

#neugierigbleiben
#fürjedenkopfdasrichtige
#frühjahrsprogramm

**Entdecken Sie die
Kurse im FRÜHJAHR.**

JETZT ANMELDEN!

Alle Infos finden Sie unter

**WWW.VHS-ABENSBERG-
NEUSTADT.DE**



GESELLSCHAFT



Die Vielfalt des Lebens

Neues entdecken

Funkzeugnis für den Seebereich (SRC) Short range certificate

4 x ab Do. 06.03.2025, von 18.30 bis 21.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB120
Gebühr: 380,- € | Leitung: Bootsschule Regensburg HB e.K.
Ort: Abensberg

Infoabend – Kombikurs Sportbootführerschein See und Binnen
1 x am Mo. 07.04.2025, von 18.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB121
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Bootsschule Regensburg HB e.K.
Ort: Abensberg

Kombikurs Sportbootführerschein See und Binnen
4 x ab Mi. 23.04.2025, von 18.30 bis 21.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB122
Gebühr: 570,- € | Leitung: Bootsschule Regensburg HB e.K.
Ort: Abensberg

Land-Art für die ganze Familie – Natur erleben und kreativ gestalten

1 x am Sa. 24.05.2025, von 10.00 bis 13.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB125
Gebühr: 35,- € | Leitung: Zacharias-Wölkhammer Valentina
Ort: Abensberg

Schnupperkurs Segelflug

3 x ab Di. 20.05.2025, von 18.30 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB110
Gebühr: 39,- € | Leitung: Lehner Robert | Ort: Abensberg

Vorträge

Historische Quellen und Aktuelles zum Abensberger Jahrmart Gillamoos

1 x am Do. 15.05.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB139
Gebühr: 5,- € | Leitung: Piendl Franz | Ort: Abensberg

Erben und vererben

1 x am Di. 29.04.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB130
Gebühr: 7,- € | Leitung: Ries Axel | Ort: Abensberg

Pflichtteilsrecht spezial

1 x am Di. 25.03.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND106
Gebühr: 7,- € | Leitung: Ries Axel | Ort: Neustadt/Do.

Rechtliche Vorsorge

1 x am Di. 11.03.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND105
Gebühr: 7,- € | Leitung: Utz Christiane | Ort: Neustadt/Do.
1 x am Di. 13.05.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB135
Gebühr: 7,- € | Leitung: Utz Christiane | Ort: Abensberg

Natürlich nachhaltig

Ein ganzes Jahr voller Pilze – Frühling

1 x am Fr. 04.04.2025, von 19.00 bis 21.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND125
Gebühr: 12,- € | Leitung: Bittner Willibald | Ort: Neustadt/Do.

Faszination Pilze – die geheimnisvolle Welt der Schwammerl entdecken

1 x am Do. 27.03.2025, von 19.00 bis 21.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB149
Gebühr: 15,- € | Leitung: Bittner Willibald | Ort: Abensberg

Frühjahrsputz im Hausgarten

1 x am Sa. 22.03.2025, von 13.00 bis 15.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND124
Gebühr: 3,- € | Leitung: Petersik Klaus Thomas | Ort: Neustadt/Do.

Hausbesichtigung – entdecken Sie unser umweltbewusstes Hausprojekt

1 x am Sa. 05.04.2025, von 14.00 bis 15.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB150
Gebühr: 10,- € | Leitung: Flaxl Georg | Ort: Abensberg

Hühnerhaltung für Einsteiger

1 x am Di. 25.03.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB148
Gebühr: 10,- € | Leitung: Rohrhuber Franz | Ort: Abensberg

Kleidertauschkreis – für Frauen

1 x am Sa. 05.04.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB146
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Rischmüller Tanja | Ort: Abensberg

Naturkosmetik für die Haare herstellen

1 x am Mi. 02.04.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND126
Gebühr: 20,- € | Leitung: Handl Elisabeth | Ort: Neustadt/Do.

Nachhaltig digital konsumieren – warum eigentlich?!

1 x am Di. 29.04.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB151A
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz | Ort: online

Der Versuchung widerstehen – warum wir online noch mehr shoppen möchten

1 x am Di. 13.05.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB151B
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz | Ort: online

Streaming, Gaming und Co. – wie geht es ressourcenschonend?

1 x am Di. 27.05.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB151C
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz | Ort: online

Reparatur-Café Abensberg

1 x am So. 09.03.2025, von 14.00 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB140
1 x am So. 13.04.2025, von 14.00 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB141
1 x am So. 18.05.2025, von 14.00 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB142
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Bartos Evi | Ort: Abensberg

Literatur

Geschichten, die verbinden – Eine Reise durch die Welt der Märchen, Sagen, Legenden

1 x am Fr. 28.03.2025, von 18.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND108
Gebühr: 20,- € | Leitung: Weißlein Heidi | Ort: Neustadt/Do.

Ingrid Nolls literarisches Spiel – In Liebe Dein Karl

1 x am Mi. 14.05.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB175
Gebühr: 7,- € | Leitung: Süß Angelika | Ort: Abensberg

Mariana Leky – Kummer aller Art

1 x am Mi. 26.03.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB176
Gebühr: 7,- € | Leitung: Süß Angelika | Ort: Abensberg

Philosophie-Gesprächskreis

1 x am Mi. 19.03.2025, von 19.30 bis 21.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB180
Gebühr: 8,- € | Leitung: Macher Barbara | Ort: Abensberg

Philosophie-Gesprächskreis

1 x am Mi. 14.05.2025, von 19.30 bis 21.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB181
Gebühr: 8,- € | Leitung: Macher Barbara | Ort: Abensberg

Wos gibt's Neis? – Buchvorstellung / Lesung

1 x am Fr. 28.03.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB174
Gebühr: 5,- € | Leitung: Nagel Silke | Ort: Abensberg

Stark im Alltag

Ausdrucksvoll kommunizieren – Mimik, Gestik und Sprache im Einklang

1 x am Mi. 02.04.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB166
Gebühr: 13,- € | Leitung: Süß Angelika | Ort: Abensberg

Burnout – Ich doch nicht!

1 x am Do. 08.05.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB168
Gebühr: 25,- € | Leitung: Ploner Carolin | Ort: Abensberg

Ein stiller Tag zum Innehalten

1 x am Sa. 12.04.2025, von 09.30 bis 15.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB155
Gebühr: 10,- € | Leitung: Damjantschitsch, Magdalena M.A.
Ort: Abensberg

Gemeinsam gegen Cybermobbing

1 x am Do. 13.03.2025, von 20.30 bis 21.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND111
Gebühr: 14,- € | Leitung: Neumann Nio | Ort: Neustadt/Do.

Hausgemachter Stress muss nicht sein – Workshop für mehr Gelassenheit

1 x am Sa. 29.03.2025, von 14.00 bis 15.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB167
Gebühr: 20,- € | Leitung: Burwitz Claudia | Ort: Abensberg

Sternenkind-Elterntreff

1 x am Mi. 02.04.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB160
1 x am Mi. 14.05.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB161
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Stürzl-Rammelmaier Sonja
Ort: Abensberg

Stressärmer leben – ein Traum oder ist dies möglich?

1 x am Do. 22.05.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB169
Gebühr: 25,- € | Leitung: Ploner Carolin | Ort: Abensberg

Superhirn – Namen und Gesichter merken

1 x am Di. 11.03.2025, von 19.00 bis 21.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND110
Gebühr: 24,- € | Leitung: Lange Helmut | Ort: Neustadt/Do.

Frauenpower 4.0

1 x am Do. 15.05.2025, von 19.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND109
Gebühr: 18,- € | Leitung: Schuller Bianca | Ort: Neustadt/Do.

Lifestyle

Biertasting: Ist das Craft-Bier oder kann das weg?

1 x am Do. 17.04.2025, von 18.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND113
Gebühr: 49,- € | Leitung: Schemm Andreas | Ort: Neustadt/Do.

Biertasting: Eine Reise durch die Bierwelt

1 x am Sa. 03.05.2025, von 18.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND112
Gebühr: 49,- € | Leitung: Schemm Andreas | Ort: Neustadt/Do.

Cafétreff im Generationentreff Löwengrube

1 x am Di. 11.03.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND114E
1 x am Di. 25.03.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND114
1 x am Di. 08.04.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND114A
1 x am Di. 29.04.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND114B
1 x am Mi. 14.05.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND114C
1 x am Di. 27.05.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND114D
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Thümmler Sieglinde | Ort: Neustadt/Do.

Meine Farben

1 x am Mi. 21.05.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB190
Gebühr: 29,- € | Leitung: Oblinger Tanja | Ort: Abensberg

Aktiv im Alter

Abensberger Singkreis

7 x ab Di. 04.03.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB900A-G
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Richter Emilie | Ort: Abensberg

Gemeinsames Singen mit Senioren – „Sing mal wieder“

1 x am Fr. 07.03.2025, von 16.15 bis 17.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND103A
1 x am Fr. 04.04.2025, von 16.15 bis 17.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND103B
1 x am Fr. 02.05.2025, von 16.15 bis 17.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND103C
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Seitz Gerlinde | Ort: Neustadt/Do.

Generationentreff: zusammen digital

11 x ab Mo. 10.3.2025, von 16.00 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND127A-K
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Weber Monika | Ort: Neustadt/Do.

Mehrgenerationen-Treff

11 x ab Do. 06.3.2025, von 14.00 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB902A-K
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Seniorenbeirat | Ort: Abensberg

Spieltreff

6 x ab Mi. 12.03.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB901A-F
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Berdzentis Doris | Ort: Abensberg

BERUF



Erfolg auf ganzer Linie

Kompetenzentwicklung

Buchhaltungs-ABC für Kleinunternehmer

2 x ab Sa. 10.05.2025, von 09.00 bis 13.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND204
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Seip Carsten | Ort: Neustadt/Do.

Klar.Überzeugend.Stark: Der Eintages-Rhetorik-Marathon

1 x am Sa. 17.05.2025, von 09.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND201
Gebühr: 65,- € | Leitung: Oblinger Tanja | Ort: Neustadt/Do.

Konflikte lösen leicht gemacht

1 x am Mo. 07.04.2025, von 18.00 bis 20.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND202
Gebühr: 25,- € | Leitung: Hierl Stefanie | Ort: Neustadt/Do.

EDV

Excel – Grundkurs

6 x ab Do. 27.03.2025, von 18.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB240
Gebühr: 80,- € | Leitung: Listl Gerhard | Ort: Abensberg

Medienkompetenz

Digitaler Abend für alle!

1 x am Di. 18.03.2025, von 18.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND210
Gebühr: 19,- € | Leitung: Geretshäuser Markus | Ort: Neustadt/Do.

Digitaler Abend für Unternehmer

1 x am Di. 25.03.2025, von 18.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND211
Gebühr: 29,- € | Leitung: Geretshäuser Markus | Ort: Neustadt/Do.

Handy-Treff für Einsteiger

1 x am Di. 22.04.2025, von 18.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251TR204A
Gebühr: 25,- € | Leitung: Geretshäuser Markus | Ort: Train

Einführungsworkshop – Künstliche Intelligenz

2 x ab Di. 06.05.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND212
Gebühr: 49,- € | Leitung: Geretshäuser Markus | Ort: Neustadt/Do.

Internet sicher nutzen – Gefahrenquellen erkennen und vermeiden

2 x ab Di. 06.05.2025, von 18.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB230
Gebühr: 29,- € | Leitung: Betz Ulrich | Ort: Abensberg

KI im Alltag – Ihr digitaler Assistent für mehr Lebensqualität

1 x am Mi. 12.03.2025, von 18.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB220
Gebühr: 25,- € | Leitung: Lange Helmut | Ort: Abensberg

Social Media leicht gemacht: Workshop für Einsteiger!

2 x ab Di. 08.04.2025, von 18.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND209
Gebühr: 39,- € | Leitung: Geretshäuser Markus | Ort: Neustadt/Do.

Weiterbildung

Ergänzungskraft in der Mini-Kita und in bayerischen Kindertageseinrichtungen

Ab Fr. 09.05.2025 | Kurs-Nr. 251ND203 | Kooperation mit der BBW GmbH, Infos unter katharina.emmer@bbw.de

SPRACHEN



Mit der Welt im Gespräch

Sprachen

Offener Sprachtreff

1 x am Di. 18.03.2025, von 17.30 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB300
1 x am Di. 01.04.2025, von 17.30 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB301
1 x am Di. 29.04.2025, von 17.30 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB302
1 x am Di. 13.05.2025, von 17.30 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB303
1 x am Di. 27.05.2025, von 17.30 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB304
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Artinger Teresa | Ort: Abensberg

Deutsch

DaZ – Deutsch als Zweitsprache – Einzelunterricht

Termine nach Absprache | Kurs-Nr. 251AB310 |
Gebühr: 50,- € pro Termin | Leitung: Macher Barbara | Ort: Abensberg

Englisch

Englisch Anfänger A1

10 x ab Do. 03.04.2025, von 19.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND303A
Gebühr: 120,- € | Leitung: Vance Miriam | Ort: Neustadt/Do.

Englisch für Best Ager

8 x ab Mo. 28.04.2025, von 18.00 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND302A
Gebühr: 96,- € | Leitung: Moody Gabi | Ort: Neustadt/Do.

Englisch A1

10 x ab Do. 03.04.2025, von 18.00 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND304A
Gebühr: 120,- € | Leitung: Vance Miriam | Ort: Neustadt/Do.

Englisch A1

10 x ab Di. 29.04.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND305A
Gebühr: 120,- € | Leitung: Moody Gabi | Ort: Neustadt/Do.

Englisch A1/A2 Grammatik und Konversation

5 x ab Mo. 10.03.2025, von 17.45 bis 19.15 Uhr | Kurs-Nr. 251AB320
Gebühr: 59,- € | Leitung: Macher Barbara | Ort: Abensberg

Englisch Refresher Now A2

6 x ab Di. 25.03.2025, von 09.30 bis 11.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND306A
Gebühr: 72,- € | Leitung: Kryeziu-Paqarizi Shqipe | Ort: Neustadt/Do.

Englisch B1

8 x ab Mi. 26.03.2025, von 09.00 bis 10.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB330
Gebühr: 90,- € | Leitung: Kryeziu-Paqarizi Shqipe | Ort: Abensberg

Let's Enjoy English B1

8 x ab Mi. 02.04.2025, von 18.15 bis 19.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND307A
Gebühr: 96,- € | Leitung: Brunn Ulrike | Ort: Neustadt/Do.

Englisch B2

8 x ab Di. 25.03.2025, von 19.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND309A
Gebühr: 96,- € | Leitung: Kirzinger Margot | Ort: Neustadt/Do.

Englisch B2

8 x ab Do. 27.03.2025, von 17.00 bis 18.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND310A
Gebühr: 96,- € | Leitung: Kirzinger Margot | Ort: Neustadt/Do.

Englisch Konversation

4 x ab Mi. 12.03.2025, von 18.00 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND312A
Gebühr: 48,- € | Leitung: Allahyari Minoos | Ort: Neustadt/Do.

Spanisch

Spanisch A1

8 x ab Mi. 12.03.2025, von 18.00 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND319A
Gebühr: 96,- € | Leitung: Belmonte de Pernpeintner Linita del Valle
Ort: Neustadt/Do.

Spanisch A1 am Vormittag

10 x ab Mo. 28.04.2025, von 10.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND315A
Gebühr: 120,- € | Leitung: Voderemayer Fabiola | Ort: Neustadt/Do.

Spanisch Konversation

1 x am Di. 08.04.2025, von 18.00 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND314A
Gebühr: 12,- € | Leitung: Werner Pamela | Ort: Neustadt/Do.

Spanisch Konversation

1 x am Di. 13.05.2025, von 18.00 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND314B
Gebühr: 12,- € | Leitung: Werner Pamela | Ort: Neustadt/Do.

Italienisch

Italienisch A1

8 x ab Fr. 14.03.2025, von 18.00 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND320A
Gebühr: 96,- € | Leitung: Leonardi Tiziana | Ort: online

GESUNDHEIT



Aktiv durchs Jahr

Vorträge

Beckenboden und Haltung

1 x am Di. 29.04.2025, von 13.30 bis 14.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG405
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Beckenbauer Sabina | Ort: Bad Gögging

Fibromyalgie – Vortrag in Zusammenarbeit mit der Selbsthilfegruppe

1 x am Mi. 21.05.2025, von 18.00 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB410
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Miehlung Martina | Ort: Abensberg

Grundlagen der Ernährung für Fitness und Gesundheit

1 x am Fr. 16.05.2025, von 18.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND401
Gebühr: 15,- € | Leitung: Wocheslander Tobias | Ort: Neustadt/Do.

Natürliche Hormonregulierung zur Steigerung des Wohlbefindens

1 x am Mi. 07.05.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND403
Gebühr: 12,- € | Leitung: Reichl Petra | Ort: Neustadt/Do.

Schmerz- u. Bewegungstherapie nach L & B mit Schnupperstunde

1 x am Mi. 09.04.2025, von 18.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG416A
Gebühr: 10,- € | Leitung: Miehlung Martina | Ort: Bad Gögging

Wickel und Auflagen – natürliche Helfer für Erwachsene

1 x am Mo. 28.04.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB404
Gebühr: 15,- € | Leitung: Stöckl Doris | Ort: Abensberg

Exkursionen

Achtsamkeits-Spaziergang

1 x am Do. 03.04.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB400A
1 x am Do. 15.05.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB400B
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Pfaffeneder Melanie | Ort: Abensberg

Auszeit im Wald

1 x am Sa. 24.05.2025, von 10.00 bis 15.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB402
Gebühr: 45,- € | Leitung: Attenberger Eva | Ort: Abensberg

Kapellenwanderung und innere Einkehr

1 x am Mi. 09.04.2025, von 09.30 bis 12.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB400E
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Pfaffeneder Melanie | Ort: Abensberg

Kräuterexkursion rund um Bad Gögging

1 x am Mi. 16.04.2025, von 14.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG404A
1 x am Mi. 14.05.2025, von 14.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG404B
Gebühr: 3,- € | Leitung: Dörfler Franz | Ort: Bad Gögging

Kräuterwanderung – die Natur nutzbar machen

1 x am Sa. 26.04.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB401
Gebühr: 25,- € | Leitung: Allkofer Monika | Ort: Abensberg

Workshops

Erste-Hilfe-Kurs

1 x am Sa. 08.03.2025, von 08.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB405A
1 x am Sa. 19.04.2025, von 08.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB405B
1 x am Sa. 17.05.2025, von 08.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB405C
Gebühr: 50,- € | Leitung: Code Blue GbR | Ort: Abensberg

Erste Hilfe am Kind – Kindernotfalltraining

1 x am Mi. 19.03.2025, von 17.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND404
Gebühr: 44,- € | Leitung: Kleinhans Daniela | Ort: Neustadt/Do.

Fit & Gesund durchs Neue Jahr Modul 1: Ernährung und Bewegung

1 x am Mi. 05.03.2025, von 18.30 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND402A
Gebühr: 20,- € | Leitung: Hagl Petra | Ort: Neustadt/Do.

Fit & Gesund durchs Neue Jahr

Modul 2: Stressreduktion

1 x am Mi. 12.03.2025, von 18.30 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND402B
Gebühr: 20,- € | Leitung: Hagl Petra | Ort: Neustadt/Do.

Fit & Gesund durchs Neue Jahr

Modul 3: Entspannung & Schlaf

1 x am Mi. 19.03.2025, von 18.30 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND402C
Gebühr: 20,- € | Leitung: Hagl Petra | Ort: Neustadt/Do.

Fit & Gesund durchs Neue Jahr

Modul 4: Motiviert bleiben und Ziele erreichen

1 x am Mi. 26.03.2025, von 18.30 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND402D
Gebühr: 20,- € | Leitung: Hagl Petra | Ort: Neustadt/Do.

Freie Zeit für Ihre Augen – Augenspaziergang

1 x am Di. 04.03.2025, von 14.00 bis 15.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BG403A
Gebühr: 3,- € | Leitung: Dörfler Franziska | Ort: Bad Gögging

Freie Zeit für Ihre Augen – Augenspaziergang

1 x am Di. 01.04.2025, von 14.00 bis 15.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BG403B
Gebühr: 3,- € | Leitung: Dörfler Franziska | Ort: Bad Gögging

Freie Zeit für Ihre Augen – Augenspaziergang

1 x am Di. 06.05.2025, von 14.00 bis 15.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BG403C
Gebühr: 3,- € | Leitung: Dörfler Franziska | Ort: Bad Gögging

Neurozentriertes Rückentraining

1 x am Sa. 05.04.2025, von 09.30 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB411
Gebühr: 19,- € | Leitung: Eisenhofer Tamara | Ort: Abensberg

Salben- und Cremenkurs

1 x am Sa. 10.05.2025, von 14.00 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB407
Gebühr: 30,- € | Leitung: Allkofer Monika | Ort: Abensberg

Wechseljahre für Anfänger

1 x am Mo. 12.05.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB408
Gebühr: 25,- € | Leitung: Oblinger Tanja | Ort: Abensberg

Ernährung

Erntefrisch ins Glas – Gemüse haltbar machen – fermentieren

1 x am Do. 27.03.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB412
Gebühr: 39,- € | Leitung: Mauerauer Sylvia | Ort: Abensberg

Pflanzenpower – Beleuchtung der veganen/vegetarischen Ernährung

1 x am Do. 10.04.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB413
Gebühr: 19,- € | Leitung: Lang Sascha | Ort: Abensberg

Vegan kochen für die Familie – Infos mit Verkostung

1 x am Fr. 02.05.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB414
Gebühr: 14,- € | Leitung: Fronius Michaela | Ort: Abensberg

Kurse für Eltern

Babysprechstunde – jeden 1. und 3. Montag im Monat

1 x am Mo. 17.03.2025, von 09.00 bis 10.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND400A
1 x am Mo. 07.04.2025, von 09.00 bis 10.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND400B
1 x am Mo. 05.05.2025, von 09.00 bis 10.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND400C
1 x am Mo. 19.05.2025, von 09.00 bis 10.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND400D
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Koordinierende Kinderschutzzstelle (KoKi)
Ort: Neustadt/Do.

Offener Babytreff – jeden 2. und 4. Montag im Monat

1 x am Mo. 10.03.2025, von 10.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB417A
1 x am Mo. 24.03.2025, von 10.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB417B
1 x am Mo. 14.04.2025, von 10.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB417C
1 x am Mo. 28.04.2025, von 10.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB417D
1 x am Mo. 12.05.2025, von 10.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB417E
1 x am Mo. 26.05.2025, von 10.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB417F
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Koordinierende Kinderschutzzstelle (KoKi)
Ort: Abensberg

Babymassage-Kurs

3 x ab Mi. 12.03.2025, von 11.00 bis 12.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND408A
3 x ab Mi. 07.05.2025, von 11.00 bis 12.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND408B
Gebühr: 45,- € | Leitung: Listl Yvonne | Ort: Neustadt/Do.

FenKid 1 für Eltern mit Babys von 3 bis 9 Monaten

10 x ab Fr. 14.03.2025, von 09.00 bis 10.15 Uhr | Kurs-Nr. 251AB418A
Gebühr: 160,- € | Leitung: Beerschneider Julia | Ort: Abensberg

FenKid 2 für Eltern mit Kindern von 10 bis 20 Monaten

10 x ab Fr. 14.03.2025, von 10.30 bis 11.45 Uhr | Kurs-Nr. 251AB419A
Gebühr: 160,- € | Leitung: Beerschneider Julia | Ort: Abensberg

Gesunde Ernährung für Babys und Kleinkinder

1 x am Mo. 05.05.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB425
Gebühr: 19,- € | Leitung: Lang Sascha | Ort: Abensberg

Rückbildung & Beckenboden

8 x ab Mi. 26.03.2025, von 19.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB428
Gebühr: 95,- € | Leitung: Schröter Kathrin | Ort: Abensberg

Wickel und Auflagen – natürliche Helfer für Familien mit Kindern

1 x am Di. 01.04.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB427
Gebühr: 15,- € | Leitung: Stöckl Doris | Ort: Abensberg

Yoga mit Baby

4 x ab Di. 11.03.2025, von 10.15 bis 11.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND407A
Gebühr: 30,- € | Leitung: Thom Erika | Ort: Neustadt/Do.

Yoga mit Baby

4 x ab Di. 08.04.2025, von 10.15 bis 11.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND407AA
Gebühr: 30,- € | Leitung: Thom Erika | Ort: Neustadt/Do.

Yoga mit Baby

8 x ab Di. 27.05.2025, von 10.15 bis 11.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND407B
Gebühr: 60,- € | Leitung: Thom Erika | Ort: Neustadt/Do.

Zweisamkeit Babymassage – Harmonie durch Berührung

1 x am Sa. 05.04.2025, von 09.00 bis 13.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB424
Gebühr: 65,- € | Leitung: Schmid Dominika | Ort: Abensberg

Selbsthilfegruppen

Adipositas-Selbsthilfegruppe

1 x am Do. 13.03.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB431A
1 x am Do. 10.04.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB431B
1 x am Do. 08.05.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB431C
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Stasker Elke | Ort: Abensberg

Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe

1 x am Mi. 05.03.2025, von 15.00 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB430A
1 x am Mi. 02.04.2025, von 15.00 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB430B
1 x am Mi. 07.05.2025, von 15.00 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB430C
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Ecker Ursula | Ort: Abensberg



Werden Sie unser neuer Kursleiter!

Sie haben einen bestimmten Kurs gesucht und ihn nicht gefunden?

Sie haben einen tollen Kurs gesehen, aber nicht bei uns?

Sie können etwas, das andere nicht können?

Sie möchten Ihr Wissen gern teilen?

Wir sind immer auf der Suche nach neuen Ideen und neuen Kursleitern.

Sie fühlen sich angesprochen?
Dann kontaktieren Sie uns!

Entspannung/Körpererfahrung

Beckenbodenschule mit dem Tanzberger-Konzept®

10 x ab Mi. 30.04.2025, von 17.45 bis 18.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND409A
Gebühr: 100,- € | Leitung: Grundler Eileen | Ort: Neustadt/Do.

EFT-Klopfen bei Allergien und Unverträglichkeiten – was steckt dahinter?

6 x ab Do. 20.03.2025, von 18.30 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB433
6 x ab Do. 22.05.2025, von 18.30 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB434
Gebühr: 75,- € | Leitung: Müller Rebecca | Ort: Abensberg

Entspannen und Kraft tanken mit Klang und Stille in der Salzgrotte

1 x am Di. 04.03.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BG428A
1 x am Di. 08.04.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BG428B
Gebühr: 30,- € | Leitung: Wimmer Martina | Ort: Bad Gögging

Massage mit der Faszienrolle

8 x ab Di. 25.03.2025, von 18.30 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB447
Gebühr: 35,- € | Leitung: Singer Angelika | Ort: Abensberg

Bewegung

Bewegung im Alter am Vormittag

6 x ab Mo. 28.04.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND425A
6 x ab Mo. 28.04.2025, von 10.15 bis 11.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND426A
Gebühr: 30,- € | Leitung: Kullmann Eva | Ort: Neustadt/Do.

BIG GYM – Bewegungskurs für Menschen mit Übergewicht Schnupperstunde

1 x am Fr. 14.03.2025, von 18.30 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB436
Gebühr: 8,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Abensberg

BIG GYM – Bewegungskurs für Menschen mit Übergewicht

4 x ab Fr. 21.03.2025, von 18.30 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB437
Gebühr: 32,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Abensberg

Bioenergetische Gymnastik

8 x ab Do. 06.03.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB439A
8 x ab Do. 06.03.2025, von 10.15 bis 11.15 Uhr | Kurs-Nr. 251AB440A
8 x ab Di. 25.03.2025, von 17.30 bis 18.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB442
Gebühr: 56,- € | Leitung: Singer Angelika | Ort: Abensberg

Cross Skating für Einsteiger – Spaß und Fitness auf Rollen

1 x am Sa. 26.04.2025, von 13.00 bis 15.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB443
Gebühr: 65,- € | Leitung: Team Rollskisport Hallertau | Ort: Abensberg

Faszientraining nach Art von Fayo

8 x ab Do. 27.03.2025, von 18.30 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND428A
Gebühr: 70,- € | Leitung: Osterkamp Hanka | Ort: Neustadt/Do.

Gymnastik mit Stuhl für Senioren

10 x ab Mi. 30.04.2025, von 15.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB438
Gebühr: 63,- € | Leitung: Hirschberger Andrea | Ort: Abensberg

Healthy back – eine Stunde für den gesunden Rücken!

5 x ab Mo. 10.03.2025, von 19.15 bis 20.15 Uhr | Kurs-Nr. 251SB405A
Gebühr: 50,- € | Leitung: Bergermeier Janina | Ort: Siegenburg

Healthy back – eine Stunde für den gesunden Rücken!

6 x ab Mo. 28.04.2025, von 19.15 bis 20.15 Uhr | Kurs-Nr. 251SB405B
Gebühr: 60,- € | Leitung: Bergermeier Janina | Ort: Siegenburg

Leichte Gymnastik für Nacken und Schultern

5 x ab Mo. 24.03.2025, von 16.00 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB444
Gebühr: 40,- € | Leitung: Eisenhofer Tamara | Ort: Abensberg

Leichte Gymnastik für Hüfte und Knie

5 x ab Di. 25.03.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB435
Gebühr: 40,- € | Leitung: Eisenhofer Tamara | Ort: Abensberg

Präventionskurs gesunder Rücken

8 x ab Di. 01.04.2025, von 17.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB441
Gebühr: 80,- € | Leitung: Stöckl Alexandra | Ort: Abensberg

Rücken fit

5 x ab Mi. 12.03.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BG411A
Gebühr: 50,- € | Leitung: Geiger Franziska | Ort: Bad Gögging

Rücken fit

7 x ab Mo. 07.04.2025, von 11.15 bis 12.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND431A
Gebühr: 49,- € | Leitung: Stark Eva | Ort: Neustadt/Do.

Wohlfühltraining für den Rücken

8 x ab Di. 11.03.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA410A
8 x ab Di. 27.05.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA410B
Gebühr: 56,- € | Leitung: Pfaffenzeller Heike | Ort: Bad Abbach

Qigong/Tai-Chi

Chi Gong für Anfänger

4 x ab Do. 13.03.2025, von 08.30 bis 09.20 Uhr | Kurs-Nr. 251ND404A
Gebühr: 36,- € | Leitung: Uhl Barbara | Ort: Neustadt/Do.

Chi Gong für Anfänger

8 x ab Do. 08.05.2025, von 08.30 bis 09.20 Uhr | Kurs-Nr. 251ND404B
Gebühr: 72,- € | Leitung: Uhl Barbara | Ort: Neustadt/Do.

Rückenfit mit Qigong – Entspannung und Kraft für eine gesunde Wirbelsäule

6 x ab Di. 18.03.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA415A
6 x ab Di. 20.05.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA415B
Gebühr: 48,- € | Leitung: Müller Rebecca | Ort: Bad Abbach

Tai-Chi und Qi-Gong Anfängerkurs

10 x ab Do. 27.03.2025, von 20.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB446
Gebühr: 80,- € | Leitung: Heppner Thomas | Ort: Abensberg

Tai Chi Chi Gong – für Anfänger und fortgeschrittene Anfänger, Form Teil 1

8 x ab Do. 08.05.2025, von 09.30 bis 11.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND406A
Gebühr: 108,- € | Leitung: Uhl Barbara | Ort: Neustadt/Do.

Tai Chi Chi Gong – Schwertform

4 x ab Do. 13.03.2025, von 11.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND405A
Gebühr: 33,- € | Leitung: Uhl Barbara | Ort: Neustadt/Do.

Tai Chi Chi Gong – Schwertform

8 x ab Do. 08.05.2025, von 11.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND405B
Gebühr: 66,- € | Leitung: Uhl Barbara | Ort: Neustadt/Do.

Yoga

Faszien-Yoga

5 x ab Mo. 28.04.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND419A
Gebühr: 55,- € | Leitung: Gross Helena | Ort: Neustadt/Do.

FeetUp®-Yoga

8 x ab Mi. 30.04.2025, von 18.00 bis 19.15 Uhr | Kurs-Nr. 251TR404A
Gebühr: 96,- € | Leitung: Bauer Jessica | Ort: Train

Hatha-Yoga

8 x ab Mo. 10.03.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB450A
8 x ab Mo. 26.05.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB450B
Gebühr: 80,- € | Leitung: Thom Erika | Ort: Abensberg

Hatha-Yoga

8 x ab Mo. 10.03.2025, von 10.30 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB451A
8 x ab Mo. 26.05.2025, von 10.30 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB451B
Gebühr: 80,- € | Leitung: Thom Erika | Ort: Abensberg

Hatha-Yoga

8 x ab Di. 11.03.2025, von 17.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB452A
8 x ab Di. 27.05.2025, von 17.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB452B
Gebühr: 80,- € | Leitung: Thom Erika | Ort: Abensberg

Hatha-Yoga

8 x ab Di. 11.03.2025, von 18.30 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB453A
8 x ab Di. 27.05.2025, von 18.30 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB453B
Gebühr: 80,- € | Leitung: Thom Erika | Ort: Abensberg

Hatha-Yoga

8 x ab Mi. 12.03.2025, von 17.15 bis 18.15 Uhr | Kurs-Nr. 251AB454A
8 x ab Mi. 28.05.2025, von 17.15 bis 18.15 Uhr | Kurs-Nr. 251AB454B
Gebühr: 80,- € | Leitung: Trosien Sara | Ort: Abensberg

Hatha-Yoga

5 x ab Di. 11.03.2025, von 19.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251SB410A
6 x ab Di. 29.04.2025, von 19.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251SB410B
Gebühr: 47,- € | Leitung: Rinne Lisa | Ort: Siegenburg

Hatha-Yoga

8 x ab Di. 25.03.2025, von 09.30 bis 11.00 Uhr | Kurs-Nr. 251TR419A
Gebühr: 104,- € | Leitung: Elsinger Christiane | Ort: Train

Hatha-Yoga

8 x ab Mi. 30.04.2025, von 19.30 bis 20.45 Uhr | Kurs-Nr. 251TR402A
Gebühr: 80,- € | Leitung: Bauer Jessica | Ort: Train

Hatha-Yoga für Einsteiger

10 x ab Mo. 28.04.2025, von 18.15 bis 19.15 Uhr | Kurs-Nr. 251AB455
Gebühr: 86,- € | Leitung: Hirschberger Andrea | Ort: Abensberg

Hatha-Yoga am Morgen

8 x ab Di. 11.03.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND416A
8 x ab Di. 27.05.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND416B
Gebühr: 80,- € | Leitung: Thom Erika | Ort: Neustadt/Do.

Hatha-Yoga am Abend

8 x ab Mo. 10.03.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND414A
8 x ab Mo. 26.05.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND414B
Gebühr: 80,- € | Leitung: Thom Erika | Ort: Neustadt/Do.

Hatha-Yoga am Abend

8 x ab Mo. 10.03.2025, von 19.15 bis 20.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND415A
8 x ab Mo. 26.05.2025, von 19.15 bis 20.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND415B
Gebühr: 80,- € | Leitung: Thom Erika | Ort: Neustadt/Do.

Hatha-Yoga für Schwangere

4 x ab Mo. 10.03.2025, von 17.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND423A
4 x ab Mo. 07.04.2025, von 17.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND423B
4 x ab Mo. 26.05.2025, von 17.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND423C
Gebühr: 35,- € | Leitung: Thom Erika | Ort: Neustadt/Do.

Sanftes Yoga und ganzheitliche Entspannung

1 x am Fr. 21.03.2025, von 16.15 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND422A
1 x am Fr. 04.04.2025, von 16.15 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND422B
1 x am Fr. 18.04.2025, von 16.15 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND422C
1 x am Fr. 02.05.2025, von 16.15 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND422D
1 x am Fr. 16.05.2025, von 16.15 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND422E
1 x am Fr. 30.05.2025, von 16.15 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND422F
Gebühr: 15,- € | Leitung: Waldhier Michaela | Ort: Neustadt/Do.

Thai-Yoga für dich und dein Kind, 5 bis 10 Jahre

1 x am Sa. 22.03.2025, von 17.00 bis 18.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND413
Gebühr: 49,- € | Leitung: Neumann Nio | Ort: Neustadt/Do.

Vinyasa-Yoga – Open Your Heart and Bloom

1 x am Fr. 04.04.2025, von 17.30 bis 18.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND411B
Gebühr: 13,- € | Leitung: Matulunas Elvira | Ort: Neustadt/Do.

Vinyasa-Yoga

5 x ab Fr. 09.05.2025, von 18.00 bis 19.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND412A
Gebühr: 65,- € | Leitung: Matulunas Elvira | Ort: Neustadt/Do.

Yin-Yoga am Vormittag

8 x ab Di. 11.03.2025, von 11.15 bis 12.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND418A
8 x ab Di. 27.05.2025, von 11.15 bis 12.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND418B
Gebühr: 60,- € | Leitung: Thom Erika | Ort: Neustadt/Do.

Besuchen Sie unsere Homepage

- gesamtes Kursprogramm
- einfache Anmeldung direkt über die Homepage
- aktuelle Infos rund um die Kurse und Ihre vhs
- schnell und einfach

Wunschkurs gesucht und gefunden

www.vhs-abensberg-neustadt.de

Yoga auf der Matte ab 60 +

5 x ab Fr. 14.03.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB456A
5 x ab Fr. 09.05.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB456B
Gebühr: 45,- € | Leitung: Fuggenthaler Cornelia | Ort: Abensberg

Yoga auf dem Stuhl ab 60 +

5 x ab Fr. 14.03.2025, von 10.30 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB457A
5 x ab Fr. 09.05.2025, von 10.30 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB457B
Gebühr: 45,- € | Leitung: Fuggenthaler Cornelia | Ort: Abensberg

Yoga im Kurpark

1 x am Di. 13.05.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BG414A
1 x am Di. 27.05.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BG414B
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Alsen Armgart Lara | Ort: Bad Gögging

Yoga und Matcha Latte am Weltfrauentag

1 x am Sa. 08.03.2025, von 15.00 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND411A
Gebühr: 15,- € | Leitung: Matulunas Elvira | Ort: Neustadt/Do.

Yoga Stretch and Relax

1 x am Sa. 05.04.2025, von 15.00 bis 16.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND411C
Gebühr: 13,- € | Leitung: Matulunas Elvira | Ort: Neustadt/Do.

Pilates

Pilates

8 x ab Mo. 10.03.2025, von 18.30 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB460A
8 x ab Mo. 26.05.2025, von 18.30 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB460B
Gebühr: 62,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Abensberg

Pilates

6 x ab Sa. 01.03.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA420A
6 x ab Sa. 26.04.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA420B
Gebühr: 47,- € | Leitung: Koczula Magdalena | Ort: Bad Abbach

Pilates

6 x ab So. 02.03.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA422A
6 x ab So. 27.04.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA422B
Gebühr: 47,- € | Leitung: Koczula Magdalena | Ort: Bad Abbach

Pilates für mehr Kraft, Flexibilität und Gelassenheit

5 x ab Mi. 12.03.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND432A
Gebühr: 45,- € | Leitung: Kokler Anastasia | Ort: Neustadt/Do.

Pop Pilates®

7 x ab Fr. 04.04.2025, von 17.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251TR408A
Gebühr: 63,- € | Leitung: Schöll Alexandra | Ort: Train

Pop Pilates®

6 x ab Mi. 30.04.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND448A
Gebühr: 36,- € | Leitung: Schöll Alexandra | Ort: Neustadt/Do.

Pop Pilates®

6 x ab Mi. 30.04.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND447A
Gebühr: 36,- € | Leitung: Schöll Alexandra | Ort: Neustadt/Do.

Fitness

Bauch-Beine-Po-Training

8 x ab Fr. 14.03.2025, von 18.15 bis 19.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND427A
8 x ab Fr. 23.05.2025, von 18.15 bis 19.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND427B
Gebühr: 48,- € | Leitung: Magnus Maxi | Ort: Neustadt/Do.

Bodyform für Einsteiger

8 x ab Mi. 12.03.2025, von 17.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND435A
8 x ab Mi. 21.05.2025, von 17.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND435B
Gebühr: 48,- € | Leitung: Kullmann Eva | Ort: Neustadt/Do.

Bodyform für Frauen und Männer

10 x ab Fr. 09.05.2025, von 18.00 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND437A
12 x ab Di. 29.04.2025, von 09.00 bis 10.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND437B
Gebühr: 90,- € | Leitung: Kronauer Vera | Ort: Neustadt/Do.

Bodystyling

8 x ab Fr. 14.03.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA437A
8 x ab Fr. 23.05.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA437B
Gebühr: 56,- € | Leitung: Ulrich Juliane | Ort: Bad Abbach

Bodystyling

5 x ab Mo. 10.03.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251SB420A
Gebühr: 50,- € | Leitung: Bergermeier Janina | Ort: Siegenburg
6 x ab Mo. 28.04.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251SB420B
Gebühr: 60,- € | Leitung: Bergermeier Janina | Ort: Siegenburg

Bodystyling – Ganzkörpertraining

8 x ab Di. 11.03.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA435A
8 x ab Di. 27.05.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA435B
Gebühr: 56,- € | Leitung: Pfaffenzeller Heike | Ort: Bad Abbach

Body-Workout für Alle

9 x ab Mo. 10.03.2025, von 08.30 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND438A
Gebühr: 90,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Neustadt/Do.

Body-Workout für Alle

8 x ab Mo. 26.05.2025, von 08.30 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND438B
Gebühr: 80,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Neustadt/Do.

Body-Workout für Alle

9 x ab Di. 11.03.2025, von 18.15 bis 19.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND439A
Gebühr: 90,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Neustadt/Do.

Body-Workout für Alle

8 x ab Di. 27.05.2025, von 18.15 bis 19.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND439B
Gebühr: 80,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Neustadt/Do.

Body-Workout für Alle

9 x ab Mi. 12.03.2025, von 18.30 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND440A
Gebühr: 63,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Neustadt/Do.

Body-Workout für Alle

8 x ab Mi. 28.05.2025, von 18.30 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND440B
Gebühr: 56,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Neustadt/Do.

Body-Workout für Alle

9 x ab Mi. 12.03.2025, von 19.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND441A
Gebühr: 63,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Neustadt/Do.

Body-Workout für Alle

8 x ab Mi. 28.05.2025, von 19.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND441B
Gebühr: 56,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Neustadt/Do.

CrossPower – Kraft, Ausdauer und Koordination

10 x ab Mo. 28.04.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB475
Gebühr: 99,- € | Leitung: Schröter Kathrin | Ort: Abensberg

Fitness mit Step-Dance für Alle

4 x ab Di. 11.03.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND449A
Gebühr: 25,- € | Leitung: Adam Marcela | Ort: Neustadt/Do.

FlexFit – Ein Training für mehr Beweglichkeit und Stärke

5 x ab Fr. 14.03.2025, von 09.00 bis 10.00 Uhr | Kurs-Nr. 251TR420A
Gebühr: 50,- € | Leitung: Kokler Anastasia | Ort: Train

Hula Hoop – bring deine Mitte in Schwung

1 x am Di. 08.04.2025, von 18.45 bis 20.15 Uhr | Kurs-Nr. 251AB466
Gebühr: 15,- € | Leitung: Dietl Sandra | Ort: Abensberg

Hula Hoop – bring deine Mitte in Schwung

5 x ab Di. 29.04.2025, von 19.00 bis 19.45 Uhr | Kurs-Nr. 251AB467
Gebühr: 45,- € | Leitung: Dietl Sandra | Ort: Abensberg

Piloxing

11 x ab Di. 11.03.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND442A
Gebühr: 66,- € | Leitung: Anwander-Petersen Sabine | Ort: Neustadt/Do.

Piloxing

8 x ab Sa. 15.03.2025, von 17.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND443A
Gebühr: 48,- € | Leitung: Anwander-Petersen Sabine | Ort: Neustadt/Do.

Pound®

5 x ab Mi. 12.03.2025, von 18.10 bis 18.55 Uhr | Kurs-Nr. 251AB472A
5 x ab Mi. 30.04.2025, von 18.10 bis 18.55 Uhr | Kurs-Nr. 251AB472B
Gebühr: 40,- € | Leitung: Hacker Kerstin | Ort: Abensberg

Pound®

5 x ab Do. 13.03.2025, von 09.30 bis 10.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB473A
Gebühr: 35,- € | Leitung: Hacker Kerstin | Ort: Abensberg

4 x ab Do. 08.05.2025, von 09.30 bis 10.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB473B
Gebühr: 28,- € | Leitung: Hacker Kerstin | Ort: Abensberg

Pound®

5 x ab Do. 13.03.2025, von 20.00 bis 20.45 Uhr | Kurs-Nr. 251BA440A
Gebühr: 30,- € | Leitung: Hacker Kerstin | Ort: Bad Abbach

4 x ab Do. 08.05.2025, von 20.00 bis 20.45 Uhr | Kurs-Nr. 251BA440B
Gebühr: 24,- € | Leitung: Hacker Kerstin | Ort: Bad Abbach

Rockout! Workout! Pound-Fitness für Alle

10 x ab Do. 20.03.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND452A
Gebühr: 65,- € | Leitung: Adam Marcela | Ort: Neustadt/Do.

Schlingentraining

8 x ab Do. 13.03.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND445A
Gebühr: 70,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Neustadt/Do.

Schlingentraining

8 x ab Do. 13.03.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND446A
Gebühr: 70,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Neustadt/Do.

STRONG Nation (HIIT)

5 x ab Mi. 12.03.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB470A
5 x ab Mi. 30.04.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB470B
Gebühr: 40,- € | Leitung: Hacker Kerstin | Ort: Abensberg

TRX-Training

8 x ab Fr. 14.03.2025, von 19.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND444A
8 x ab Fr. 23.05.2025, von 19.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND444B
Gebühr: 70,- € | Leitung: Magnus Maxi | Ort: Neustadt/Do.

ZenFit

5 x ab Mo. 10.03.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND450A
Gebühr: 45,- € | Leitung: Kokler Anastasia | Ort: Neustadt/Do.

6 x ab Mo. 28.04.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND450B
Gebühr: 48,- € | Leitung: Kokler Anastasia | Ort: Neustadt/Do.

Zumba

Zumba®

7 x ab Do. 13.03.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB462A
Gebühr: 44,- € | Leitung: Gansbühler Sonja | Ort: Abensberg

Zumba®

7 x ab Do. 13.03.2025, von 19.15 bis 20.15 Uhr | Kurs-Nr. 251AB463A
Gebühr: 44,- € | Leitung: Gansbühler Sonja | Ort: Abensberg

Zumba®

5 x ab Mo. 10.03.2025, von 19.15 bis 20.15 Uhr | Kurs-Nr. 251AB464A
5 x ab Mo. 28.04.2025, von 19.15 bis 20.15 Uhr | Kurs-Nr. 251AB464B
Gebühr: 35,- € | Leitung: Hacker Kerstin | Ort: Abensberg

Zumba®

5 x ab Do. 13.03.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA430A
Gebühr: 35,- € | Leitung: Hacker Kerstin | Ort: Bad Abbach

4 x ab Do. 08.05.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA430B
Gebühr: 28,- € | Leitung: Hacker Kerstin | Ort: Bad Abbach

Zumba®

8 x ab Mi. 12.03.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251SB415A
8 x ab Mi. 28.05.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251SB415B
Gebühr: 52,- € | Leitung: Gansbühler Sonja | Ort: Siegenburg

Zumba®

8 x ab Di. 11.03.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251TR410A
8 x ab Di. 27.05.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251TR410B
Gebühr: 50,- € | Leitung: Gansbühler Sonja | Ort: Train

Zumba® am Abend für alle Altersklassen

10 x ab Mo. 10.03.2025, von 19.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND453A
Gebühr: 80,- € | Leitung: Huber Gabriele | Ort: Neustadt/Do.

Zumba® am Abend

10 x ab Mo. 10.03.2025, von 17.30 bis 18.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND454A
Gebühr: 80,- € | Leitung: Bouloussa Andrea | Ort: Neustadt/Do.

Aquakurse

Aqua-Dance Fit – Tanz und Fitness im Wasser

7 x ab Mo. 10.03.2025, von 19.45 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB480
Gebühr: 46,- € | Leitung: Anwander-Petersen Sabine | Ort: Abensberg



Follow Us On
Social Media

Facebook QR code

Instagram QR code

Aqua-Dance Fit – Tanz und Fitness im Wasser

8 x ab Do. 13.03.2025, von 19.00 bis 19.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND456A
Gebühr: 48,- € | Leitung: Anwander-Petersen Sabine | Ort: Neustadt/Do.

Aqua-Gymnastik

7 x ab Di. 11.03.2025, von 09.00 bis 09.45 Uhr | Kurs-Nr. 251BG421A
Gebühr: 42,- € | Leitung: Anwander-Petersen Sabine | Ort: Bad Gögging

Aqua-Gymnastik

8 x ab Di. 11.03.2025, von 19.00 bis 19.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND458A
Gebühr: 70,- € | Leitung: Pfeifer Julia | Ort: Neustadt/Do.

Aqua-Gymnastik

7 x ab Mi. 12.03.2025, von 08.15 bis 09.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BG422A
Gebühr: 42,- € | Leitung: Anwander-Petersen Sabine | Ort: Bad Gögging

Aqua-Gymnastik

8 x ab Sa. 15.03.2025, von 15.15 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BG420A
Gebühr: 48,- € | Leitung: Anwander-Petersen Sabine | Ort: Bad Gögging

Aqua-Gymnastik

4 x ab Sa. 15.03.2025, von 17.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND457A
Gebühr: 35,- € | Leitung: Magnus Maxi | Ort: Neustadt/Do.

Aqua-Gymnastik

8 x ab Sa. 10.05.2025, von 17.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND457B
Gebühr: 70,- € | Leitung: Magnus Maxi | Ort: Neustadt/Do.

Aqua-Gymnastik

8 x ab Di. 27.05.2025, von 19.00 bis 19.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND458B
Gebühr: 70,- € | Leitung: Pfeifer Julia | Ort: Neustadt/Do.

Aqua-Gymnastik für Schwangere

5 x ab Do. 13.03.2025, von 20.00 bis 20.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND455A
Gebühr: 38,- € | Leitung: Pfeifer Julia | Ort: Neustadt/Do.

Schwimmtechnik: Kraulen

5 x ab Sa. 15.03.2025, von 15.45 bis 16.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND459A
5 x ab Sa. 03.05.2025, von 15.45 bis 16.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND459B
Gebühr: 62,- € | Leitung: Muthig Maximilian | Ort: Neustadt/Do.

KULTUR



Dem Alltag entfliehen

Reisen

Korsika-Rundreise

Ab So. 13.04.2025, Kurs-Nr. 251AB500
Gebühr: 1320,- € pro Person im Doppelzimmer
Leitung: Köglmeier Helmut

Straßburg – 3 Tagesausflug

Ab Di. 01.04.2025, Kurs-Nr. 251AB501
Gebühr: 320,- € | Leitung: VdK OV Abensberg

Magisches Afrika – unterwegs in Sanisbar quer über die Insel – Reportage online

Am Do. 27.03.2025, von 19.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND507
Gebühr: 10,- € | Leitung: Schuller Bianca | Ort: online

Führungen

Hinter den Kulissen – Berufsbildungswerk Abensberg

1 x am Mi. 21.05.2025, von 13.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB505
Gebühr: kostenfrei | Leitung: vhs Abensberg | Ort: Abensberg

Erlebnisführung: Schwefeldampf und Kurkonzert

1 x am So. 20.04.2025, von 16.00 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG509A
1 x am So. 11.05.2025, von 16.00 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG509B
Gebühr: 10,- € | Leitung: Tourist Information Bad Gögging
Ort: Bad Gögging

Erlebnisführung durch das Römerkastell Abusina: Römer, Rettich und Randle

1 x am So. 04.05.2025, von 16.00 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG507A
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Tourist Information Bad Gögging
Ort: Bad Gögging

Klassische Stadtführung

1 x am Sa. 12.04.2025, von 10.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB510
1 x am Sa. 10.05.2025, von 10.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB511
Gebühr: 7,- € | Leitung: Tourist-Information Abensberg
Ort: Abensberg

Stadtführung in Neustadt an der Donau

1 x am Do. 13.03.2025, von 15.30 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND502A
1 x am Do. 03.04.2025, von 15.30 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND502B
1 x am Do. 17.04.2025, von 15.30 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND502C
1 x am Do. 08.05.2025, von 15.30 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND502D
1 x am Do. 22.05.2025, von 15.30 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND502E
Gebühr: 7,- € | Leitung: Englerth Agnes | Ort: Neustadt/Do.

Szenische Stadtführung „Abensberg in den kultigen 70ern“

1 x am Fr. 28.03.2025, von 18.30 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB520
1 x am Fr. 25.04.2025, von 18.30 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB521
1 x am Fr. 30.05.2025, von 18.30 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB522
Gebühr: 10,- € | Leitung: Stadtmuseum Abensberg | Ort: Abensberg

Exkursionen

Geführte Pilgerwanderung „Via Nova“ ab Bad Gögging

1 x am Sa. 12.04.2025, von 13.00 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG504A
1 x am Sa. 17.05.2025, von 13.00 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG504B
Gebühr: 15,- € | Leitung: Rösch Franz | Ort: Bad Gögging

Geführte Radtour

1 x am Fr. 02.05.2025, von 13.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG502A
1 x am Fr. 16.05.2025, von 13.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG502C
1 x am Fr. 30.05.2025, von 13.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG502D
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Necker Karl | Ort: Bad Gögging

Geführte Wanderung

1 x am Fr. 04.04.2025, von 13.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG505A
1 x am Fr. 11.04.2025, von 13.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG505B
1 x am Fr. 25.04.2025, von 13.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG505C
1 x am Fr. 09.05.2025, von 13.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG505D
1 x am Fr. 23.05.2025, von 13.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BG505E
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Necker Karl | Ort: Bad Gögging

Heimatgeschichte

Vortrag: Neustadt als Hochwassergebiet

1 x am Fr. 14.03.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND503
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Pöppel Matthias | Ort: Neustadt/Do.

Fotografie

Neustädter Fotowalk

1 x am Sa. 29.03.2025, von 10.00 bis 12.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND506
Gebühr: 10,- € | Leitung: Wachsmuth Günter | Ort: Neustadt/Do.

Einstieg in die (Digital-)Fotografie leicht gemacht – Teil 1

1 x am Do. 27.03.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB530
Gebühr: 10,- € | Leitung: Photogilde Aventin e.V. | Ort: Abensberg

Einstieg in die (Digital-)Fotografie leicht gemacht – Teil 2

1 x am Do. 03.04.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB531
Gebühr: 10,- € | Leitung: Photogilde Aventin e.V. | Ort: Abensberg

Einstieg in die (Digital-)Fotografie leicht gemacht – Teil 3

1 x am Sa. 05.04.2025, von 13.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB532
Gebühr: 10,- € | Leitung: Photogilde Aventin e.V. | Ort: Abensberg

Einstieg in die (Digital-)Fotografie leicht gemacht – Teil 4

1 x am Do. 10.04.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB533
Gebühr: 10,- € | Leitung: Photogilde Aventin e.V. | Ort: Abensberg

Kreatives

Alcoholinks: Individuelle Schmuckstücke

1 x am Sa. 12.04.2025, von 10.00 bis 13.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND513
Gebühr: 29,- € | Leitung: Klostermann Silvana | Ort: Neustadt/Do.

Art Journal Page – Reiseerinnerungen kreativ festhalten

1 x am Mo. 07.04.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB536
Gebühr: 35,- € | Leitung: Zacharias-Wölkhammer Valentina
Ort: Abensberg

Bleamigspusi Workshop: Österlicher Türkrantz

1 x am Fr. 21.03.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND509
Gebühr: 36,- € | Leitung: Ostler Anna-Lena | Ort: Neustadt/Do.

Brushlettering für Karten

1 x am Fr. 04.04.2025, von 17.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND526
Gebühr: 50,- € | Leitung: Popov Miriam | Ort: Neustadt/Do.

Crazy-Cups – gestalte deine Lieblingstasse

1 x am Fr. 04.04.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB535
Gebühr: 19,- € | Leitung: Rischmüller Tanja | Ort: Abensberg

Glasdesign: Unikate mit alcoholinks

1 x am Sa. 12.04.2025, von 14.00 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND512
Gebühr: 29,- € | Leitung: Klostermann Silvana | Ort: Neustadt/Do.

Kreative Gartenstecker selbst gemacht – Schmetterling, Flamme, Segel oder Herz

1 x am Mo. 05.05.2025, von 18.00 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB537
Gebühr: 15,- € | Leitung: Lindinger Angelika | Ort: Abensberg

Osterdekoration mit der Makramee Technik – Erwachsener mit Kind ab 6 Jahren

1 x am Sa. 29.03.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND510A
Gebühr: 15,- € | Leitung: Vaskan Liudmyla | Ort: Neustadt/Do.

Textiles Gestalten

Anfängernähkurs: Kleine Taschen

1 x am Sa. 22.03.2025, von 10.00 bis 13.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND515
Gebühr: 25,- € | Leitung: Ottl Johanna | Ort: Neustadt/Do.

Die Abensberger Masche – Strickstammtisch

1 x am Mi. 12.03.2025, von 18.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB545A
1 x am Mi. 26.03.2025, von 18.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB545B
1 x am Mi. 09.04.2025, von 18.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB545C
1 x am Mi. 23.04.2025, von 18.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB545D
1 x am Mi. 07.05.2025, von 18.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB545E
1 x am Mi. 21.05.2025, von 18.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB545F
Gebühr: kostenfrei | Leitung: vhs Abensberg | Ort: Abensberg

Handgemacht: Näh dir deine perfekte Geldbörse

2 x ab Mi. 02.04.2025, von 18.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB549
Gebühr: 35,- € | Leitung: Limmer Renate | Ort: Abensberg

Kreativ & Gesellig: Handarbeitstreff für Jung und Alt

1 x am Do. 13.03.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND508
1 x am Do. 20.03.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND508A
1 x am Do. 27.03.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND508B
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Geretshäuser Mathilde
Ort: Neustadt/Do.

Kissen nähen leicht gemacht – Dein Einstieg in die Welt des Nähens

1 x am Fr. 04.04.2025, von 18.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB550
Gebühr: 20,- € | Leitung: Ottl Johanna | Ort: Abensberg

Nähkurs: Dirndl mit Bluse

6 x ab Mo. 10.03.2025, von 18.00 bis 21.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND531A
Gebühr: 180,- € | Leitung: Braun Sandra | Ort: Neustadt/Do.

Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

1 x am Sa. 17.05.2025, von 10.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB548
Gebühr: 39,- € | Leitung: Kuk Julia | Ort: Abensberg

Nähtreff

1 x am Do. 20.03.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB546A
1 x am Do. 17.04.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB546B
1 x am Do. 15.05.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB546C
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Hübner Stefanie | Ort: Abensberg

Nähkurs: Overlockkurs für Anfänger

5 x ab Di. 11.03.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND530A
Gebühr: 130,- € | Leitung: Braun Sandra | Ort: Neustadt/Do.

Nähkurs: Rock/T-Shirt oder Sommerkleid nähen

5 x ab Di. 29.04.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND532A
Gebühr: 130,- € | Leitung: Braun Sandra | Ort: Neustadt/Do.

Sticken auf Fotos – Kreative Handarbeit trifft Fotokunst

1 x am Fr. 09.05.2025, von 18.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB554
Gebühr: 29,- € | Leitung: Zacharias-Wölkhammer Valentina
Ort: Abensberg

Tasche zum Dirndl oder zum Lieblingsoutfit selber nähen

1 x am Sa. 03.05.2025, von 09.00 bis 15.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB551
Gebühr: 47,- € | Leitung: Ottl Johanna | Ort: Abensberg

Wandbehang mit der Makramee Technik – die ganz besondere Wohndekoration

1 x am Di. 08.04.2025, von 18.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB552
1 x am Sa. 17.05.2025, von 14.00 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB553
Gebühr: 17,- € | Leitung: Vaskan Liudmyla | Ort: Abensberg

Anfängerkurs: Tiere realistisch malen

5 x ab Fr. 02.05.2025, von 18.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND520
Gebühr: 100,- € | Leitung: Kokler Anastasia | Ort: Neustadt/Do.

Einführung in die Welt des Malmediums alcoholinks

1 x am So. 16.03.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251TR512
Gebühr: 25,- € | Leitung: Klostermann Silvana | Ort: Train

Encaustic für Einsteiger – entdecke die kunstvolle Wachsmalerei

1 x am Sa. 29.03.2025, von 10.00 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB560
Gebühr: 65,- € | Leitung: Bär-Schabenberger Sonja | Ort: Abensberg

Intuitives Malen – Gestalte dein eigenes Mandala

1 x am Sa. 10.05.2025, von 13.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB564
Gebühr: 29,- € | Leitung: Müller Rebecca | Ort: Abensberg

Musik

Ukulele – Schnupperstunde

1 x am Sa. 05.04.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB570
Gebühr: 19,- € | Leitung: Meimer Kurt | Ort: Abensberg

Ukulele – Anfängerkurs

5 x ab Di. 29.04.2025, von 18.30 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB571
Gebühr: 77,- € | Leitung: Meimer Kurt | Ort: Abensberg

Ukulele – Anfängerkurs

10 x ab Do. 27.03.2025, von 19.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251BA550
Gebühr: 127,- € | Leitung: Flierl Rita | Ort: Bad Abbach

Ukulele – Aufbaukurs

10 x ab Do. 27.03.2025, von 18.00 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251BA560
Gebühr: 127,- € | Leitung: Flierl Rita | Ort: Bad Abbach

Ihre Anmeldung ist verbindlich
und verpflichtet zur Zahlung
der Teilnehmergebühr.

Bitte beachten Sie unsere
Geschäftsbedingungen!

Tanz

Brautpaar-Tanzkurs

4 x ab So. 30.03.2025, von 15.00 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND541A
Gebühr: 45,- € | Leitung: Brünger Christian | Ort: Neustadt/Do.

Crash-Tanzkurs für Hochzeitsgäste

4 x ab Do. 13.03.2025, von 19.30 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND545A
Gebühr: 45,- € | Leitung: Brünger Christian | Ort: Neustadt/Do.

Diskofox für Paare – Anfänger

6 x ab Di. 29.04.2025, von 20.15 bis 21.15 Uhr | Kurs-Nr. 251ND539A
Gebühr: 42,- € | Leitung: Brünger Christian | Ort: Neustadt/Do.

Ladies only – Dance Mix Adults

7 x ab Do. 27.03.2025, von 18.00 bis 19.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND537A
Gebühr: 80,- € | Leitung: Old Melanie | Ort: Neustadt/Do.

Line Dance – Tanzkreis 2

4 x ab Mo. 03.03.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB577
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Scharf Anna | Ort: Abensberg

Line Dance – Tanzkreis 2

3 x ab Do. 06.03.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB578
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Scharf Anna | Ort: Abensberg

Lindy Hop – die 20er sind zurück

6 x ab Mo. 24.03.2025, von 19.30 bis 20.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB575
Gebühr: 42,- € | Leitung: Schubert Marcus | Ort: Abensberg

Orientalischer Tribal Tanz

8 x ab Mi. 12.03.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB576A
8 x ab Mi. 21.05.2025, von 19.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB576B
Gebühr: 49,- € | Leitung: Baier Marion | Ort: Abensberg

Tanzkurs für Paare – Einsteiger

6 x ab Sa. 22.03.2025, von 20.15 bis 21.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND542A
Gebühr: 60,- € | Leitung: La Cognata Patric | Ort: Neustadt/Do.

Tanzkurs für Paare – Fortgeschrittene

6 x ab Sa. 22.03.2025, von 18.30 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND543A
Gebühr: 60,- € | Leitung: La Cognata Patric | Ort: Neustadt/Do.

Tanz dich frei – neue Kraft tanken

1 x am Mi. 14.05.2025, von 18.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB580
Gebühr: 15,- € | Leitung: Singer Angelika | Ort: Abensberg

Volkstanzkurs für Einsteiger

4 x ab Fr. 21.03.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND539
Gebühr: 24,- € | Leitung: Trachtenverein Neustadt | Ort: Neustadt/Do.

Theater

Sweet Highlight – Erwachsenentheater

Ab Di. 11.03.2025, von 19.45 bis 21.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB582
Gebühr: 10,- € pro Monat | Leitung: Süß Angelika | Ort: Abensberg

Kochen national und international

Asiatische Küche

1 x am Fr. 09.05.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB586
Gebühr: 39,- € | Leitung: Mauernaier Sylvia | Ort: Abensberg

Fisch Basiskurs

1 x am Fr. 21.03.2025, von 18.00 bis 22.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND554
Gebühr: 65,- € | Leitung: Hawlata Tanja | Ort: Neustadt/Do.

Griechische Köstlichkeiten – Kochkurs mit Stavroula Feinschmeckerei

1 x am Do. 20.03.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB587
1 x am Do. 22.05.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB588
Gebühr: 49,- € | Leitung: Gruner Stavroula | Ort: Abensberg

Meal Prep – Kochen auf Vorrat

1 x am Fr. 04.04.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND552
Gebühr: 29,- € | Leitung: Maier Stefica | Ort: Neustadt/Do.

Single Kochtreff

3 x ab Di. 11.03.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND550
Gebühr: 80,- € | Leitung: Maier Stefica | Ort: Neustadt/Do.

Spanische Küche

1 x am Di. 08.04.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND551
Gebühr: 24,- € | Leitung: Maier Stefica | Ort: Neustadt/Do.

Spargelmenü – köstliches Gemüse in kreativer Art zubereiten

1 x am Sa. 26.04.2025, von 17.30 bis 22.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB589
Gebühr: 59,- € | Leitung: Pöpl Marc | Ort: Abensberg

Sushi – Delikatessen aus Japan

1 x am Sa. 10.05.2025, von 14.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND547
Gebühr: 40,- € | Leitung: Lang Bernhard | Ort: Neustadt/Do.

Wir backen unser täglich Brot selbst

1 x am Fr. 04.04.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB585
Gebühr: 39,- € | Leitung: Mauernaier Sylvia | Ort: Abensberg

Handwerk

Einführung in die Bildhauerei – Formen verstehen und modellieren

2 x ab Mi. 07.05.2025, von 18.00 bis 21.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB590
Gebühr: 83,- € | Leitung: Ackstaller Sabine | Ort: Abensberg

Lehrgang Arbeitssicherheit – Baum – I

5 x ab Mo. 07.04.2025, von 08.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB595
Gebühr: 400,- € | Leitung: Graßl Johann | Ort: Abensberg

Messer- und Scheren-Schleifkurs

1 x am Sa. 05.04.2025, von 14.00 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB597
Gebühr: 28,- € | Leitung: Ehrsam Heinz | Ort: Abensberg

Motorsägen Grundkurs – richtiger Umgang mit der Motorsäge

2 x ab Fr. 28.03.2025, von 16.00 bis 20.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB591
Gebühr: 150,- € | Leitung: Graßl Johann | Ort: Abensberg

GRUND- BILDUNG



Einen Schritt weiter

Kompetenzen

Superhirn – Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner

1 x am Do. 13.03.2025, von 19.00 bis 21.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB610
Gebühr: 25,- € | Leitung: Lange Helmut | Ort: Abensberg

Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt

1 x am Do. 27.03.2025, von 19.00 bis 21.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB611
Gebühr: 25,- € | Leitung: Lange Helmut | Ort: Abensberg

Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt – für Schüler jeder Jahrgangsstufe

1 x am Di. 18.03.2025, von 16.00 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB620
Gebühr: 25,- € | Leitung: Lange Helmut | Ort: Abensberg

Lernhilfen

Mathematik für die Grund-, Mittel- oder Realschule – Einzelunterricht

Termine nach Absprache | Kurs-Nr. 251AB625
Gebühr: 30,- € je 60 Minuten | Leitung: Brodbeck Edith
Ort: Abensberg

Mathematik Realschule technischer Zweig – Einzelunterricht

Termine nach Absprache | Kurs-Nr. 251AB630
Gebühr: 30,- € je 60 Minuten | Leitung: Kusinski Phillip
Ort: Abensberg

Physik Realschule technischer Zweig – Einzelunterricht

Termine nach Absprache | Kurs-Nr. 251AB631
Gebühr: 30,- € je 60 Minuten | Leitung: Kusinski Phillip
Ort: Abensberg

Prüfungsvorbereitung

Deutsch Quali

5 x ab Do. 20.03.2025, von 16.00 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND602A
Gebühr: 75,- € | Leitung: Schex Nicole | Ort: Neustadt/Do.

Englisch M-Zug, 10. Klasse

5 x ab Fr. 14.03.2025, von 18.30 bis 19.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND604A
Gebühr: 75,- € | Leitung: Priestley John | Ort: Neustadt/Do.

Englisch Quali, 9. Klasse

5 x ab Sa. 15.03.2025, von 10.30 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND606A
Gebühr: 75,- € | Leitung: Priestley John | Ort: Neustadt/Do.

Englisch Realschule, 10. Klasse

5 x ab Sa. 15.03.2025, von 11.30 bis 12.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND607A
Gebühr: 75,- € | Leitung: Priestley John | Ort: Neustadt/Do.

Mathe Abitur

5 x ab Fr. 14.03.2025, von 16.00 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND609A
Gebühr: 113,- € | Leitung: Abb Julia | Ort: Neustadt/Do.

Mathematik FOS/BOS, 12. Klasse

5 x ab Sa. 15.03.2025, von 11.00 bis 12.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND610A
Gebühr: 75,- € | Leitung: Batz Lukas | Ort: Neustadt/Do.

Mathe M-Zug, 10. Klasse

5 x ab Fr. 14.03.2025, von 17.30 bis 18.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND603A
Gebühr: 75,- € | Leitung: Priestley John | Ort: Neustadt/Do.

Mathe Realschule nichttechnisch, 10. Klasse

7 x ab Sa. 22.03.2025, von 10.00 bis 12.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND611A
Gebühr: 175,- € | Leitung: Abb Julia | Ort: Neustadt/Do.

Mathe Quali, 9. Klasse

5 x ab Sa. 15.03.2025, von 09.30 bis 10.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND605A
Gebühr: 75,- € | Leitung: Priestley John | Ort: Neustadt/Do.

Vorbereitung auf die Abschlussprüfung – Mathematik für Realschule – nichttechnischer Zweig

6 x ab Di. 01.04.2025, von 16.30 bis 18.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB640
Gebühr: 61,- € | Leitung: Brodbeck Edith | Ort: Abensberg

Vorbereitung auf die Abschlussprüfung – Mathematik Realschule – technischer Zweig

5 x ab Mi. 02.04.2025, von 16.00 bis 17.15 Uhr | Kurs-Nr. 251AB645
Gebühr: 52,- € | Leitung: Kusinski Phillip | Ort: Abensberg

Vorbereitung auf die Abschlussprüfung – Physik Realschule – technischer Zweig

5 x ab Mi. 02.04.2025, von 17.30 bis 18.45 Uhr | Kurs-Nr. 251AB646
Gebühr: 52,- € | Leitung: Kusinski Phillip | Ort: Abensberg

**Man lernt nie aus,
weil immer was Neues dazu kommt!**



Immer auf dem neuesten Stand mit Ihrer VHS



Stark im Alltag

Ab in den Wald – für Kinder von 3 bis 10 Jahren mit (Groß-)Eltern

1 x am Sa. 26.04.2025, von 10.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB720
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Pfaffeneder Gerda | Ort: Abensberg

Entspannungstraining für Grundschul Kinder – kleine Auszeit, große Wirkung

3 x ab Di. 22.04.2025, von 15.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB710
Gebühr: 26,- € | Leitung: Ploner Carolin | Ort: Abensberg

Kinder lernen Erste Hilfe – ab 5 Jahren

1 x am Di. 22.04.2025, von 10.00 bis 13.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND701
Gebühr: 22,- € | Leitung: Langbein Bärbel | Ort: Neustadt/Do.

Kräuterwanderung für Kinder mit Eltern/Großeltern – für Kinder von 3 bis 11 Jahren

1 x am Sa. 31.05.2025, von 10.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB722
Gebühr: kostenfrei | Leitung: Pfaffeneder Melanie | Ort: Abensberg

Mit Löwenmut zu mehr Selbstvertrauen – für Vor- und Grundschul Kinder

5 x ab Fr. 02.05.2025, von 14.30 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB715
Gebühr: 65,- € | Leitung: Forster Michaela | Ort: Abensberg

Nein ist Nein und Stop ist Stop! Selbstverteidigung für Mädchen von 6 bis 12 Jahren

2 x ab Sa. 29.03./30.03., von 09.00 bis 12.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND704A
Gebühr: 50,- € | Leitung: Uhl Barbara | Ort: Neustadt/Do.

Netzheldinnen und -helden: Deine Superkräfte gegen Mobbing im Netz!

1 x am Fr. 11.04.2025, von 17.00 bis 18.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND702
Gebühr: 27,- € | Leitung: Neumann Nio | Ort: Neustadt/Do.

Selbstbehauptung und -verteidigung mit WingTsun – für Kinder von 8 bis 10 Jahren

2 x ab Sa. 03.05.2025, von 14.00 bis 15.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB718
Gebühr: 39,- € | Leitung: Kampfkunstschule Herrmann | Ort: Abensberg

Selbstverteidigung & Gewaltprävention für Kinder von 6 bis 12 Jahren

1 x am Sa. 05.04.2025, von 10.00 bis 13.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND703A
Gebühr: 18,- € | Leitung: Würmser Thomas | Ort: Neustadt/Do.

Selbstverteidigung & Gewaltprävention für Kinder von 6 bis 12 Jahren

1 x am Sa. 17.05.2025, von 10.00 bis 13.00 Uhr | Kurs-Nr. 251TR705
Gebühr: 18,- € | Leitung: Würmser Thomas | Ort: Train

Yoga und Entspannung für Kinder ab 6 Jahren: Abenteuer auf der Matte

1 x am Do. 03.04.2025, von 16.00 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND718
Gebühr: 8,- € | Leitung: Kücükale Selma | Ort: Neustadt/Do.

Spiel und Spaß

Musikgarten® von 3 bis 18 Monaten

8 x ab Mi. 12.03.2025, von 09.00 bis 09.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND714A
Gebühr: 96,- € | Leitung: Seber Klaudia | Ort: Neustadt/Do.

Musikzwerge von 1 bis 3 Jahren

8 x ab Mi. 12.03.2025, von 09.00 bis 09.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND711A
8 x ab Mi. 21.05.2025, von 09.00 bis 09.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND711B
Gebühr: 60,- € | Leitung: Fröhler Uta | Ort: Neustadt/Do.

Musikzwerge von 1 bis 3 Jahren

8 x ab Mi. 12.03.2025, von 16.00 bis 16.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND712A
8 x ab Mi. 21.05.2025, von 16.00 bis 16.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND712B
Gebühr: 60,- € | Leitung: Fröhler Uta | Ort: Neustadt/Do.

MU-SI-TA-KI von 4 bis 5 Jahren

8 x ab Mi. 12.03.2025, von 15.00 bis 15.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND713A
8 x ab Mi. 21.05.2025, von 15.00 bis 15.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND713B
Gebühr: 60,- € | Leitung: Fröhler Uta | Ort: Neustadt/Do.

Kreatives

Bastelspaß für Frühling und Ostern – für Kids im Grundschulalter

1 x am Di. 15.04.2025, von 15.00 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB736
Gebühr: 15,- € | Leitung: Kleiner Andrea | Ort: Abensberg

Blaukraut & Raketenbau – Experimentierkurs für 4–8-Jährige

1 x am So. 16.03.2025, von 09.30 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB723
1 x am So. 16.03.2025, von 13.30 bis 15.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB724
Gebühr: 39,- € | Leitung: Brunner Susanne | Ort: Abensberg

Blaukraut & Raketenbau – Experimentierkurs für 4–8-Jährige

1 x am Sa. 03.05.2025, von 09.30 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB727
1 x am Sa. 03.05.2025, von 13.30 bis 15.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB728
Gebühr: 39,- € | Leitung: Brunner Susanne | Ort: Abensberg

Haarflechtkurs – für Mama und Kind

1 x am Sa. 29.03.2025, von 14.00 bis 15.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB750
1 x am Sa. 24.05.2025, von 14.00 bis 15.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB751
Gebühr: 19,- € | Leitung: Fronius Michaela | Ort: Abensberg

Kindernähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene – ab 10 Jahren

3 x ab Mo. 14.04.2025, von 09.00 bis 12.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB740
Gebühr: 59,- € | Leitung: Kuk Julia | Ort: Abensberg

Kinder INKen ab 6 Jahren

1 x am Di. 15.04.2025, von 10.00 bis 13.00 Uhr | Kurs-Nr. 251TR701
Gebühr: 37,- € | Leitung: Klostermann Silvana | Ort: Train

Kinder INKen ab 6 Jahren

1 x am Do. 24.04.2025, von 10.00 bis 13.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND706
Gebühr: 29,- € | Leitung: Klostermann Silvana | Ort: Neustadt/Do.

Künstlerische Tierfreunde: Tiere malen für Kinder von 6 bis 8 Jahren

1 x am Di. 15.04.2025, von 10.00 bis 13.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND705
Gebühr: 25,- € | Leitung: Kokler Anastasia | Ort: Neustadt/Do.

Liebevoll basteln zum Muttertag – ab 5 Jahren mit (Groß-)Eltern

1 x am Sa. 03.05.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB737
Gebühr: 12,- € | Leitung: Haberecht Sabine | Ort: Abensberg

Manga-Figuren zeichnen lernen ab 10 Jahren

1 x am Di. 15.04.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND709A
Gebühr: 18,- € | Leitung: Neuenfeldt Sabrina-Jasmin | Ort: Neustadt/Do.

Manga-Figuren zeichnen lernen ab 10 Jahren

1 x am Di. 22.04.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND709B
Gebühr: 18,- € | Leitung: Neuenfeldt Sabrina-Jasmin | Ort: Neustadt/Do.

Manga-Figuren zeichnen lernen ab 10 Jahren, Schwerpunkt: Körper

1 x am Sa. 17.05.2025, von 14.30 bis 16.30 Uhr | Kurs-Nr. 251TR702
Gebühr: 18,- € | Leitung: Neuenfeldt Sabrina-Jasmin | Ort: Train

Nähen für Kids ab 8 Jahren

1 x am Mi. 05.03.2025, von 10.00 bis 15.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND710A
Gebühr: 40,- € | Leitung: Braun Sandra | Ort: Neustadt/Do.

Osterbasteln für Kinder ab 6 Jahren

1 x am Sa. 05.04.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND708
Gebühr: 15,- € | Leitung: Kücükale Selma | Ort: Neustadt/Do.

Osterwerkstatt

1 x am Mo. 14.04.2025, von 09.30 bis 12.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB745
1 x am Mo. 14.04.2025, von 13.00 bis 15.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB746
Gebühr: 13,- € | Leitung: Magdalena-Offene Behindertenarbeit
Ort: Abensberg

Osterzauber – Bastelspaß für kleine Hände – ab 5 Jahren mit (Groß-)Eltern

1 x am Sa. 05.04.2025, von 14.00 bis 16.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB735
Gebühr: 12,- € | Leitung: Haberecht Sabine | Ort: Abensberg

Säure, Luft und Brausepulver – Experimentierkurs für 4–8-Jährige

1 x am So. 06.04.2025, von 09.30 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB725
1 x am So. 06.04.2025, von 13.30 bis 15.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB726
Gebühr: 39,- € | Leitung: Brunner Susanne | Ort: Abensberg

Realistisch zeichnen lernen – für kleine Künstler ab 10 Jahren

1 x am Sa. 15.03.2025, von 14.30 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB730
Gebühr: 25,- € | Leitung: Quail Lena | Ort: Abensberg

Zumba

Zumba® Kids Jr. von 4 bis 6 Jahren

12 x ab Fr. 11.04.2025, von 14.00 bis 14.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND715A
12 x ab Fr. 11.04.2025, von 14.45 bis 15.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND715B
Gebühr: 54,- € | Leitung: Wigand Kathrin | Ort: Neustadt/Do.

Zumba Kids® – von 7 bis 10 Jahren

5 x ab Fr. 14.03.2025, von 16.30 bis 17.25 Uhr | Kurs-Nr. 251BA720A
5 x ab Fr. 02.05.2025, von 16.30 bis 17.25 Uhr | Kurs-Nr. 251BA720B
Gebühr: 30,- € | Leitung: Hacker Kerstin | Ort: Bad Abbach

Zumba® Kids von 7 bis 11 Jahren

12 x ab Fr. 11.04.2025, von 15.45 bis 16.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND716A
Gebühr: 60,- € | Leitung: Wigand Kathrin | Ort: Neustadt/Do.

Sportlich aktiv

Bewegung macht Spaß für Kinder ab 6 Jahren

1 x am Di. 29.04.2025, von 16.00 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND717
Gebühr: 8,- € | Leitung: Kücükale Selma | Ort: Neustadt/Do.

Dance Mix Kids von 9 bis 12 Jahren

7 x ab Do. 27.03.2025, von 16.50 bis 17.50 Uhr | Kurs-Nr. 251ND722A
Gebühr: 80,- € | Leitung: Old Melanie | Ort: Neustadt/Do.

Generation Pound – für Kinder ab 8 Jahren

5 x ab Mi. 12.03.2025, von 17.00 bis 17.45 Uhr | Kurs-Nr. 251AB760A
5 x ab Mi. 30.04.2025, von 17.00 bis 17.45 Uhr | Kurs-Nr. 251AB760B
Gebühr: 30,- € | Leitung: Hacker Kerstin | Ort: Abensberg

Generation Pound – für Kinder ab 9 Jahren

5 x ab Fr. 14.03.2025, von 17.45 bis 18.45 Uhr | Kurs-Nr. 251BA730A
5 x ab Fr. 02.05.2025, von 17.45 bis 18.45 Uhr | Kurs-Nr. 251BA730B
Gebühr: 30,- € | Leitung: Hacker Kerstin | Ort: Bad Abbach

Inlinerkurs Anfänger I

1 x am Sa. 12.04.2025, von 12.30 bis 14.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB761
Gebühr: 15,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Abensberg
3 x ab Di. 15.04.2025, von 10.00 bis 11.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND727A
Gebühr: 60,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Neustadt/Do.
1 x am Sa. 10.05.2025, von 12.30 bis 14.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB762
Gebühr: 15,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Abensberg
1 x am Sa. 31.05.2025, von 12.30 bis 14.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB763
Gebühr: 15,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Abensberg

Inlinerkurs Anfänger II

1 x am Sa. 05.04.2025, von 12.30 bis 14.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB766
Gebühr: 15,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Abensberg
1 x am Sa. 03.05.2025, von 12.30 bis 14.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB767
Gebühr: 15,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Abensberg
1 x am Sa. 31.05.2025, von 10.30 bis 12.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB768
Gebühr: 15,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Abensberg

Inlinerkurs für Fortgeschrittene

1 x am Sa. 03.05.2025, von 14.00 bis 15.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB771
Gebühr: 15,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Abensberg
1 x am Sa. 24.05.2025, von 12.30 bis 14.00 Uhr | Kurs-Nr. 251AB772
Gebühr: 15,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Abensberg

Mermaid Schwimmen von 7 bis 10 Jahren

1 x am Mo. 14.04.2025, von 10.00 bis 12.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND724A
Gebühr: 18,- € | Leitung: Pfeifer Julia | Ort: Neustadt/Do.

Radfahren für Kids ab 8 Jahren – Auf ins Abenteuer!

5 x ab Fr. 14.03.2025, von 15.30 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB776
Gebühr: 75,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Abensberg
4 x ab Fr. 16.05.2025, von 15.30 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB777
Gebühr: 60,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Abensberg

Tanzmäuse – Musik und Bewegung für Kinder von 4 bis 6 Jahren

7 x ab Do. 27.03.2025, von 14.45 bis 15.30 Uhr | Kurs-Nr. 251ND720A
Gebühr: 59,- € | Leitung: Old Melanie | Ort: Neustadt/Do.

Tanzbärchen – Musik und Bewegung für Kinder von 6 bis 8 Jahren

7 x ab Do. 27.03.2025, von 15.45 bis 16.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND721A
Gebühr: 70,- € | Leitung: Old Melanie | Ort: Neustadt/Do.

Schwimmkurs für Kinder ab 6 Jahren

10 x ab Sa. 15.03.2025, von 14.45 bis 15.45 Uhr | Kurs-Nr. 251ND723A
Gebühr: 125,- € | Leitung: Muthig Maximilian | Ort: Neustadt/Do.

Spiel und Spaß auf Inlinern

1 x am Sa. 26.04.2025, von 10.30 bis 12.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND728A
1 x am Sa. 17.05.2025, von 10.30 bis 12.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND728B
Gebühr: 15,- € | Leitung: Schweiger Sabine | Ort: Neustadt/Do.

Theater

Sweety's Rabbits – Theater für Kinder und Jugendliche

Ab Fr. 14.03.2025, von 14.30 bis 17.30 Uhr | Kurs-Nr. 251AB790
Gebühr: 10,- € pro Monat | Leitung: Süß Angelika | Ort: Abensberg

Kochen

Kochen für Kinder ab 10 Jahren

1 x am Di. 22.04.2025, von 14.00 bis 17.00 Uhr | Kurs-Nr. 251ND707
Gebühr: 22,- € | Leitung: Langbein Bärbel | Ort: Neustadt/Do.

Persönlich oder telefonisch
sind wir hier für Sie erreichbar:

Kulturzentrum Aventinum Abensberg

Osterriedergasse 6 | 93326 Abensberg | Telefon 09443 9103530
Montag–Freitag: 8:00–12:00 Uhr | Montag–Donnerstag: 13:00–15:00 Uhr

Kulturhaus Storchwirt Neustadt an der Donau

Stadtplatz 13 | 93333 Neustadt a.d. Donau | Telefon 09445 752490
Montag–Freitag: 9:00–11:30 Uhr | Montag + Donnerstag: 16:00–18:00 Uhr

oder Sie melden sich online an unter www.vhs-abensberg-neustadt.de
oder per E-Mail unter info@vhs-abensberg.de oder vhs@neustadt-donau.de