



Bitte beachten Sie  
unsere AGB  
auf der Homepage.

## Neue Kurse und Einzelveranstaltungen Frühjahr / Sommer 2025

Das gesamte Programm und fortlaufende Kurse  
finden Sie unter [www.vhs-geislingen.de](http://www.vhs-geislingen.de).

Semesterbeginn 10. März 2025



Volkshochschule Geislingen/Steige  
Schillerstr. 2  
Tel.: 07331 / 24-269  
Mail: [vhs@geislingen.de](mailto:vhs@geislingen.de)

Öffnungszeiten:  
Mo–Do von 9.00 bis 12.00 Uhr und  
Do von 16.00 bis 18.00 Uhr.

2025.1

Wenn nichts anders angegeben, ist eine Anmeldung für jede Veranstaltung erforderlich.

Weitere Informationen sowie die An- und Abmeldungsbedingungen für unsere Veranstaltungen finden Sie auf unserer Website.

Für alle Exkursionen und Reisen gilt: Die vhs ist kein Reiseveranstalter.



© Stadt Geislingen an der Steige

### Hilfe! – Ich geh' in Ruhestand!

Ausrangiert und abserviert? Oder: Hurra – endlich frei!? Anfang vom Ende? Oder: Beginn eines neuen Lebens? Elende Einsamkeit, Ehekrach und Einzelstress? Oder: Wiederbelebung von Beziehungen und Zeit für neue Kontakte?

Der „Ruhestand“ ist oft mit gemischten Gefühlen verbunden. Patentrezepte für ein Gelingen gibt es leider keine. Deswegen ist es Ziel dieses Kurses, Anregungen zur Gestaltung der jeweils eigenen Situation zu erarbeiten.

1106

**Gerlinde Amschl M.Sc., Sozial- und Organisationspsychologin**

**Kostenbeitrag 84,00 EUR nicht ermäßigbar**

**mittwochs, ab 5. Februar 2025 von 18.00 bis 20.00 Uhr, 4 mal**

*In Kooperation mit der vhs Karlsruhe*

neu

### Finanzen verstehen – online

An sechs Abenden erhalten Sie einen aktuellen Einblick in die Welt der Finanzen. Es erwartet Sie eine breite Palette an Informationen zu den Themen Altersvorsorge, Geldkreislauf, Anlageklassen und persönliche Einstellung. Des Weiteren erhalten Sie konkrete öffentlich zugängliche Informationsquellen, um langfristig eigene finanzielle Bildung aufzubauen. Der Dozent wird auf die aktuellen Ereignisse eingehen, die Chancen und Risiken erklären und Ihre Fragen beantworten. PC, Laptop oder ein mobiles Endgerät mit einem Internetanschluss erforderlich.

Zugangslink wird vor Veranstaltungsbeginn zugeschickt.

*In Kooperation mit der vhs Karlsruhe*

### Altersvorsorge – warum sie heute wichtiger ist denn je

1108A

**Leon Podian**

**Kostenbeitrag 17,00 € nicht ermäßigbar**

**Montag, 17. Februar 2025 von 18.30 bis 20.30 Uhr**

### Börse und Aktien. Geschichte, Akteure und Profiteure

1112A

**Leon Podian**

**Kostenbeitrag 13,00 € nicht ermäßigbar**

**Montag, 17. März 2025 von 18.30 bis 20.00 Uhr**

### Wirtschaft. Geldkreislauf und Entstehung der Inflation

1115A

**Leon Podian**

**Kostenbeitrag 17,00 € nicht ermäßigbar**

**Montag, 7. April 2025 von 18.30 bis 20.30 Uhr**

### Risikostreuung. Grundlagen von ETF

1121A

**Leon Podian**

**Kostenbeitrag 13,00 € nicht ermäßigbar**

**Montag, 19. Mai 2025 von 18.30 bis 20.00 Uhr**

### Anlageklassen. Anleihen/ Kryptogeld/Immobilien/ Edelmetalle

1126A

**Leon Podian**

**Kostenbeitrag 21,00 € nicht ermäßigbar**

**Montag, 23. Juni 2025 von 18.30 bis 21.00 Uhr**

### In eigener Sache. Die eigene Strategie am Kapitalmarkt

1129A

**Leon Podian**

**Kostenbeitrag 13,00 € nicht ermäßigbar**

**Montag, 14. Juli 2025 von 18.30 bis 20.00 Uhr**

### Superhirn – Namen und Gesichter merken – Webinar

Der Gedächtnistrainer Helmut Lange zeigt Ihnen einfache und wirksame Methoden, sich Gesichter und Namen einzuprägen.

1111B

**Helmut Lange, Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge**

**Kostenbeitrag 25,00 EUR nicht ermäßigbar**

**Dienstag, am 11. März 2025 von 19.00 bis 21.30 Uhr online**

### Superhirn – Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner – Webinar

Sie lernen verblüffende Kopfrechnetricks mit deren Hilfe Sie schneller im Kopf rechnen können als mit einem Taschenrechner.

1111D

**Helmut Lange, Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge**

**Kostenbeitrag 25,00 € nicht ermäßigbar**

**Donnerstag, 13. März 2025 von 19.00 bis 21.30 Uhr online**

### Brot backen mit dem Bäckermeister

An diesem Tag gibt es jede Menge Infos rund ums Brot. Wie entsteht Sauerteig und wie bleibt er länger haltbar? Sie backen zwei große Brote, Fladen und Baguette, die Sie mit nach Hause nehmen können. Sie erhalten Rezepte und zum Schluss können die ersten Produkte verkostet werden.

**Andreas Kiene, Bäckermeister**

**Kostenbeitrag 30,00 € bei 6/7 TN 22,50 € bei 8/9 TN**

Bitte bringen Sie eine Schürze, Taschen für die Backwaren und die Materialkosten von 17,00 € mit.

**Weberallee 19/1, Kuchen**

1112E

**Freitag, 21. März 2025 von 18.00 bis 21.00 Uhr**

1128C

**Mittwoch, 9. Juli 2025 von 18.00 bis 21.00 Uhr**

### Konditoreischnupperkurs

Bisquitmasse ohne Backpulver geht das? Wie verarbeite ich meine Früchte aus dem Garten zu leckeren Sahnedesserts, Bechertorten oder Fruchtfüllungen? Wie geht das mit der Gelatine? Was bedeutet abrösten, wenn ich eine Brandmasse für Windbeutel herstellen will? ... Im Kurs lernen Sie es.

**Andreas Kiene, Bäckermeister**

**Kostenbeitrag 30,00 € bei 6/7 TN 22,50 € bei 8/9 TN**

Mitzubringen sind: Schürze, genügend Boxen für 10 bis 15 Dessertstückchen und 17,00 € für die Kosten für Backzutaten und Imbiss.

**Weberallee 19/1, Kuchen**

1115C

**Mittwoch, 9. April 2025 von 18.00 bis 21.00 Uhr**

1127F

**Samstag, 5. Juli 2025 von 9.00 bis 12.00 Uhr**

neu

### Memmingen im Jubiläumsjahr

Memmingen von seiner spannendsten Seite erleben, das Geheimnis des bekannten Allgäu-Krimis „Kluftinger“ entdecken und den Autor Michael Kobr persönlich treffen.

1119E

**Ursula Weingart-Brodbeck**

**Kostenbeitrag 98,00 € Die Gebühr beinhaltet Busfahrt, Stadtrundgang sowie Führung mit Michael Kobr im Stadtmuseum – ohne Essen in der Gaststätte Bitte wetterfeste Kleidung, Rucksackvesper und Getränke mitbringen.**

**Freitag, 9. Mai 2025**

**Abfahrt:**

**11.15 Uhr EWS Arena Göppingen**

**11.30 Uhr Eisingen**

**11.45 Uhr Geislingen Nel Mezzo**

**Rückkehr:**

**ca. 20.45 Uhr Geislingen**

**ca. 21.00 Uhr Eisingen**

**ca. 21.15 Uhr Göppingen**

**Anmeldungen und kostenfreie Anmeldungen sind bis zum 12. März 2025 möglich.**

*In Zusammenarbeit mit der vhs Göppingen (Anmeldung nur bei der vhs Geislingen)*



© Christina Erlich

„Wohin du auch gehst, geh mit deinem ganzen Herzen.“

Konfuzius

Liebe Mitbürger\*innen,

das Programm, das Sie in der Hand halten, hat eine besondere Bedeutung für mich. Denn es ist das letzte, in welchem ich Sie für unsere vhs grüßen darf. Neben den beliebtesten Kursen, die Sie seit Jahren schon kennen, finden Sie auch dieses Mal wieder neue Kurse, die hoffentlich Ihr Interesse wecken werden. Davon bin ich überzeugt. Lassen Sie sich von diesem Angebot inspirieren.

Trotz mehrmaligen Verabschiedungen des Programms „Lernen mit Rückenwind“, freut es mich Ihnen mitzuteilen, dass es erneut bis Ende des Schuljahres 24/25 verlängert wurde. Mit dem neuen Landesprogramm LOBW UP wird die vhs weiter ein wichtiger Kooperationspartner der Geislinger Schulen bleiben. Im Voraus wünsche ich allen Akteuren viel Erfolg damit und bedanke mich ganz herzlich für diese Unterstützung.

An dieser Stelle möchte ich mich auch herzlich beim gesamten Team der vhs und den Dozentinnen und Dozenten verabschieden. Es war mir eine Freude, Sie alle auf Ihrem Weg mit der vhs zu begleiten. Wecken und stillen Sie auch weiterhin die Neugier und den Wissensdurst der Menschen! Ihnen liebe Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmern wünsche ich viel Spaß und Erfolg bei Ihren Kursen und hoffe, dass Sie viele bereichernde Erfahrungen sammeln können.

Ihr

Frank Dehmer, Oberbürgermeister

## Weinbergwanderung & Weinbaugeschichte in Esslingen



© Dr. S. Cantagalli Kästner

Weinfreunde aufgepasst! Lassen Sie sich auf eine wundervolle Wanderung durch Esslingens Weinberge entführen. Von der Frauenkirche Esslingen starten wir um ca. 10.00 Uhr zu einer Rundtour durch die Weinberge (2 Stunden, ca. 4 km Wegstrecke). Der Ausblick auf das Neckartal und die historische Altstadt wird uns bezaubern. Zwischendurch erfahren Sie viel Wissenswertes über die Geschichte des Weinbaus in Esslingen und es wartet eine kleine Pause mit einer Stärkung auf Sie.

1121F

**Sandra Schneider**  
Kostenbeitrag 15,00 €  
nicht ermäßigbar

**Samstag, 24. Mai 2025**  
von 10.00 bis 13.00 Uhr

**Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben. Bitte geben Sie an, ob Sie an einem Gruppenticket interessiert sind.**

## Eltern im digitalen Zeitalter

– Webinar

In dem Kurs lernen Eltern, wie sie im digitalen Zeitalter ihre Kinder vor den Risiken von Social Media schützen können. Erfahren Sie, wie verschiedene Social-Media-Plattformen funktionieren und welche Auswirkungen sie auf das Leben Ihrer Kinder haben können. Wir werden die häufigsten Risiken und Herausforderungen im Zusammenhang mit der Nutzung von Social Media durch Kinder erkunden und Ihnen praktische Tipps geben, wie Sie Ihre Kinder vor Cybermobbing, unangemessenen Inhalten und Datenschutzproblemen schützen können. Dieser Kurs bietet Ihnen das nötige Wissen, um Ihre Kinder sicher durch die Welt der sozialen Medien zu begleiten. Melden Sie sich jetzt an und stärken Sie Ihre Fähigkeiten, Ihre Kinder im digitalen Zeitalter zu schützen und zu unterstützen!

Inhalte:

- Cybermobbing
- Übersicht der Social Media Apps
- Fokus auf WhatsApp und Instagram
- Gefahren & Lösungen
- Offene Diskussion

Voraussetzung Teilnehmende:

- Zoom-Account

1123D

**Robin Weniger**  
Kostenbeitrag 32,50 €  
nicht ermäßigbar

**Donnerstag, 5. Juni 2025**  
von 18.15 bis 20.30 Uhr

**Weitere Termine auf Anfrage!**

## Einkommensteuererklärung speziell für Ruheständler

In diesem Kurs werden Sie mit den Besonderheiten der Einkommensteuererklärung im Alter vertraut gemacht. Wer ist abgabepflichtig? In welche Formulare trage ich meine Renten/ Pension ein? Muss ich dies überhaupt? Für welche Einkünfte erhalte ich einen Altersentlastungsbetrag? Wie hoch ist meine zumutbare Belastung bei Krankheitskosten und Pflegekosten? ...

1126C

**Volker Riechert, Dipl. Kaufmann, Steuerfachwirt, Bilanzbuchhalter**  
Kostenbeitrag 60,00 €  
Kleingruppenpreis nicht ermäßigbar

**Mittwoch, 25. Juni 2025**  
von 14.00 bis 18.00 Uhr

**Volkshochschule, Raum S3**

## Auf ins Unterallgäu



© Ulrich Haas

In Bad Grönenbach beim altherwürdigen Hohen Schloss starten wir zu unserer Wanderung. Hier wurden übrigens Szenen des Kult-Krimis „Grimmbart“ mit Kommissar Kluftinger gedreht. Hinunter gehts zur malerischen Auenlandschaft an der Iller über die Hängebrücke. Auf der anderen Seite lohnt sich besonders der Aufstieg auf den Erlebnisturm, hier bieten sich traumhafte Rundumblicke. Das wahre Highlight des Tages ist das prachtvolle Schloss Kronburg, eines der schönsten Renaissanceschlösser Bayerns!

Infos zur Wanderstrecke:

Länge von ca. 9 km mit einer Gehzeit von ca. 3 Stunden und einem Aufstieg von ca. 150 m und einen Abstieg von ca. 170 m.

1128F

**Ursula Weingart-Brodbeck**  
Kostenbeitrag 99,00 €  
Der Preis beinhaltet die Busfahrt, die Wanderung, sowie die Führung Schloss Kronburg – nicht inbegriffen ist das Essen in der Gaststätte.  
Bitte Wanderstöcke (absolut empfehlenswert.), Wanderschuhe, wetterfeste Kleidung, Rucksackvesper und genügend Getränke mitbringen.

**Samstag, 5. Juli 2025**

Abfahrt:

**9.00 Uhr EWS Arena Göppingen, 9.25 Uhr Geislingen Nel Mezzo**

Rückkehr:

**ca. 20.30 Uhr Geislingen,**

**ca. 21.00 Uhr Göppingen**

Anmeldungen und kostenfreie Abmeldungen sind bis zum 9. Mai 2025 möglich.

In Zusammenarbeit mit der vhs Göppingen  
(Anmeldung nur bei der vhs Geislingen)

## Mundharmonika am Vormittag

34. Semester, Wieder- und Quereinsteiger sind herzlich willkommen

2046

**Jochen Reißmüller, Mundharmonika-Lehrer**

Kostenbeitrag 64,00 € ab 5 TN

53,20 € ab 6 TN

40,00 € ab 8 TN

32,00 € ab 10 TN

Bitte mitbringen: Bluesharmonika in C, G, A, Bb-Dur und Notenständer

**dienstags, ab 29. April 2025**

**von 9.30 bis 11.00 Uhr, 5 mal**

**Volkshochschule, Raum S2**

neu

## Spaß beim Menschenzeichnen

für Jugendliche und Erwachsene  
Menschen zeichnen ist hart! Oder? In dem Kurs entdecken wir, wie schon mit wenigen Strichen ein Mensch entsteht, was sich in ominösen Silhouetten und geometrischen Formen verbirgt, wie sich unser Gesicht anfühlt und was wir in fünf Minuten bereits aufs Papier bringen können! Das Motto: Hauptsache Spaß! Den Perfektionismus lassen wir Zuhause, dann gibt es auf jeden Fall strahlende Gesichter.

2060

**Mo Kast, Illustratorin und Designerin**  
Staffelgebühr – nicht ermäßigbar:

57 € bei 5 TN, 51,00 € bei 6 TN,

45,00 € bei 7 TN, 39,00 € bei 8 TN

33,00 € bei 9 TN, 27,00 € bei 10 TN

zzgl. 10,00 € Materialkosten werden im Kurs bar eingesammelt.

Bitte mitbringen für die erste Stunde: Bleistift (2B+4B), Zeichenpapier und Materialkosten

**dienstags, ab 18. März 2025**

**von 19.30 bis 21.00 Uhr, 6 mal**

**Volkshochschule, Raum 120**

neu

## Orientalischer Tanzkurs



© Liudmyla Viedenieieva

Tanzkurse sind ein wirksames Mittel, um die Gesundheit auf allen Ebenen zu verbessern.

2090



**WIRWUNDER**  
erfüllt Wünsche.

**Liudmyla Viedenieieva**  
Kostenbeitrag 55,00 EUR, Kleingruppenpreis nicht ermäßigbar  
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Wechselschuhe, Gürtel für orientalische Tänze (falls vorhanden)  
**dienstags, ab 11. März 2025**  
**von 19.00 bis 20.00 Uhr, 12 mal**  
**Volkshochschule, Gymnastikraum**

## Eurythmie – belebende Bewegungskunst

**20912**  
**Ulrike Kistermann Eurythmistin**

Kostenbeitrag 80,00 €  
Bitte Eurythmie- oder leichte Gymnastikschuhe mitbringen.  
**dienstags, ab 11. März 2025**  
**von 20.00 bis 21.00 Uhr, 15 mal**  
**Einsteinschule, Musikraum, Garten Goethestr. dann Hintereingang Südseite**

## Digitale Fotografie

Kamera- und Aufnahmetechnik  
**Rainer Lauschke, Dipl. Fotodesigner**  
Kostenbeitrag 30,00 €, Kleingruppenpreis (nicht ermäßigbar)  
Bitte mitbringen: Fotoausrüstung (Kamera, Objektiv(e), Stativ, Filter), je nachdem was vorhanden ist und ganz wichtig: vergesst bitte nicht die Bedienungsanleitung eurer Kamera, ob in analoger oder digitaler Form, genauso vollgeladene Akkus.

## Grundlagen der Fotografie Teil 1

Es sind keine Grundkenntnisse nötig. Wir fangen bei null an.

2112C

**Mittwoch, 19. März 2025**  
**von 18.00 bis 21.00 Uhr**  
**Volkshochschule, Raum S5**

## Grundlagen der Fotografie Teil 2

Aufbaukurs basierend auf dem vorangegangenen Fotokurs „Digitale Fotografie „Grundlagen der Fotografie Teil 1“. Aber auch für jeden der bereits Grundkenntnisse in der Fotografie mitbringt. \*

2115C

**Mittwoch, 9. April 2025**  
**von 18.00 bis 21.00 Uhr,**  
**Volkshochschule, Raum S2**

Mit **WIRWUNDER** – der Spendenplattform der Sparkassenorganisation und betterplace – unterstützen wir Vereine und soziale Projekte.

**LB&BW** **LBS** **SV** Sparkassenversicherung

Jetzt Projekte einstellen unter [www.wirwunder.de/goeppingen](http://www.wirwunder.de/goeppingen).

**S**  
Kreissparkasse  
Göppingen

## Fortgeschrittene digitale Fotografie Teil 3

Weiterführende Techniken in der digitalen Fotografie. Für digitale Spiegelreflexkameras (DSLR) und digitale spiegellose Systemkameras (DSLM) mit Wechseloptiken. Voraussetzung: Aufbaukurs basierend auf dem Kurs „Digitale Fotografie für Fortgeschrittene“

2113C

**Mittwoch, 26. März 2025**  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum S2

## Motivfindung und Bildgestaltung in der Fotografie

Kamera- und Aufnahmetechnik für die Anordnung und Verbindung formaler Elemente im Bild. Weiterführender Fotokurs aufbauend auf den vorangegangenen Fotokursen „Grundlagen der Fotografie Teil 1 und Teil 2“. Aber auch für jeden der bereits Grundkenntnisse in der Fotografie mitbringt.

2119C

**Mittwoch, 7. Mai 2025**  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum S2

## Gelungene Portraits mit einfachen Mitteln realisieren

Eine Einführung in Porträtfotografie.

2123C

**Mittwoch, 4. Juni 2025**  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum S2

## Foto-Exkursion

Ziel der Foto-Exkursion ist es euch das Erlernete aus den vorherigen Fotokursen in der Praxis näherzubringen.

2129C

**Mittwoch, 16. Juli 2025**  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
Volkshochschule, Raum S2



## Asthma und Allergien

22. Geislinger Arzt-Patienten-Forum  
Immer mehr Menschen haben eine Allergie – von Heuschnupfen über Sonnenallergie bis hin zur Hausstauballergie. Eine Allergie führt nicht nur zu lästigen Symptomen wie Hautausschlag oder Juckreiz, sie kann auch zu allergischem Asthma bronchiale führen und manchmal sogar lebensbedrohlich sein.

Das Asthma ist eine entzündliche Erkrankung der Atemwege mit dauerhaft bestehender Überempfindlichkeit. Bei entsprechend veranlagten Personen führt die Entzündung zu anfallsweiser Luftnot infolge einer Verengung der Atemwege.

3000

**Kreisärzteschaft Göppingen und Siegbert Herb, Facharzt für Innere Medizin, Pneumologie**  
Kostenbeitrag 3,00 EUR  
Abendkasse

**Donnerstag, 20. März 2025**  
von 18.30 bis 20.00 Uhr  
Mehrgenerationenhaus, Schillerstraße 4, Schubartsaal  
Um Voranmeldung wird gebeten.

*In Zusammenarbeit mit der Kassernärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg und dem Mehrgenerationenhaus Geislingen*



## KlinikDialog: Schmerzen an der Hand – was können wir tun?

Die Hand ist ein kleines Wunderwerk: 27 Knochen bilden ihr Gerüst. Dank eines komplizierten Zusammenspiels aus Gelenken, Muskeln, Sehnen, Nerven und Gefäßen mitsamt Gleitgewebe hat der Mensch mit ihr ein vielseitig

einsetzbares Werkzeug. Was tun, wenn es zu Verschleißerscheinungen und Beeinträchtigungen kommt?  
Referenten: Dr. Andrea Tandara, Oberärztin, Sektionsleitung Handchirurgie, Fachärztin für Allgemein Chirurgie, Schwerpunkte: Hand- und Fußchirurgie, plastische Chirurgie Orthopädisch-Unfallchirurgisches Zentrum, ALB FILS KLINIKUM, Göppingen  
Markus Laps, Ergotherapeut, ALB FILS KLINIKUM, Göppingen

3001

**ALB FILS KLINIKUM GmbH**  
Diese Veranstaltung ist kostenlos!  
**Donnerstag, 22. Mai 2025**  
von 18.30 bis 20.00 Uhr  
Mehrgenerationenhaus, Schillerstraße 4, Schubartsaal  
Um Voranmeldung wird gebeten.

*In Kooperation mit dem ALB FILS KLINIKUM GmbH und dem Mehrgenerationenhaus Geislingen*

## Wecke den Löwen in dir“:

„Du musst dich trauen, dich zu wehren“ – Sicher durch den Alltag – Sich selbstbewusst behaupten  
für Mädchen ab 16 Jahre und Frauen  
Sifu Roberto Cabriolu, Kampfkunstlehrer

Kostenbeitrag 49,00 €  
Sportkleidung und Getränke  
Richtofenstr. 32, 73312 Geislingen

*In Kooperation mit der Kampfkunst- und Gesundheitsschule Geislingen*

3009A

**samstags, ab 22. März 2025**  
von 15.30 bis 17.30 Uhr, 3 mal  
3009B

**samstags, ab 28. Juni 2025**  
von 15.30 bis 17.30 Uhr, 3 mal

neu

## Gedächtnistraining für Senioren mit Stöcken aus der Kampfkunst

Hilfestellung um die kognitiven Funktionen zu erhalten besonders das Gedächtnis.

3011

**Sifu Roberto Cabriolu, Kampfkunstlehrer**  
Kostenbeitrag 49,00 EUR  
Kleingruppenpreis nicht ermäßigbar  
Bitte Sportkleidung und Getränke mitbringen

**freitags, ab 14. März 2025**  
von 9.30 bis 10.30 Uhr, 5 mal  
Richtofenstr. 32, 73312 Geislingen  
*In Kooperation mit der Kampfkunst- und Gesundheitsschule Geislingen*

neu

## Wecke den Löwen in dir“:

„Du musst dich trauen, dich zu wehren“ – Sicher durch den Alltag – Sich selbstbewusst behaupten  
Für 50 + /Best Ager / Senioren

3011E

**Sifu Roberto Cabriolu, Kampfkunstlehrer**  
Kostenbeitrag 49,00 EUR  
Kleingruppenpreis nicht ermäßigbar

## Bitte Sportkleidung und Getränke mitbringen

**freitags, ab 14. März 2025**  
von 10.30 bis 11.30 Uhr, 5 mal  
Richtofenstr. 32, 73312 Geislingen

*In Kooperation mit der Kampfkunst- und Gesundheitsschule Geislingen*

## 5 Wege zu einem perfekten Gedächtnis – Webinar

**3012**  
**Helmut Lange, Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge**  
Kostenbeitrag 55,00 € nicht ermäßigbar  
**Samstag, 29. März 2025**  
von 9.00 bis 16.30 Uhr  
online

## Rückenfitness – online

3014

**Meike von Au, Fitnesstrainerin**  
Kostenbeitrag 49,50 €  
**montags, ab 10. März 2025**  
von 20.00 bis 20.45 Uhr, 15 mal  
online

## Hatha-Yoga

für ganzheitliches Wohlbefinden  
**Marianne Maurer, Yogalehrerin, Heilpädagogin**  
Kostenbeitrag 84,00 €  
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Wolldecke und Wollsocken mit.  
Volkshochschule, Gymnastikraum

3103

**donnerstags, ab 13. März 2025**  
von 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 mal  
Kein Kurs am 8. Mai 2025!

3104

**donnerstags, ab 13. März 2025**  
von 19.45 bis 21.15 Uhr, 12 mal  
Kein Kurs am 8. Mai 2025!

neu

## Yoga für Schwangere



© Leonie Palinkas

Methoden: Hatha-Yoga

3105

**Leonie Palinkas, Tanz-, Yoga- und Fitnesstrainerin**  
Kostenbeitrag 54,00 EUR  
Sie benötigen: Matte, Kissen, Decke, 2 Yoga-Blöcke (oder dicke Bücher)  
**donnerstags, ab 13. März 2025**  
von 19.30 bis 20.15 Uhr, 6 mal  
online  
Ein Termin findet in den Ferien am 24.4.2025 statt!

**Nicht eine, sondern meine Bank.**

**Morgen kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Jetzt Mitglied werden!

**Mitglieder haben mehr von ihrer Bank!**

- Exklusive Mehrwerte und Konditionen
- Jährliche Dividende und Mitbestimmungsrechte
- Sparen bei Versicherungen der R+V

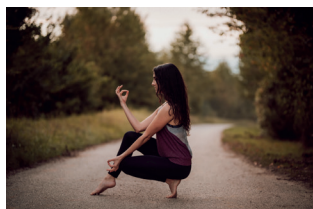


Jetzt informieren und Mitglied werden!

**Volkbank Göppingen**



## After-Work-Yoga



© Leonie Palinkas

**3106**  
Leonie Palinkas, Tanz-, Yoga- und  
Fitnesstrainerin  
Kostenbeitrag 85,00 EUR  
Sie benötigen: Matte, Kissen, Decke,  
optional 2 Yoga-Blöcke (oder dicke  
Bücher)  
donnerstags, ab 13. März 2025  
von 17.30 bis 18.15 Uhr, 10 mal  
online  
Ein Termin findet in den Ferien am  
24.4.2025 statt!

## Qigong

Heike Lehle-Schirmer, Heilprakti-  
kerin, TCM-Therapeutin, Qigong-  
Lehrerin  
Kostenbeitrag 92,15 €, Kleingrup-  
penpreis nicht ermäßigbar  
Bitte mitbringen: bequeme Klei-  
dung, dicke Socken oder bequeme  
Schuhe  
**3110**  
montags, ab 10. März 2025  
von 17.30 bis 18.45 Uhr, 14 mal  
Volkshochschule, Gymnastikraum  
Kein Kurs am 23. Juni 2025!

## Qigong für die Frau

**3111**  
Heike Lehle-Schirmer Heilpraktike-  
rin, TCM-Therapeutin, Qigong-Leh-  
rerin  
Kostenbeitrag 92,15 €, Kleingrup-  
penpreis nicht ermäßigbar  
Bitte bequeme Kleidung, Schuhe  
oder dicke Socken mitbringen.  
montags, ab 10. März 2025  
von 16.10 bis 17.25 Uhr, 14 mal  
Volkshochschule, Gymnastikraum  
Kein Kurs am 23. Juni 2025!

## Wehr Dich

Selbstverteidigungskurs für Frauen  
und Mädchen  
Ralph Emberger 3. DAN Jiu-Jitsu,  
Dipl.Ing. E-Technik  
Kostenbeitrag 60,00 EUR  
nicht ermäßigbar  
Bitte mitbringen: Bequeme Sport-  
kleidung, Getränk, Essen und gute  
Laune  
Volkshochschule, Gymnastikraum  
In Zusammenarbeit mit Jiu Jitsu Geislingen e.V.

**3112E**  
Freitag, 21. März 2025  
von 18.00 bis 22.00 Uhr und  
Samstag, 22. März 2025  
von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr (mit  
Pausen),  
**3127E**  
Freitag, 4. Juli 2025  
von 18.00 bis 22.00 Uhr und  
Samstag, 5. Juli 2025  
von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr (mit  
Pausen), 2 mal

## Lebensrad im Fokus: Wie du alle Lebensbereiche meisterst

**3113F**  
Mark Bucher, Online Marketing,  
Sportbranche  
Kostenbeitrag 60,00 EUR, Klein-  
gruppenpreis nicht ermäßigbar  
Bitte mitbringen: Schreibmaterial,  
Verpflegung  
Samstag, 29. März 2025  
von 9.00 bis 16.00 Uhr  
(Pause von 12.00 bis 13.00 Uhr)  
Volkshochschule, Raum S2

## Lindern Sie Ihre Geräusche im Ohr!

**3127**  
Traute Surborg-Kunstleben,  
Dipl. Päd., Tinnitusatemtherapeutin,  
Rhetoriktrainerin, Yogalehrerin  
Kostenbeitrag 29,00 € bei 5/6 TN  
23,00 € ab 7 TN  
Kleingruppenpreis nicht ermäßig-  
bar  
Bitte mitbringen: warme Socken  
Mittwoch, 2. Juli 2025  
von 18.30 bis 21.00 Uhr  
Volkshochschule, Gymnastikraum

## Sie können nicht schlafen?

Endlich wieder besser schlafen – tief  
und erholsam.  
**3128**  
Traute Surborg-Kunstleben, Dipl.  
Päd., Tinnitusatemtherapeutin,  
Rhetoriktrainerin, Yogalehrerin  
Kostenbeitrag 33,00 € bei 5/6 TN  
25,00 EUR ab 7 TN,  
Kleingruppenpreis nicht ermäßig-  
bar  
Bitte mitbringen: Decke, Kissen,  
bequeme Kleidung, warme Socken  
Mittwoch, 9. Juli 2025  
von 18.30 bis 21.30 Uhr  
Volkshochschule, Gymnastikraum



© Angela Zahn

## Resilienz

Durch Krisen stark werden  
**3129**  
Angela Zahn, Heilpraktikerin Psy-  
chotherapie, System. Therapeutin  
Kostenbeitrag 50,00 €  
Kleingruppenpreis nicht ermäßig-  
bar  
Bitte mitbringen: Schreibzeug  
Samstag, 19. Juli 2025  
von 10.00 bis 16.00 Uhr (30 Min.  
Pause)  
Volkshochschule, Raum S3

## Gehirn und Intuition

Intuition wird oft als plötzlich auftau-  
chendes Gefühl beschrieben, das uns  
in schwierigen Entscheidungen den  
Weg weist. Wir entdecken die span-  
nende Welt der Intuition aus neuro-  
wissenschaftlicher Perspektive.  
Mit Übungen.  
**3200**  
Susanne Gabriel, Physiotherapeutin  
Kostenbeitrag 60,00 €  
donnerstags, ab 13. März 2025  
von 18.30 bis 20.00 Uhr, 6 mal  
online  
Ein Termin findet in den Ferien am  
17.4.2025 statt!

## Gehirn und Stress

Dieser Online-Kurs widmet sich der  
Frage, wie unser Gehirn auf Stress  
reagiert und welche Strategien wir  
entwickeln können, um besser damit  
umzugehen.  
**3201**  
Susanne Gabriel, Physiotherapeutin  
Kostenbeitrag 60,00 EUR  
donnerstags, ab 8. Mai 2025  
von 18.30 bis 20.00 Uhr, 6 mal  
online

## Wildkräuter-Grundausbildung Teil 1

gepaart mit mentalen Techniken für  
unser Wohlbefinden  
**3300**  
Sabine Ebner Pädagogin, Systemi-  
sche Beraterin  
Kostenbeitrag 200,00 € für 4/5 TN  
140,00 € für 6/7 TN  
110,00 € für 8/9 TN  
92,00 € für 10 TN  
nicht ermäßigbar  
Samstag, 22. März 2025, von 14.00  
bis 16.00 Uhr (vhs, S3)  
Samstag, 5. April 2025, von 14.00

bis 17.00 Uhr (Haus der Familie,  
Küche)  
Samstag, 17. Mai 2025, von 14.00  
bis 16.00 Uhr (vhs, S3)  
Samstag, 28. Juni 2025, von 14.00  
bis 16.00 Uhr (vhs, S3)  
Samstag, 26. Juli 2025, von 14.00  
bis 17.00 Uhr (Haus der Familie,  
Küche)

In Zusammenarbeit mit dem Haus der Familie

## Rückhalt

Ganzheitliches Rückentraining –  
Kräftigung des Beckenbodens  
**3402**  
Christine Eberhardt-Hansmann,  
Krankengymnastin  
Kostenbeitrag 77,10 € bei 8–9 TN  
61,70 € bei 10 TN  
Bitte mitbringen: bequeme Klei-  
dung und ein großes Handtuch  
montags, ab 10. März 2025  
von 11.00 bis 12.00 Uhr, 14 mal  
Volkshochschule, Gymnastikraum

## Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer

Anette von Au  
staatlich geprüfte Übungsleiterin  
Kostenbeitrag 77,00 € bei 6/7 TN  
57,80 € bei 8/9 TN  
46,20 € bei 10 TN  
Grundschule Eybach, Gymnastik-  
raum

**3410**  
mittwochs, ab 12. März 2025  
von 18.30 bis 19.15 Uhr, 14 mal  
**3411**  
mittwochs, ab 12. März 2025  
von 19.20 bis 20.05 Uhr, 14 mal

## Gymnastik für Senioren und Seniorinnen im Sitzen

**3430**  
Gerhild Salzmann  
Bitte bringen Sie Antirutschsocken  
oder leichte Turnschuhe mit.  
montags, ab 10. März 2025  
von 14.00 bis 14.45 Uhr, 16 mal  
Volkshochschule, Gymnastikraum

## Bauch-Oberschenkel-Po (BOP) – online

**3500**  
Meike von Au, Fitnesstrainerin  
Kostenbeitrag 49,50 €  
montags, ab 10. März 2025  
von 19.00 bis 19.45 Uhr, 15 mal  
online

## Ganzkörpertraining für Frauen ab 50

**3505**  
Manuela Schurr, Sport- u. Gymnas-  
tik-Lehrerin  
Kostenbeitrag 52,80 €  
montags, ab 10. März 2025  
von 19.00 bis 20.00 Uhr, 12 mal  
Jahnhalle, Gymnastikraum, Eingang  
Parkplatz

Weitere Details  
unserer Kurse und  
Veranstaltungen  
finden Sie online unter  
[www.vhs-geislingen.de](http://www.vhs-geislingen.de)

Wenn nichts anders  
angegeben, ist eine Anmeldung  
für jede Veranstaltung  
erforderlich.

## Fit mit ZUMBA®

3520

Mario Rapisarda, ZUMBA®-Instructor

Kostenbeitrag 80,00 €

Bitte kommen Sie in leichter Sportbekleidung und bringen Sie Turn- oder Gymnastikschuhe, Handtuch und Getränk mit.

**mittwochs, ab 12. März 2025**

**von 18.00 bis 19.00 Uhr, 15 mal**

**Pestalozzi-Turnhalle**

*In Zusammenarbeit mit der TG Geislingen*

## ZUMBA®

3522

Mario Rapisarda, ZUMBA®-Instructor

Kostenbeitrag 80,00 €

Bitte kommen Sie in leichter Sportbekleidung und bringen Sie Turn- oder Gymnastikschuhe, Handtuch und Getränk mit.

**montags, ab 10. März 2025**

**von 19.30 bis 20.30 Uhr, 15 mal**

**Volkshochschule, Gymnastikraum**

*In Zusammenarbeit mit der TG Geislingen*

## Techniktraining Schwimmen

Schwimmen mit Stil

3601

Wolfram Berge, Dipl.- Sportlehrer

Kostenbeitrag 44,30 € ab 10 TN

49,30 € ab 9 TN

55,40 € ab 8 TN

63,30 € ab 7 TN

73,90 € ab 6 TN

88,60 € ab 5 TN

110,90 € ab 4 TN

Kleingruppenpreis nicht ermäßigbar

Eintritt bitte direkt an der Kasse bezahlen – ist nicht im Kostenbeitrag enthalten!

Schwimmzeug, Handtuch, Schwimmbrille, Badeschuhe

**donnerstags, ab 13. März 2025**

**von 17.00 bis 17.45 Uhr, 10 mal**

**5-Täler-Bad**

## Shintaido

Kampfkunst – Fitness – Entspannung

Kurs u. Meditations-Online-Teilnahme

3700

Benjamin Decker, 1. Dan im Shintaido-Kenjutsu (Schwertkampf) und

1. Kyu (Assistant) im Shintaido

Kostenbeitrag 40,00 € für Präsenzteilnahme, 10,00 € für Online-Meditationsteilnahme

Kostenbeiträge nicht ermäßigbar

Bitte lockere, lange Sportkleidung

(möglichst hell oder weiß) und

Gymnastikschuhe mitbringen oder

Keiko-Gi, wenn vorhanden.

**montags, ab 10. März 2025**

**von 20.15 bis 22.00 Uhr, 15 mal**

Kein Kurs am 30. Juni 2025.

**Jahnhalle, Gymnastikraum, Eingang**

**Parkplatz**

Sie wollen nicht am gesamten Training teilnehmen, sondern jeweils

online die Meditationseinheit von

20.45 bis 21.00 Uhr zuhause mitmachen?

Dazu benötigen Sie einen

Computer/Notebook mit Internetzugang

und Webcam. Eine Anmeldung

dazu ist jeweils bis Montag um

14.00 Uhr möglich mit Email an

benjamin.decker@geislingen.de.

Anmeldung erforderlich.

Bitte vergleichen Sie die aktuellen Termine im Internet unter der jeweiligen Kursnummer. Wenn nichts anders angegeben, gilt die Staffgebühren für jeden Kurs.

## Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt – Webinar

40501

Helmut Lange, Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge

Kostenbeitrag 25,00 EUR nicht ermäßigbar

**Donnerstag, 27. März 2025**

**von 19.00 bis 21.30 Uhr**

**online**

## Business English (A1+) – Intensiv und Hybrid

für Anfänger\*innen mit guten Vorkenntnissen

40604

Iuliia Shamaieva

Lehr- und Arbeitsbuch: Business

Result (Second Edition) Starter

(Student's Book) by J. Hughes and

P. McLarty (Units 1–8); Business

Result (Second Edition) Elementary

(Student's Book) by J. Hughes, D.

Grant, N. & R. Turner (Units 1–12)

**ab 10. März 2025, 15 mal**

**montags von 16.15 bis 17.45 Uhr**

**mittwochs von 16.30 bis 18.00 Uhr**

**Volkshochschule, Raum S2**

## Business English (A2–B1+) – Intensiv

für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen

40607

Iuliia Shamaieva

Lehr- und Arbeitsbuch: Business

Result (Second Edition) Pre-Intermediate

(Student's Book) by

J. Hughes & J. Hudson (Units 1–15);

Market Leader. Business Grammar

and Usage (Business English) by

P. Strutt (Units 1–16)

**ab 11. März 2025, 15 mal**

**dienstags von 16.30 bis 18.00 Uhr**

**donnerstags von 17.00 bis 18.30 Uhr**

**Volkshochschule, Raum S2**

## English for International Travel (A2+) – Intensiv und Hybrid

für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen

40608

Iuliia Shamaieva

Lehr- und Arbeitsbuch: English for

International Tourism (Pre-Intermediate

Student's Book) by I. Dubicka

and M. O'Keeffe. Longman (Units

1–15)

**ab 15. März 2025, 15 mal**

**donnerstags von 18.30 bis**

**20.00 Uhr**

**sonntags von 12.30 bis 14.00 Uhr**

**Volkshochschule, Raum S2**

## Sprachen

### Englisch (A2+)

Für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen

40606

Iuliia Shamaieva

Lehr- und Arbeitsbuch: Easy English

A2.1, Unit 14, Cornelsen Verlag

**donnerstags, ab 13. März 2025**

**von 18.00 bis 19.30 Uhr, 14 mal**

**Volkshochschule, Raum S5**

### Let's talk! (B1)

Für Teilnehmende, die an frühere Kenntnisse anknüpfen wollen

40609

Charlyne Graf-Wood

Lehr- und Arbeitsbuch: Easy English

B1.1, Cornelsen Verlag

**dienstags, ab 11. März 2025**

**von 18.15 bis 19.45 Uhr, 10 mal**

**Volkshochschule, Raum S2**

### Endlich Zeit für Englisch (B1+)

Für Teilnehmende mit sehr guten Vorkenntnissen

40610

Lore Bussey

Lehr- und Arbeitsbuch: wird im Kurs

besprochen

**mittwochs, ab 12. März 2025**

**von 9.00 bis 10.30 Uhr, 15 mal**

**Volkshochschule, Raum S3**

### English through Arts (B1+) – Hybrid

für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen

40611

Iuliia Shamaieva

Lehr- und Arbeitsbuch: Arttalk

(Fourth Edition) by Rosalind Ragans.

McGraw Hill. Glencoe (Units 1–14)

**donnerstags, ab 13. März 2025**

**von 20.00 bis 21.30 Uhr, 12 mal**

**Volkshochschule, Raum S2**

### Spanisch für Anfänger\*innen (A1)

Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse

42200

Maria de Los Angeles Bracho Garcia

Lehr- und Arbeitsbuch: Con gusto

nuevo A1, Klett-Verlag

**montags und mittwochs,**

**ab 10. März 2025**

**von 20.00 bis 21.30 Uhr, 15 mal**

**Volkshochschule, Raum S4**

Weitere Details unserer Kurse und Veranstaltungen finden Sie online unter [www.vhs-geislingen.de](http://www.vhs-geislingen.de)

**AlbWerk**

**Babys sind wie Glühwürmchen:**  
Sie sprühen vor Energie und sorgen für leuchtende Momente.

**Babybonus für Ihr „Glühwürmchen“**

Wir unterstützen Sie beim Start in Ihr neues Familienglück.

- 25 € Strom-Bonus
- kleines Geschenk
- 25 € Albmarkt-Gutschein

Mehr Infos:  
[www.albwerk.de/baby-bonus](http://www.albwerk.de/baby-bonus)

## Türkische Sprache und Kultur (A1+/A2) neu

für Anfänger\*innen mit guten Vorkenntnissen

42401

Ilyas Ugur

Lehr- und Arbeitsbuch: Ne Güzel! A1, Lektion 7, Hueber Verlag

mittwochs, ab 12. März 2025 →

von 20.00 bis 21.30 Uhr, 15 mal

Volkshochschule, Raum 113

## Schnupperkurse

Kostenbeitrag 78,00 €

nicht ermäßigbar da Kleingruppenpreis (3 – 5 TN)

## Japanisch (A1) Spracherwerb, Schrift, Grammatik und Landeskunde. neu

Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse

41001

David Joost

dienstags, ab 11. März 2025

von 20.00 bis 21.30 Uhr, 6 mal

Volkshochschule, Raum S3

Der Kurs kann notfalls auch online stattfinden.

## Neugriechisch (A1) neu

Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse

41200

Ileana-Ramona Boros

Lehr- und Arbeitsbuch: Jassu! A1 – A2, Klett Verlag

dienstags, ab 11. März 2025

von 18.15 bis 19.45 Uhr, 6 mal

Volkshochschule, Raum S5

## Türkische Sprache und Kultur (A1) neu

Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse

42400

Ilyas Ugur

Lehr- und Arbeitsbuch: Ne Güzel! A1, Hueber Verlag

montags, ab 10. März 2025

von 20.00 bis 21.30 Uhr, 6 mal

Volkshochschule, Raum 113

## Erste Schritte am PC

5010

Markus Rauschenberger, Fachlehrer Wirtschaftsinformatik

Kostenbeitrag 91,20 €

Dienstag, 11. März 2025

Donnerstag, 13. März 2025

Dienstag, 18. März 2025 und

Donnerstag, 20. März 2025

von 18.30 bis 20.45 Uhr

Volkshochschule, Raum S2

Eine Anmeldung ist in beiden Volkshochschulen möglich.

In Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Oberes Filstal

## PC-Kurse

Markus Rauschenberger, Fachlehrer Wirtschaftsinformatik

Kostenbeitrag 60,80 €

USB Stick (kein Muss!)

Eine Anmeldung ist in beiden Volkshochschulen möglich.

In Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Oberes Filstal

## Grundkurs Word 2016

5011

Dienstag, 25. März 2025 und

Donnerstag, 27. März 2025

von 18.00 bis 21.00 Uhr

Volkshochschule, Raum S3

## Tipps und Tricks zu Word 2016

5012

Dienstag, 1. April und

Donnerstag, 3. April 2025

von 18.00 bis 21.00 Uhr

Volkshochschule, Raum S6

## Unvergessliche Augenblicke

Wir gestalten ein CEWE-Fotobuch

5013

Dienstag, 8. April 2025 und

Donnerstag, 10. April 2025

von 18.00 bis 21.00 Uhr

Volkshochschule, Raum S3

## Grundkurs Powerpoint 2016

5014

Dienstag, 6. Mai und

Donnerstag, 8. Mai 2025

von 18.00 bis 21.00 Uhr

Volkshochschule, Raum S3

## Grundkurs Excel 2016

5015

Dienstag, 13. Mai und

Donnerstag, 15. Mai 2025

von 18.00 bis 21.00 Uhr

Volkshochschule, Raum S3

## Starke Argumente brauchen klare Worte und beherztes Auftreten – Rhetorik, die überzeugt

Ein Training zur Stärkung Ihrer rhetorischen und kommunikativen Fähigkeiten.

5014E

Traute Surborg-Kunstleben,

Dipl. Päd., Tinnitusatemptherapeutin,

Rhetoriktrainerin, Yogalehrerin

Kostenbeitrag 60,00 € 5/6 TN

45,00 € ab 7 TN

Kleingruppenpreis nicht ermäßigbar

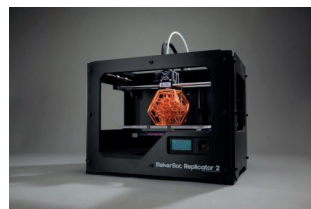
Bitte mitbringen: Schreibzeug

mittwochs, ab 2. April 2025

von 18.30 bis 21.30 Uhr, 2 mal

Volkshochschule, Raum S6

## 3D-Drucker Führerschein



© Stadtbücherei Geislingen

5111

Bernhard Sapper, CAD/CAM-Programmierer

Kostenbeitrag 38,00 €

Kleingruppenpreis nicht ermäßigbar

Mittwoch, 12. März 2025

von 18.00 bis 20.15 Uhr

Volkshochschule, Raum 120

In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei

Geislingen

## PC-Webinare neu

Andreas Fänger

Kostenbeitrag 135,00 €

Sie benötigen:

- Handelsüblicher Desktop-Rechner oder Notebook
- 1,5 GHz oder schnellerer 64-bit (x64) Prozessor
- Mind. 2 GB Arbeitsspeicher
- Mikrofon & Lautsprecher (Headset empfohlen)
- Webcam
- Zweiter Bildschirm wird empfohlen

## Windows 10 – Grundlagen

Windows 10 Grundlagen vermittelt alle wichtigen Grundlagen zum Umgang mit dem Betriebssystem.

5020

Montag, 5. Mai bis Freitag, 9. Mai

2025 jeweils von 16.15 bis 19.30 Uhr

Pause von 17.45 bis 18.00 Uhr

online

## Präsentationen mit Powerpoint

5021

Montag, 19. Mai bis Freitag, 23. Mai

2025 jeweils von 16.15 bis 19.30 Uhr

Pause von 17.45 bis 18.00 Uhr

online

## Textverarbeitung mit WORD 5022

Montag, 12. Mai bis Freitag, 16. Mai

2025 jeweils von 16.15 bis 19.30 Uhr

Pause von 17.45 bis 18.00 Uhr

online

## Tabellenkalkulation mit Excel 5023

Montag, 23. Juni bis Freitag, 27. Juni

2025, jeweils von 16.15 bis 19.30 Uhr

Pause von 17.45 bis 18.00 Uhr

online

## Datenbanken mit Access 5024

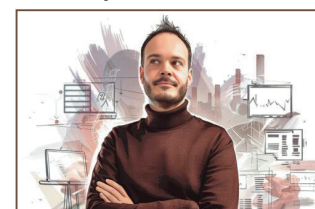
Montag, 2. Juni bis Freitag, 6. Juni

2025, jeweils von 16.15 bis 19.30 Uhr

Pause von 17.45 bis 18.00 Uhr

online

## KI im Alltag – Ihr digitaler Assistent für mehr Lebensqualität neu



© Helmut Lange, Arno S. Schimmelpfennig

5111C

Arno S. Schimmelpfennig

Kostenbeitrag 25,00 €

nicht ermäßigbar

Mittwoch, 12. März 2025

von 18.30 bis 21.00 Uhr

online

## Canva-Workshop: Entdecke die Welt der Kreativität

Webinar

Lerne die Grundlagen dieses benutzerfreundlichen Bildbearbeitungsprogramms kennen, von der Erstellung eines Kontos bis zur Gestaltung professioneller Designs ohne Vorkenntnisse.

5247

Robin Weniger

Kostenbeitrag 40,00 €

nicht ermäßigbar

Montag, 14. April 2025

von 17.30 bis 20.30 Uhr

Weitere Termine auf Anfrage!

online

## Künstliche Intelligenz (KI) gekonnt in Alltag und Beruf einsetzen

Webinar

5250

Robin Weniger

Kostenbeitrag 25,00 €

nicht ermäßigbar

Montag, 5. Mai 2025

von 15.30 bis 17.00 Uhr

Weitere Termine auf Anfrage!

online

Wenn nichts anders angegeben, ist eine Anmeldung für jede Veranstaltung erforderlich.

Online Anmeldungen  
jederzeit möglich  
unter  
[www.vhs-geislingen.de](http://www.vhs-geislingen.de)

## Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt

Workshop für Schüler\*innen  
6001

Helmut Lange, Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge  
Kostenbeitrag 25,00 €  
Dienstag, 18. März 2025  
von 16.00 bis ca. 18.00 Uhr  
online

## „Wecke den Löwen in dir“: „Du musst dich trauen, dich zu wehren“

Ermutigungs- und Selbstsicherheits-training für Kinder von 5 bis 11 Jahren  
in Kooperation mit der Kampfkunst- und Gesundheitsschule Geislingen

Sifu Roberto Cabriolu, Kampfkunst-lehrer  
Kostenbeitrag 39,00 €  
Sportkleidung und Getränke  
Richthofenstr. 32

6009A

samstags, ab 22. März 2025  
von 13.30 bis 15.30 Uhr, 3 mal

6009B

samstags, ab 28. Juni 2025  
von 13.30 bis 15.30 Uhr, 3 mal

## Karate für Kinder

Valentyn Sklonnyy, Karate-Trainer  
Kostenbeitrag 70,00 €

Sportkleidung und Getränke  
Das Training findet auf Russisch, Ukrainisch oder Deutsch statt.  
Volkshochschule, Gymnastikraum

## Karate für Kinder

von 6 bis 8 Jahren mit geringen Vorkenntnissen.

6010A

freitags, ab 14. März 2025  
von 16.00 bis 16.45 Uhr, 15 mal

## Karate für Kinder

von 9 bis 13 Jahren mit geringen Vorkenntnissen

6010B

freitags, ab 14. März 2025  
von 16.45 bis 17.30 Uhr, 15 mal

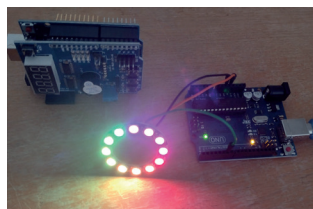
## Karate für Kinder

von 8 bis 13 Jahren ohne Vorkenntnisse

6010C

freitags, ab 14. März 2025  
von 17.30 bis 18.15 Uhr, 15 mal

## Lass Lichter leuchten mit dem Arduino



Stadtbücherei Geislingen

Workshop für Jugendliche ab Klasse 8 mit grundlegenden Kenntnissen der englischen Sprache

Jürgen Pullmann, Dipl.-Ingenieur für Elektrotechnik vom Verein Deutscher Ingenieure e.V.

5,00 EUR direkt bei der Bücherei bezahlen

10,00 EUR für Board bei Interesse  
Das Material wird gestellt. Bitte ein USB Stick mitbringen, damit du deine Programmierergebnisse mit nach Hause nehmen kannst.

Volkshochschule, Raum 120

Anmeldung unter 07331/24-372 oder Mail an stadtbuecherei@geislingen.de

In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Geislingen und dem Verein Deutscher Ingenieure

6080A

Freitag, 9. Mai 2025 von 15.00 bis 18.00 Uhr und

Samstag, 10. Mai 2025 von 9.30 bis 12.30 Uhr, 2 mal

6080B

Freitag, 16. Mai 2025 von 15.00 bis 18.00 Uhr und

Samstag, 17. Mai 2025 von 9.30 bis 12.30 Uhr, 2 mal

## Erneuerbare Energien erleben

Für Kinder und Jugendliche, die die Klasse 7 besuchen und älter

6081

Jürgen Pullmann, Dipl.-Ingenieur für Elektrotechnik vom Verein Deutscher Ingenieure e.V.

10,00 EUR direkt bei der Bücherei bezahlen

Das Material wird gestellt.

Dienstag, 15. April 2025

von 9.30 bis 12.30 Uhr

Volkshochschule, Raum 120

Anmeldung unter 07331/24-372 oder Mail an stadtbuecherei@geislingen.de

In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Geislingen und dem Verein Deutscher Ingenieure

## Raspberry Pi AG

Für junge Tüftler ab 12 Jahren

60804

Bernhard Sapper, CAD/CAM-Programmierer

Kostenbeitrag 25,00 € direkt bei der Bücherei bezahlen!

dienstags, ab 11. März 2025:

von 17.45 bis 19.15 Uhr, 16 mal

Volkshochschule, Raum 120

In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Geislingen

## vhs.KinderUni – online

In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen e.V.

Erforderliche Technik:

- Leistungsstarker Internetzugang
  - Internetfähiger PC mit Lautsprecher oder Kopfhörer
- Zugangslink wird vor Veranstaltungsbeginn zugeschickt.

neu

## Warum kann man mit Bildern im Kopf super Vokabeln lernen?

für Kinder von 8 bis 12 Jahren



© Dr. Johannes Mallow

Hast du genug davon, ohne Spaß Vokabeln zu lernen? Johannes Mallow zeigt dir, wie du richtig gut und sogar gerne Vokabeln lernst. Mit Bildern und Geschichten kannst du deine Fantasie einsetzen, um dir alles leichter zu merken. Diese Kinderuni wird von einem echten Weltmeister im Gedächtnissport geleitet. Gemeinsam entdecken wir tolle Tricks, mit denen du spielerisch und ohne Langeweile Vokabeln und anderes auswendig lernen kannst.

6107G

Johannes Mallow, Zweimaliger Gedächtnisweltmeister, Gedächtnis-coach

Kostenbeitrag 6,00 EUR nicht ermäßigbar

Sonntag, 16. Februar 2025  
von 11.00 bis 12.00 Uhr

## Warum essen wir täglich so viel Plastik?

für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Sicher ist dir schon mal aufgefallen, dass viele Produkte in Plastik verpackt sind. Plastik landet in unseren Böden, in der Luft, in Gewässern – und auch in unseren Lebensmitteln. Was passiert aber eigentlich im Körper, wenn man täglich Plastik isst? Marianne Falck zeigt, was die Politikerinnen und Politiker endlich dagegen tun und gibt gute Tipps, wie du Plastik vermeiden kannst.

6111G

Marianne Falck, Freie Journalistin und Autorin, Ernährungskolumnistin für RiffReporter

Kostenbeitrag 6,00 EUR nicht ermäßigbar

Sonntag, 16. März 2025  
von 11.00 bis 12.00 Uhr

## Warum sind Menschen schlauer als Roboter?

für Kinder von 8 bis 12 Jahren  
Ein Roboter, der dein Zimmer aufräumt – das wäre doch super. Vielleicht kann er sich sogar mit dir unterhalten und auch die Hausaufgaben erledigen. Unmöglich? Ja, aber vielleicht auch bald schon Wirklichkeit. Der Schlüssel dazu ist Künstliche Intelligenz oder kurz KI. Aber was ist eigentlich KI? Wie wird KI unsere Welt verändern? Und wie intelligent können Roboter werden und wie sollte unsere Welt mit intelligenten Robotern einmal aussehen? Neben Antworten auf diese Fragen gibt es zusätzlich spannende Beispiele zum Mitmachen, wie man selbst programmieren kann.

61120

Nadine Bergner, Didaktik der Informatik Rheinisch-Westfälische Technische Hochschule Aachen

Kostenbeitrag 6,00 EUR nicht ermäßigbar

Sonntag, 18. Mai 2025  
von 11.00 bis 12.00 Uhr

## Warum gibt es eine Schatzkammer in Eisbergen?

für Kinder von 8 bis 12 Jahren  
Die Arktis, ganz im Norden unseres Planeten, ist viel mehr als nur ein Platz voller Schnee und Eis. Der riesige arktische Ozean, umgeben von sehr großen Ländern - Kanada, Russland, Grönland, Island, Alaska und der Nordspitze Skandinaviens – ist ein ganz besonderer Lebensraum. Hier gibt es Pflanzen und Tiere, die man sonst nirgendwo findet. Außerdem leben hier über 80 verschiedene arktische Völker.

61126

Thomas Henningsen, Meeresbiologe und Walexperte

Kostenbeitrag 6,00 EUR nicht ermäßigbar

Sonntag, 29. Juni 2025  
von 11.00 bis 12.00 Uhr

## Warum gibt es überall Werbung?

für Kinder von 8 bis 12 Jahren  
Fast überall siehst und hörst du Werbung – im Fernsehen, im Internet, in Games oder im Radio. Aber warum gibt es so viel davon und warum kann sie uns so gut beeinflussen? Welche Tricks hinter der bunten Welt der Werbung stecken, verrät euch Katharina Hoffmann. Denn hinter der Werbung stecken immer Menschen, die v. a. viel Geld verdienen möchten. Ihr lernt deshalb auch, wie man schlau mit Werbung umgeht.

6115G

Katharina Hoffmann, SIN – Studio im Netz e.V., München

Kostenbeitrag 6,00 EUR nicht ermäßigbar

Sonntag, 13. April 2025  
von 11.00 bis 12.00 Uhr

Weitere Details unserer Kurse und Veranstaltungen finden Sie online unter [www.vhs-geislingen.de](http://www.vhs-geislingen.de)

Wenn nichts anders angegeben, ist eine Anmeldung für jede Veranstaltung erforderlich.