

## Veranstaltungen der VHS Unterland

### Außenstelle Nordheim

#### Elke Hettler

##### Frühjahr/Sommer2025: Kurzübersicht

Die ausführlichen Beschreibungen finden Sie im Programmheft und unter [www.vhs-unterland.de](http://www.vhs-unterland.de), ebenso die Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Die Gebühren gelten für die Mindestteilnehmerzahl. Beachten Sie bitte, dass Voranmeldung notwendig ist. Ihre Außenstellenleiterin erreichen Sie telefonisch unter 07133 182 2210 oder per E-Mail über [nordheim@vhs-unterland.de](mailto:nordheim@vhs-unterland.de).

##### Mensch, Gesellschaft & Umwelt

##### Kultur & Gestalten

##### Gesundheit & Ernährung

##### Sprachen

##### Berufliche Bildung, Medien & IT

##### Junge VHS

**Neu: PEKiP die zwischen September 2024 und Januar 2025 geboren sind (242NH10510)**

Do, 13.02.2025, 8:45–10:15 Uhr, 10x, 149 €

**Neu: PEKiP für Babys, die zwischen Februar bis April 2024 geboren sind (242NH10511)**

Do, 13.02.2025, 10:30–12:00 Uhr, 10x, 149 €

**Idogo Qi Gong (251NH30153)**

Fr, 14.02.2025, 09:00–10:00 Uhr, 15x, 80 €

**Hatha Yoga (251NH30135)**

Mo, 17.02.2025, 18:30–20:00 Uhr, 10x, 66 €

**Pilates (251NH30110)**

Mo, 17.02.2025, 19:00–20:00 Uhr, 14x, 62 €

**Pilates (251NH30111)**

Mo, 17.02.2025, 20:10–21:10 Uhr, 14x, 62 €

**Qi Gong (251NH30150)**

Mo, 17.02.2025, 18:30–19:45 Uhr, 8x, 63 €

**Neu: Englisch Starter A1.1 für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse (251NH40603)**

Mo, 17.02.2025, 19:35–21:05 Uhr, 11x, 104 €

**Englisch Starter A1.2 für Anfänger\*innen mit Vorkenntnissen (251NH40610)**

Mo, 17.02.2025, 18:00–19:30 Uhr, 11x, 73 €

**Englisch Konversation B1 (251NH40665)**

Mo, 17.02.2025, 19:00–20:30 Uhr, 15x, 99 €

**ZUMBA® Gold (251NH30240)**

Di, 18.02.2025, 18:30–19:30 Uhr, 12x, 63 €

**Kundalini Yoga (251NH30140)**

Di, 18.02.2025, 09:30–11:00 Uhr, 16x, 106 €

**Hatha Yoga (251NH30148)**

Di, 18.02.2025, 18:30–19:45 Uhr, 10x, 79 €

**Kundalini Yoga (251NH30141)**

Mi, 19.02.2025, 18:30–20:00 Uhr, 16x, 106 €

**Neu: Pilates Yoga Fusion (251NH30118)**

Mi, 19.02.2025, 09:30–10:30 Uhr, 10x, 63 €

**Pilates (251NH30114)**

Mi, 19.02.2025, 19:00–20:00 Uhr, 14x, 62 €

**Pilates (251NH30116)**

Mi, 19.02.2025, 20:10–21:10 Uhr, 14x, 62 €

**Hatha Yoga (251NH30130)**

Mi, 19.02.2025, 09:00–10:15 Uhr, 12x, 66 €

**Hatha Yoga (251NH30131)**

Mi, 19.02.2025, 10:30–11:45 Uhr, 12x, 66 €

**Faszientraining für den Rücken (251NH30215)**

Mi, 19.02.2025, 09:30–10:30 Uhr, 10x, 63 €

**Spanisch A1.2 für Anfänger\*innen mit geringen Vorkenntnissen (251NH42210)**

Mi, 19.02.2025, 19:00–20:30 Uhr, 10x, 95 €

**Hatha Yoga (251NH30132)**

Do, 20.02.2025, 09:15–10:30 Uhr, 5x, 40 €

**Hatha Yoga (251NH30133)**

Do, 20.02.2025, 18:30–19:45 Uhr, 14x, 77 €

**Neu: Yin Yoga (251NH30147)**

Do, 20.02.2025, 18:00–19:15 Uhr, 10x, 79 €

**Craft-Bier selber brauen – ein Kurs für Anfänger\*innen vom Malzschrotten bis zum fertigen Bier (251NH30572)**

Sa, 22.02.2025, 09:00–15:00 Uhr, 1x, 62 €

**ZUMBA® (251NH30236)**

Mo, 24.02.2025, 18:30–19:30 Uhr, 15x, 66 €

**Pilates - Kraftzentrum Beckenboden (251NH30117)**

Di, 25.02.2025, 17:15–18:15 Uhr, 10x, 63 €

**Pilates für Fortgeschrittene (251NH30113)**

Di, 25.02.2025, 18:30–19:30 Uhr, 15x, 66 €

**Beweglich bleiben mit der Feldenkrais-Methode (251NH30160)**

Mi, 26.02.2025, 18:30–19:45 Uhr, 9x, 50 €

**Kochen mit der marokkanischen Tajine (251NH30552)**

Mi, 26.02.2025, 18:00–21:30 Uhr, 1x, 49 €

**Bodyforming mit Pilates (251NH30115)**

Do, 27.02.2025, 17:45–18:45 Uhr, 15x, 66 €

**Pilates (251NH30112)**

Fr, 28.02.2025, 08:45–09:45 Uhr, 15x, 66 €

**Discofox/Hustle - ein Tanz für alle Feiern Grundkurs (251NH20505)**

So, 02.03.2025, 17:00–18:30 Uhr, 6x, 67 €

**Discofox/Hustle - der Tanz für alle Feiern für Fortgeschrittene (251NH20506)**

So, 02.03.2025, 18:45–20:15 Uhr, 6x, 67 €

**Modellieren mit Ton Töpfer Workshop mit Glasieren (251NH20807)**

Fr, 07.03.2025, 18:00–20:00 Uhr, 3x, 85 €

**Neu: Wirbelsäulenfitness (251NH30219)**

Mo, 10.03.2025, 18:30–19:30 Uhr, 10x, 63 €

**Hatha Yoga (251NH30134)**

Di, 11.03.2025, 19:00–20:30 Uhr, 12x, 80 €

**Craniosacrale Osteopathische**

**Selbstentspannung (online) für Hochsensible Menschen (251NH30185)**

Di, 11.03.2025, 19:00–21:30 Uhr, 1x, 16 €

**Neu: Yoga auf und mit dem Stuhl (251NH30145)**

Di, 11.03.2025, 17:30–18:30 Uhr, 10x, 63 €

**Naturseife sieden für Erwachsene und Jugendliche (251NH21020)**

Mi, 12.03.2025, 18:00–21:00 Uhr, 1x, 19 €

**Finnland – Unterwegs im Land der Bären (251NH10911)**

Mi, 12.03.2025, 19:30–21:00 Uhr, 1x, 12 €

**Neu: Portugiesisch A1.1 für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse (251NH41807)**

Mi, 12.03.2025, 18:30–20:00 Uhr, 10x, 95 €

**Neu: Italienisch A1.1 für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse (251NH40907)**

Do, 13.03.2025, 18:00–19:30 Uhr, 10x, 95 €

**Indische Küche - beliebte Currys, Dals und Brote Streifzug durch die südindische Küche mit Vinoth (251NH30550)**

Do, 13.03.2025, 18:00–21:30 Uhr, 1x, 25 €

**Nähtreff Einmal im Monat (251NH20900)**

Do, 13.03.2025, 19:15–21:45 Uhr, 5x, 56 €

**Neu: Orientalischer Bauchtanz „den Alltag abschütteln“ für Anfängerinnen und Wiedereinsteigerinnen (251NH20526)**

Do, 13.03.2025, 19:00–20:30 Uhr, 5x, 48 €

**Entdecke die Welt der Meditation (251NH30175)**

Do, 13.03.2025, 20:00–20:45 Uhr, 5x, 24 €

**Musikerlebnis für Kleinkinder im Alter von 16 Monaten bis 3 Jahren mit Begleitung (251NH21384)**

Do, 13.03.2025, 15:30–16:15 Uhr, 5x, 22 €

**Musikerlebnis für Babys im Alter von 6 - 16 Monaten mit Begleitung (251NH21380)**

Fr, 14.03.2025, 09:15–10:00 Uhr, 5x, 22 €

**Musikerlebnis für Kleinkinder im Alter von 16 Monaten bis 3 Jahren mit Begleitung (251NH21381)**

Fr, 14.03.2025, 10:15–11:00 Uhr, 5x, 22 €

**Familienyoga für Kinder von 3 - 6 Jahren mit Begleitperson (251NH30192)**

Fr, 14.03.2025, 15:00–15:45 Uhr, 5x, 22 €

**Modellieren mit Ton für Kinder ab 7 Jahren Töpfern zu der Bilderbuchgeschichte "Jetzt geht's los" (251NH20830)**

Fr, 14.03.2025, 16:00–18:00 Uhr, 1x, 15 €

**Modellieren mit Ton Töpfer Workshop mit Glasieren (251NH20806)**

Fr, 14.03.2025, 19:00–21:00 Uhr, 3x, 85 €

**Gartenplanung do it yourself (251NH10440)**

Fr, 14.03.2025, 19:00–20:30 Uhr, 3x, 60 €

**Kristallforscher für Kinder von 5 - 7 Jahren (251NH11030)**

Sa, 15.03.2025, 14:00–16:00 Uhr, 1x, 12 €

## Veranstaltungen der VHS Unterland

### Stromforscher für Kids von 6 - 11 Jahren (251NH11031)

Sa, 15.03.2025, 16:15–18:15 Uhr, 1x, 12 €

### In die Neue Welt - Auf den Spuren der Entdecker und Pioniere von Teneriffa nach Amerika (251NH10910)

Di, 18.03.2025, 19:30–21:00 Uhr, 1x, 10 €

### Besser organisiert mit Microsoft 365: Outlook, OneNote und OneDrive (251NH50110)

Di, 18.03.2025, 18:30–20:45 Uhr, 1x, 28 €

### Schminken für die reife Haut Best Agers 50 + (251NH30411)

Fr, 21.03.2025, 18:00–21:00 Uhr, 1x, 29 €

### Neu: Reisefotografie (251NH21100)

Fr, 21.03.2025, 18:30–20:30 Uhr, 2x, 38 €

### Weidenflechten: Viereckiger Frühlingskorb (251NH21005)

Di, 25.03.2025, 18:00–22:00 Uhr, 1x, 36 €

### Zauberlehrgang für Erwachsene (251NH20480)

Fr, 28.03.2025, 18:00–21:00 Uhr, 1x, 24 €

### Zauberkurs 5 – auch für Zauber-Neulinge für Kinder ab 9 Jahren (251NH20490)

Sa, 29.03.2025, 10:00–13:00 Uhr, 1x, 21 €

### Dot Painting für Einsteiger\*innen Steine bemalen und punkten mit Acrylfarben (251NH20770)

Mo, 31.03.2025, 18:30–21:30 Uhr, 1x, 19 €

### Hochsensibilität verstehen - leicht gemacht (online) (251NH10650)

Mi, 02.04.2025, 19:00–22:00 Uhr, 1x, 19 €, Anmeldeende: 01.04.2025

### Hatha Yoga (251NH30136)

Do, 03.04.2025, 09:15–10:30 Uhr, 5x, 40 €

### Bachblüten - Hilfe in voller Blüte (251NH30320)

Di, 08.04.2025, 19:00–20:30 Uhr, 1x, 15 €

### Essenslust statt Essensfrust Mehr Vielfalt auf den Teller - wie Kinder neue Lebensmittel essen wollen (251NH30505)

Fr, 11.04.2025, 18:00–20:00 Uhr, 1x, 13 €

### Spielprogrammierung mit Scratch für Kinder von 8-11 Jahren (251NH50187)

Do, 17.04.2025, 15:00–18:00 Uhr, 1x, 26 €

### Neu: Mathematik Power-Kurs Vorbereitung auf die Realschul-Abschlussprüfung (251NH60710)

Di, 22.04.2025, 13:00–15:00 Uhr, 4x, 60 €

### Neu: Englisch Power-Kurs: Last Chance Vorbereitung auf die Realschul-Abschlussprüfung (251NH60731)

Di, 22.04.2025, 15:30–17:30 Uhr, 4x, 60 €

### Backkurs für Teens von 10 - 14 Jahren (251NH30585)

Do, 24.04.2025, 10:00–14:00 Uhr, 1x, 31 €

### Neu: Makramee Workshop Einsteigerprojekt Blumenampel (251NH20970)

Mo, 28.04.2025, 18:00–22:00 Uhr, 1x, 26 €

### Haute Route Pyrénéenne – Abenteuer, Faszination, magische Natur (251NH10912)

Di, 29.04.2025, 19:00–21:00 Uhr, 1x, 15 €

### Progressive Muskelentspannung Entspannung für Körper und Seele (251NH30120)

Di, 29.04.2025, 18:30–19:30 Uhr, 6x, 44 €

### Kreative Muttertagsgeschenkewerkstatt für Kids von 8-13 Jahren (251NH21075)

Sa, 03.05.2025, 10:00–13:00 Uhr, 1x, 24 €

### Inliner Einsteigerkurs für Kinder und Erwachsene (251NH30295)

So, 04.05.2025, 09:00–10:30 Uhr, 1x, 8 €

### Inliner Einsteigerkurs für Kinder und Erwachsene (251NH30296)

So, 04.05.2025, 10:30–12:00 Uhr, 1x, 8 €

### Klangschalenmeditation Entspannung und Tiefenentspannung erleben (251NH30177)

Mo, 05.05.2025, 19:00–20:00 Uhr, 3x, 27 €

### Anerkennung ausländischer Abschlüsse - Eintrittskarte in den Arbeitsmarkt Informationsabend Berufsberatung im Erwerbsleben (251NH50001)

Di, 06.05.2025, 19:00–20:30 Uhr, 1x, 0 €

### Taste the Waste – kreativ gegen Lebensmittelverschwendung (251NH30530)

Mi, 07.05.2025, 18:00–21:30 Uhr, 1x, 22 €

### Süßes aus Frankreich Macarons, Eclairs und Madeleines (251NH30521)

Fr, 09.05.2025, 18:00–22:00 Uhr, 1x, 48 €

### Familienyoga für Kinder von 3 - 6 Jahren mit Begleitperson (251NH30193)

Fr, 09.05.2025, 15:00–15:45 Uhr, 4x, 18 €

### Musikerlebnis für Babys im Alter von 6 - 16 Monaten mit Begleitung (251NH21382)

Fr, 09.05.2025, 09:15–10:00 Uhr, 4x, 18 €

### Musikerlebnis für Kleinkinder im Alter von 16 Monaten bis 3 Jahren mit Begleitung (251NH21383)

Fr, 09.05.2025, 10:15–11:00 Uhr, 4x, 18 €

### Beweglich bleiben mit der Feldenkrais-Methode (251NH30161)

Mi, 14.05.2025, 18:30–19:45 Uhr, 9x, 50 €

### Neu: Smartphone-Fotowalk Fotografieren mit dem Smartphone in der Praxis (251NH50170)

Fr, 16.05.2025, 18:00–20:15 Uhr, 1x, 26 €

### Gedanken und Gedankenkarussell (251NH10651)

Di, 20.05.2025, 18:30–20:30 Uhr, 1x, 8 €

### Neu: PEKiP für Babys, die zwischen September 2024 und Januar 2025 geboren sind (251NH10512)

Do, 22.05.2025, 8:45–10:15 Uhr, 10x, 149 €

### Bau eines ferngesteuerten Bots für Kinder von 8-11 Jahren (251NH11032)

Sa, 31.05.2025, 10:00–13:00 Uhr, 1x, 27 €

### Neu: PEKiP für Babys, die zwischen September 2024 und Januar 2025 geboren sind (251NH10510)

Do, 05.06.2025, 10:30–12:00 Uhr, 10x, 149 €

### Balkonkraftwerke Mini-Photovoltaikanlagen für die individuelle Energiewende (251NH10445)

Mi, 25.06.2025, 18:30–20:45 Uhr, 1x, 0 €

### E-Bike/Pedelec und Fahrrad Vertrauen und Sicherheit gewinnen (251NH10420)

Sa, 28.06.2025, 14:00–17:00 Uhr, 1x, 0 €

### Indische Küche - Colours of India Streifzug durch die Farbvielfalt der indischen Küche mit Vinoth (251NH30551)

Do, 03.07.2025, 18:00–21:30 Uhr, 1x, 25 €

### Acrylmischtechnik mit Spachtel und Folie (251NH20730)

Di, 08.07.2025, 19:00–22:00 Uhr, 1x, 19 €

### Fitnessgymnastik im Rathauspark (251NH30262)

Mo, 28.07.2025, 19:00–20:00 Uhr, 6x, 27 €

### Kinderbackkurs: Herzhaftes und süßes Gebäck mit Picknick für Kinder ab 6 Jahren (251NH30588)

Mi, 30.07.2025, 14:00–18:00 Uhr, 1x, 40 €

### Solarautos: Wir bauen flotte Flitzer! für Kinder ab 8 Jahren (251NH11033)

Do, 07.08.2025, 09:30–11:45 Uhr, 1x, 27 €

### Wir bauen einen Putzroboter für Kinder ab 7 Jahren (251NH11034)

Fr, 08.08.2025, 09:30–11:45 Uhr, 1x, 29 €

### Schmuckmanufaktur für Mädchen von 8 bis 13 Jahren (251NH21035)

Fr, 08.08.2025, 11:30–14:00 Uhr, 1x, 20 €

### Diamond Painting - Schlüsselanhänger und Co. für Kinder 7 - 12 Jahren (251NH21036)

Fr, 08.08.2025, 09:00–11:30 Uhr, 1x, 20 €