke Bittner | Ort: Riedenburger Str. 11

Laufender  
Einstieg ist  
möglich!!!

### Hatha-Yoga

Mo 22.09.2025, 10 Termine, 18 – 19.30 Uhr | K25 G 209-3  
Januar 2026, 10 Termine, 18 – 19.30 Uhr | K26 G 209-1

Kosten: 70,00 € | Leitung: Christine Kramel  
Ort: Riedenburger Str. 11

### Einführung in die Meditation

Mo 20.10.2025, 6 Termine, 19.45 – 21.15 Uhr | K25 G 225-1  
Kosten: 54,00 €  
Leitung: Oliver Geier | Ort: Riedenburger Str. 11

NEU



**AOK** 

# Aktiv für die eigene Gesundheit

Stärken Sie Ihre Gesundheit – wir unterstützen Sie dabei. Ihr Engagement für Ihre Gesundheit fördern wir zweimal pro Jahr.

Mehr erfahren auf [aok.de/bayern/kurse](https://aok.de/bayern/kurse)

Jetzt QR-Code scannen und passenden Kurs finden.

AOK Bayern. Die Gesundheitskasse.

### Aktiv gegen Schmerzen im Bewegungsapparat

Rücken-/Schulterbereich und Hüfte - am Abend

Di 16.09.2025, 10 Termine, 17 – 18 Uhr | K25 G 207-5  
 Di 16.09.2025, 10 Termine, 18.15 – 19.15 Uhr | K25 G 207-6

Kosten: 55,00 €\* | Leitung: Gisela Donauer  
 Ort: Riedenburger Str. 11

\*Die Kurse werden teilweise von den Krankenkassen bezuschusst.

### Aktiv gegen Schmerzen im Bewegungsapparat

Rücken-/Schulterbereich und Hüfte - am Vormittag

Mi 17.09.2025, 10 Termine, 8.45 – 9.45 Uhr | K25 G 208-7  
 Mi 17.09.2025, 10 Termine, 10 – 11 Uhr | K25 G 208-8  
 Mi 17.09.2025, 10 Termine, 11.15 – 12.15 Uhr | K25 G 208-9

Kosten: 55,00 €\* | Leitung: Gisela Donauer  
 Ort: Tanzschule Hoffmann, Brunngrasse 6

### Qi Gong

für Anfänger und Fortgeschrittene

Fr 26.09.2025, 10 Termine, 10.15 – 11.15 Uhr | K25 G 226-1  
 Kosten: 80,00 € | Leitung: Eva Grünfelder  
 Ort: Riedenburger Str. 11

NEU

### Qi Gong Workshop: "Das Spiel der fünf Tiere"

Fr 03.10.2025, 1 Termin, 16 – 19 Uhr | K25 G 228-1  
 Kosten: 25,00 € | Leitung: Eva Grünfelder  
 Ort: Riedenburger Str. 11

NEU

### Tai-Chi und Qi Gong

für Fortgeschrittene

Mo 22.09.2025, 10 Termine, 18.30 – 19.45 Uhr | K25 G 217-3  
 Kosten: 80,00 € | Leitung: Thomas Heppner  
 Ort: Begegnungszentrum Kelheim

### Medizinisches Qi Gong

für Fortgeschrittene

Fr 26.09.2025, 10 Termine, 16 – 17 Uhr | K25 G 213-3  
 Kosten: 70,00 € | Leitung: Gerd Duffe  
 Ort: Riedenburger Str. 11

### Pilates meets HIIT

Pilates vereint mit High Intensity Interval Training (HIIT)

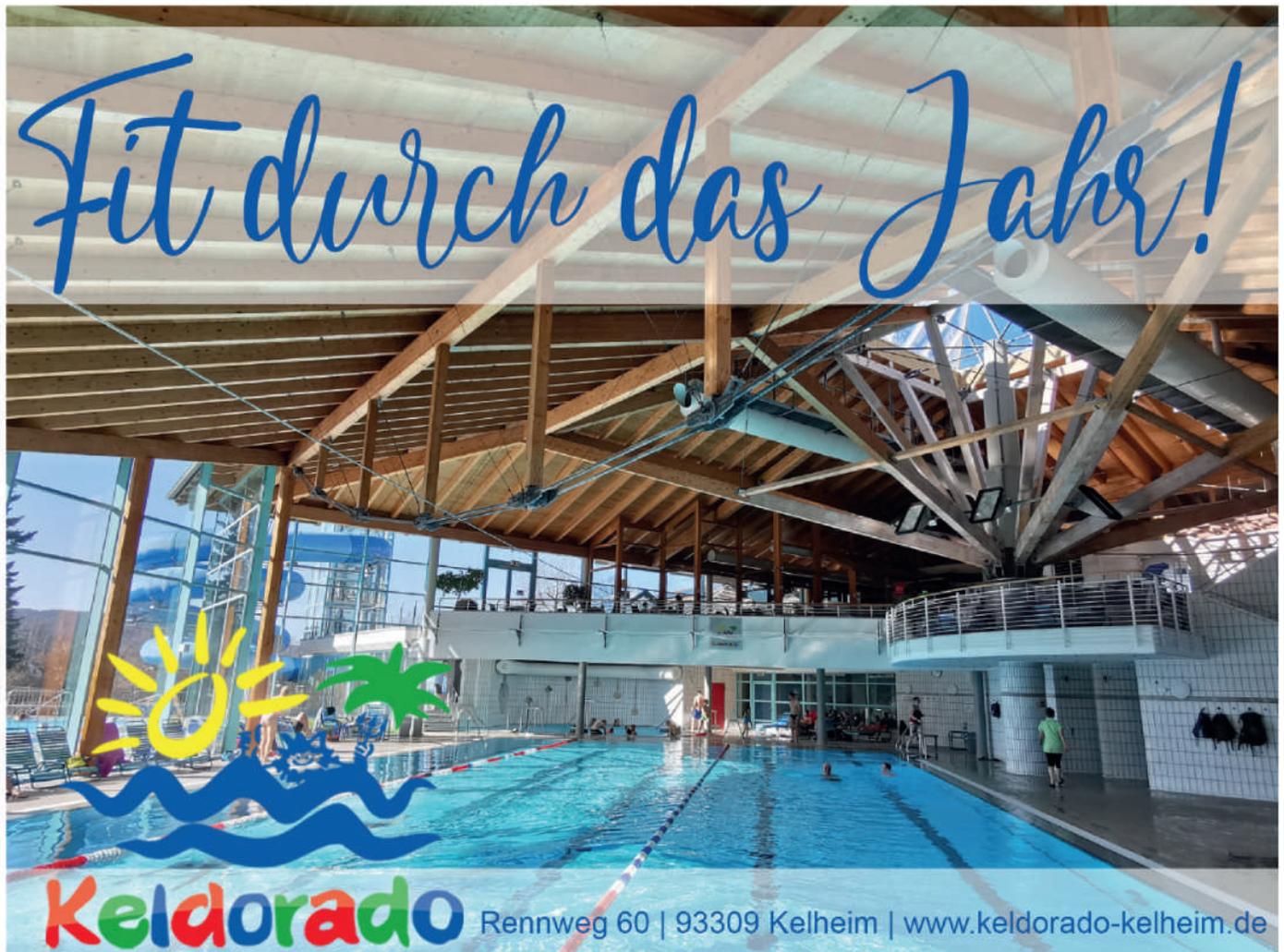
Mi 24.09.2025, 10 Termine, 16.45 – 17.45 Uhr  
 K25 G 227-1  
 Kosten: 80,00 € | Leitung: Ramona Gratzke  
 Ort: Riedenburger Str. 11

NEU

### Pilates-Mix

Mi 17.09.2025, 10 Termine, 18.10 – 19.10 Uhr | K25 G 214-3  
 Mi 17.09.2025, 10 Termine, 19.15 – 20.15 Uhr | K25 G 214-4

Kosten: 75,00 € (mind. 6 TN)  
 Leitung: Maxi Magnus | Ort: Riedenburger Str. 11



### Pilates

ganzheitliches Trainingsprogramm

Do 02.10.2025, 10 Termine, 18 – 19 Uhr | K25 G 234-1

Kosten: 75,00 €

Do 29.01.2026, 8 Termine, 19.15 – 20.15 Uhr | K26 G 234-1

Kosten: 60,00 €

Leitung: Eva-Maria Arnold | Ort: Riedenburger Str. 11

### Freude an Bewegung

Wirbelsäulen-Gymnastik

Fr 12.09.2025, 10 Termine, 9 – 10 Uhr | K25 G 215-3

Januar 2026, 10 Termine, 9 – 10 Uhr | K26 G 215-1

Kosten: 60,00 € | Leitung: Margret Weber-Brunner

Ort: Riedenburger Str. 11

### Rheuma Liga

Trockengymnastik

Do 11.09.2025, 9 – 9.45 Uhr | K25 G 216-2

Kosten: mit Rezept kostenlos oder

als Selbstzahler auf Anfrage

Leitung: Margret Weber-Brunner | Ort: Riedenburger Str. 11

Einstieg  
jederzeit  
möglich!!!

Das aktuelle  
Programm 2025/2026  
finden Sie auch unter  
[www.vhs-weiterbildungsakademie.de](http://www.vhs-weiterbildungsakademie.de)



# POLITIK, GESELLSCHAFT UND UMWELT

## Zukunft gestalten

### Vorträge

#### Lebendiges Wasser

Grundbaustein für gesundes Älterwerden

auf Anfrage, 1 Termin, 18 – 20 Uhr | K25 V 100-1

Kosten: 20,00 € | Leitung: Birgit Kessel

#### Selbstliebe

eine wundervolle Reise zum eigenen ICH

auf Anfrage, 1 Termin, 18 – 20 Uhr | K25 V 101-2

Kosten: 20,00 € | Leitung: Birgit Kessel

### Angebote für Familien

#### Offener Babytreff

der KoKi Kelheim

jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat (nicht in den Schulferien),  
14.30 – 16 Uhr | K25 V 200-2

Kosten: kostenfrei, ohne Anmeldung

Leitung: Mitarbeiter Koordinierende Kinderschutzstelle,  
Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwester

Ort: Begegnungszentrum

#### Offener Babytreff für Alleinerziehende

der KoKi Kelheim

jeden 2. Donnerstag im Monat (nicht in den Schulferien),  
15.30 – 17 Uhr | K25 V 210-1

Kosten: kostenfrei, ohne Anmeldung

Leitung: Sabine Stark

Ort: Pfarrheim Kelheimwinzer, Kelheimwinzerstr. 286

#### Offener Babytreff Riedenburg

der KoKi Kelheim

jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat (nicht in den Schulferien),  
9 – 10.30 Uhr | K25 V 211-1

Kosten: kostenfrei, ohne Anmeldung

Leitung: Susanne Sbardella

Ort: Drei-Burgen-Halle Riedenburg, Schulstr. 4,  
2. Stock - Raum 2

**Natur**

**Wildkräuter & Waldmagie**  
entdecken, fühlen, genießen

**NEU**

Fr 26.09.2025, 1 Termin, 15.30 – 18 Uhr | K25 V 208-1  
Kosten: 20,00 € | Leitung: Claudia Schmid  
Ort: Ihrlersstein Sportplatz, Lindenstraße 38

**WaldAusZeit**  
Geh- und Klangmeditation

**NEU**

Fr 24.10.2025, 1 Termin, 15.30 – 18 Uhr | K25 V 208-2  
Kosten: 25,00 € | Leitung: Claudia Schmid  
Ort: Ihrlersstein Sportplatz, Lindenstraße 38

**Verbraucherschutz**

**Investieren für Einsteiger**

Mi 15.10.2025, 1 Termin, 19 – 21 Uhr | K25 V 209-1  
Kosten: kostenfrei | Leitung: Tom Jilg | Ort: online

Die  
Zugangsdaten  
erhalten Sie per  
E-Mail.

**Investieren für Fortgeschrittene**

Mi 10.12.2025, 1 Termin, 19 – 21 Uhr | K25 V 209-2  
Kosten: kostenfrei | Leitung: Tom Jilg | Ort: online

**Kryptowährungen: Bitcoin und Alternativen**

Mo 12.01.2026, 1 Termin, 18.30 – 21 Uhr | K26 V 209-1  
Kosten: kostenfrei | Leitung: Hartmut Nehme | Ort: online



**Der Immobilienkauf**

Was kann ich mir wirklich leisten?

Mo 26.01.2026, 1 Termin, 19 – 21.15 Uhr | K26 V 209-2  
Kosten: kostenfrei | Leitung: Winfried Brötling | Ort: online

**KULTUR UND  
GESTALTEN**

**Abwechslung im grauen Alltag**

**Kreativ**

**Leselust**

Mi 17.09.2025, 6 Termine, 14-tägig, 10 – 11.30 Uhr  
K25 K 300-3  
Kosten: 45,00 € | Leitung: Heike Less, Ulrike Schenke  
Ort: Lederergasse 2, 2.OG

**Kreatives Schreiben**

Der Wert der Worte

auf Anfrage, 2 Termine, 18 – 21 Uhr | K25 K 100-1  
Kosten: 69,00 € | Leitung: Franziska Niebauer  
Ort: Lederergasse 2, 2.OG

**Willkommen im Impro-Theater!**

Mit Mut, Witz und einer gehörigen Portion Leichtsinn

auf Anfrage, 2 Termine, 16 – 19 Uhr | K25 K 101-1  
Kosten: 69,00 € | Leitung: Franziska Niebauer  
Ort: Lederergasse 2, 2.OG

- Bücher**
- Landkarten**
- Reiseführer**
- Spiele**
- Kalender**
- Geschenke**
- Schule**
- Büro**
- Souvenirs**
- Taschen**
- Papeterie**
- Presse**
- Tabak**
- Lotto**
- Postfiliale**

**Wir unterstützen unsere VHS**



**Spiele-Schreiben-Schenken-Lesen**

Bauer - im Herzen der Altstadt - Donaustr.20 - Kelheim  
Tel. 09441-3423 info@bauer-kelheim.de <https://bauer-kelheim.de/>  
Mo-Fr. 9.00-18.00 Sa. 9.00-16.00 So.(März-Okt.) 13.00-17.00

## Malen und Zeichnen

### Naturgetreu malen und zeichnen

für Anfänger und Fortgeschrittene

Fr 26.09.2025, 5 Termine, 8.30 – 11.30 Uhr | K25 K 204-8

Fr 14.11.2025, 5 Termine, 8.30 – 11.30 Uhr | K25 K 204-9

Kosten: 95,00 € | Leitung: Lena Quail

Ort: Lederergasse 2, 2.OG

### Malen mit Aquarell- und Acrylfarben

für Anfänger und Fortgeschrittene

Do 02.10.2025, 4 Termine, 15 – 18 Uhr | K25 K 204-6

Kosten: 95,00 € | Leitung: Magdalena Spahr

Ort: Lederergasse 2, 2.OG

### Malen mit Aquarell- und Acrylfarben

für Fortgeschrittene

Do 06.11.2025, 4 Termine, 15 – 18 Uhr | K25 K 205-1

Vorkenntnisse: Erfahrung in der Aquarellmalerei

Kosten: 95,00 € | Leitung: Magdalena Spahr

Ort: Lederergasse 2, 2.OG

## Tanzen

### Hip Hop

für Anfänger | Jugendliche und Erwachsene

Di 30.09.2025, 8 Termine, 19.30 – 20.30 Uhr

K25 K 214-1

Kosten: 64,00 € | Leitung: Mia Donauer

Ort: Riedenburger Str. 11

NEU

## Fotografie, Film und Medienpraxis

### Einstieg in die digitale Fotografie

Grundlagen

auf Anfrage, 1 Termin, 8 – 17 Uhr | K25 K 211-1

Kosten: 50,00 € | Leitung: Manfred Härtl

Ort: Lederergasse 2, 2.OG

### Der Weg zum guten Bild

Grundlegende Regeln der Bildgestaltung

auf Anfrage, 2 Termine, 8 – 14 Uhr | K25 K 210-1

Kosten: 90,00 € | Leitung: Manfred Härtl

Ort: Lederergasse 2, 2.OG

### Adobe Lightroom Classic CC

Fotos professionell verwalten und bearbeiten

auf Anfrage, 2 Termine, 9 – 16 Uhr | K25 K 213-1

Kosten: 90,00 € | Leitung: Manfred Härtl

Ort: Lederergasse 2, 2.OG

Unsere  
ausführlichen  
Kursbeschreibungen:  
[www.vhs-  
weiterbildungsakademie.de](http://www.vhs-weiterbildungsakademie.de)

**POV: DU FÄHRST ZUM  
ERSTEN MAL ALLEIN  
UND ENTSCHEIDEST  
WELCHE MUSIK LÄUFT.**

**Time to glow up** – mit einem Führerschein  
bei Kandler in der Tasche.

 **09441 17 46 40**

[www.fahrschule-kandler.de](http://www.fahrschule-kandler.de)

  
**Kandler**  
FAHRSCHULE

 Bahnhofstraße 9  
93309 Kelheim

 [info@fahrschule-kandler.de](mailto:info@fahrschule-kandler.de)

 [fahrschule.kandler](https://www.instagram.com/fahrschule.kandler)  
 [ferienfahrschule.kandler](https://www.facebook.com/ferienfahrschule.kandler)

## Impressum

vhs-Weiterbildungsakademie Kelheim e.V.  
Lederergasse 2 | D-93309 Kelheim  
Telefon: +49 9441/17 50 98 - 0  
Fax: +49 9441/17 50 98 - 98  
info@vhs-weiterbildungsakademie.de  
www.vhs-weiterbildungsakademie.de

Eingetragen im Vereinsregister:  
Amtsgericht Regensburg  
Registernummer: 70283  
Steuernummer: 126/197/13417

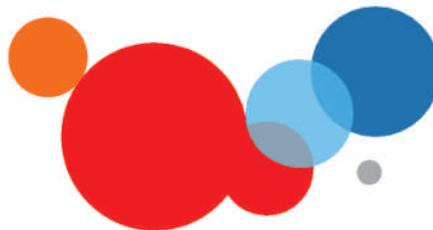
Vertretungsberechtigte:

1. Vorsitzende Petra Högl
  2. Vorsitzende Gertraud Schretzlmeier
  3. Vorsitzender Christian Prasch
- Geschäftsführung: Juan Guo-Prasch

## Datenschutzerklärung & AGB

Die ausführlichen Informationen finden Sie auf unserer Homepage:

[www.vhs-weiterbildungsakademie.de](http://www.vhs-weiterbildungsakademie.de)



## Haftungsausschluss für Änderungen

Alle in diesem Programmheft enthaltenen Informationen entsprechen dem Stand bei Drucklegung. Änderungen und Aktualisierungen sind vorbehaltlich möglich. Die aktuellen Informationen finden Sie auf unserer Homepage:

[www.vhs-weiterbildungsakademie.de](http://www.vhs-weiterbildungsakademie.de)

## Computer vom Spezialisten

*...oder kaufen Sie Ihr Auto im Supermarkt?*

**Maßgeschneiderte PCs, Laptops, Aufrüstungen zu fairen Preisen – Lassen sie sich beraten!**

**Roland Neumeier**

Telefon: 09441/175432

E-Mail: [nero24@planet3dnow.de](mailto:nero24@planet3dnow.de)



A photograph of four business professionals standing in a row against a plain white background. From left to right: a man in a dark blue suit and white shirt, a woman in a light blue blouse and dark blue trousers, a man in a grey suit and white shirt, and a woman in a white blouse and black trousers. They are all smiling and looking towards the camera. The text 'Weiterbilden kann sich jeder.' is overlaid in large white letters across the middle of the image.

**Weiterbilden kann  
sich jeder.**

**Nutzen Sie das  
umfangreiche Programm  
der vhs-Weiterbildungs-  
akademie in Kelheim.**

**Weil's um mehr als Geld geht.**



Kreissparkasse  
Kelheim