

# Semesterbroschüre Herbst / Winter 2026 / 2027



## Rottal-Inn West

Eggenfelden, Falkenberg,  
Gangkofen, Massing,  
Mitterskirchen,  
Rimbach, Unterdietfurt,  
Wurmannsquick, Zeilarn



**Excellence  
Recognition**

2025 

## Arnstorf

Malgersdorf,  
Roßbach, Schöna

## Unser Rundum-Service für Ihr Büro



**Büromöbel & -Stühle, Kommunikationstechnik**

**Kopier- & Drucklösungen inkl. Wartung**

**EDV-, Netzwerk- & Serverlösungen**

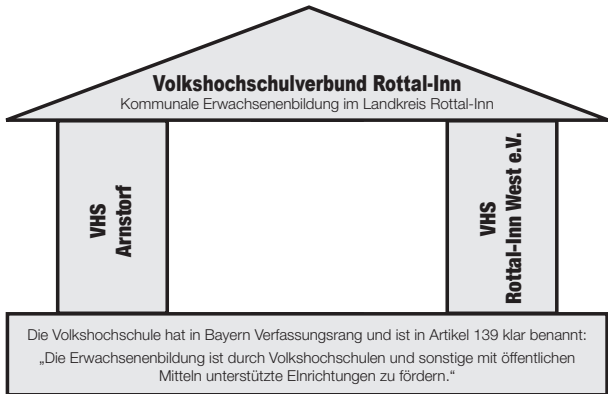
**Bürobedarf, Papiere, Tinte & Toner**

**Mobilfunk, SmartHome, Tablet, Laptop**

**Schulbedarf & Schulranzen**

**Copyshop, Schreibwaren & Geschenke**

## Volkshochschulverband Rottal-Inn



So erreichen Sie uns –  
Ihre Ansprechpartner vor Ort:

### **Volkshochschule Rottal-Inn West e.V.**

Geschäftsstelle in Eggenfelden

(Stadtplatz 1, Altes Rathaus, 1. Stock)

Kursorte: Eggenfelden, Falkenberg, Gangkofen, Massing,  
Wurmannsquick und Zeilarn

**Leitung:** Dr. Stefan Jungbauer

Tel. 08721 / 1626, Fax 08721 / 10351

E-Mail: [info@vhs-rottalinn.de](mailto:info@vhs-rottalinn.de)

#### **Außenstelle Gangkofen:**

Tel. 08722 / 944515 (Christa Andraschko)

Mobil 0155 / 65797065

#### **Außenstelle Massing:**

Tel. 08724 / 1780 (Marianne Niederreiter)

### **Volkshochschule Arnstorf**

Geschäftsstelle in Arnstorf

(Marktplatz 8, Rathaus Arnstorf, Zimmer 111)

Kursorte: Arnstorf, Malgersdorf, Roßbach und Schönau

**Leitung:** Thomas Unverdorben

Tel. 08723 / 961023, Fax 08723 / 961040

E-Mail: [arnstorf@vhs-rottalinn.de](mailto:arnstorf@vhs-rottalinn.de)

# Chronologische Kursübersichten

## Programmbereich 1: Politik, Gesellschaft, Umwelt .....5

Zeitgeschehen und bürgerschaftliches Engagement  
Recht, Finanzen, Verbraucherfragen und Umweltbildung  
Erziehung, Familie und Persönlichkeitsentwicklung  
Heimatkunde, Tagesfahrten und Ausflüge

## Programmbereich 2: Kultur, Gestalten .....13

Kultur (allgemein), Literatur und Tanz  
Schrift, Papier, Zeichnen und Plastisches Gestalten  
Textiles Gestalten  
Handwerk und Kunsthandwerk  
Fotografie  
Musik

## Programmbereich 3: Gesundheit, Fitness .....30

Entspannung, Stressbewältigung und Meditation  
Yoga  
Taiji, Qigong  
Pilates, ZUMBA®  
Koordination, Beweglichkeit und Workout  
Faszien, Rücken und Wirbelsäule  
Prävention, Heilmethoden und Körperpflege  
Ernährung und Kochkurse

## Programmbereich 4: Sprachen .....54

Deutsch  
Englisch  
Französisch  
Italienisch  
Spanisch  
Arabisch

## Programmbereich 5: Arbeitsleben, IT, Management .....62

IT- und EDV-Grundlagen, Smartphone und Tablet  
Kaufmännische Weiterbildung und Webinare  
Softskills, Management und Spezialangebote

Geschäftsbedingungen und Benutzersatzung .....74

Datenschutzerklärung .....77

### **Wichtiger Hinweis**

- **Im Semester Herbst/Winter 2026 veröffentlichen wir wieder eine Informationsbroschüre mit chronologischer Kursübersicht für die jeweiligen Programmbereiche. Ausführliche Kursinformationen und weitere Kursangebote, die bis zur Drucklegung dieser Broschüre noch nicht geplant werden konnten, finden Sie in aktualisierter Form auf unserer Homepage. Für alle weiteren Fragen zum Kursbetrieb können Sie gerne Kontakt mit der jeweiligen vhs-Geschäftsstelle in Arnstorf und Eggenfelden aufnehmen. Wir werden anschließend das weitere Vorgehen direkt mit Ihnen klären!**

### **Bitte beachten Sie folgende Kurszuständigkeit für die Kontaktaufnahme:**

- Kurse mit der Nummer „261-A“, vhs Arnstorf
- Kurse mit der Nummer „261-R“, vhs Rottal-Inn West e.V.

### **Anmeldeprozedere – BITTE BEACHTEN:**

- Ihre Kursanmeldung rechtzeitig vor Veranstaltungsbeginn ist verbindlich und beinhaltet die Akzeptanz der Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGBs), Hygienevorschriften und Datenschutzerklärung. Sollten Sie an einer Veranstaltung nicht teilnehmen können, bitten wir um Abmeldung rechtzeitig vor Kursbeginn. Unterbelegte Seminare müssen leider abgesagt werden. Die Teilnehmer werden auf alle Fälle benachrichtigt, wenn ein Kurs ausfällt, verlegt wird oder überfüllt ist.

### **Wie können Sie sich anmelden?**

- Direkt im Internet unter **[www.vhs-rottalinn.de](http://www.vhs-rottalinn.de)**
- **E-Mail** an die jeweilige vhs-Geschäftsstelle:
  - **Arnstorf:** [arnstorf@vhs-rottalinn.de](mailto:arnstorf@vhs-rottalinn.de)
  - **Eggenfelden:** [info@vhs-rottalinn.de](mailto:info@vhs-rottalinn.de)
- **Telefonisch** oder persönlich in der jeweiligen vhs-Geschäftsstelle:
  - **Arnstorf:** 08723 / 96 10 23  
(Rathaus Zimmer 111 – Marktplatz 8 – 94424 Arnstorf)
  - **Eggenfelden:** 08721 / 1626  
(Stadtplatz 1 – 84307 Eggenfelden)

### Welche Daten sind bei der Anmeldung zwingend anzugeben?

- Kursnummer und Kurstitel
- Vor- und Nachname, Adresse und Geburtsdatum
- Telefonnummer (Festnetz oder Mobiltelefon), unter der wir Sie tagsüber (8:00-17:00 Uhr) erreichen können und (sofern vorhanden) E-Mail-Adresse
- Konto- und Bankdaten (IBAN, BIC, Kontoinhaber)

### Gebührenstaffelung

- Die vhs Arnstorf und die vhs Rottal-Inn West e.V. verwenden im Programmbereich „Sprachen“ eine Gebührenstaffelung, die sich an der Teilnehmerzahl bei Kursbeginn orientiert. Somit kann die fällige Kursgebühr für die Teilnahme an Sprachkursen der vhs Arnstorf und der vhs Rottal-Inn West e.V. nicht vor Kursbeginn vorhergesagt werden, sondern erst wenn die endgültige Teilnehmerzahl feststeht.

### Materialkosten

- Materialkosten werden, sofern sie nicht in der Kursgebühr enthalten sind, direkt von der Kursleitung eingesammelt. Etwaige Reklamationen bezüglich des Materials sind an die Kursleitung zu richten.

### Kurse aus dem Gesundheitsbereich (Präventionskurse)

- Kurse aus dem Gesundheitsbereich werden ab sofort nur noch in sehr beschränktem Umfang und unter bestimmten Voraussetzungen von der zuständigen Krankenkasse gefördert (→ **Voraussetzung: Präventionskurse mit ZPP-Zertifizierung**). Ob und in welcher Höhe Ihre jeweilige Kurs Teilnahme bezuschusst wird, bitten wir Sie rechtzeitig vor Kursbeginn eigenverantwortlich mit Ihrer Krankenkasse zu klären. Bei weiteren Fragen zur Bezuschussung der Präventionskurse können Sie rechtzeitig vor Kursbeginn Kontakt mit der jeweiligen vhs-Geschäftsstelle aufnehmen.

### Schul- und Hausordnungen

- Die Volkshochschulen sind mit ihren Kursen zu Gast in verschiedenen Schulen und Einrichtungen. Die Schul- und Hausordnungen der entsprechenden Unterrichtsräume sind für alle Teilnehmer verbindlich. Wir bitten Sie deshalb, die Einrichtung der Räume pfleglich zu behandeln und die Räume nach Veranstaltungsende aufgeräumt zu hinterlassen. **In allen Unterrichtsräumen gilt absolutes Rauchverbot.**

### Ferienordnung

- Der vhs-Unterricht richtet sich im Allgemeinen nach der gültigen bayerischen Feiertags- und Ferienordnung. Änderungen können mit der Kursleitung abgesprochen werden, bedürfen jedoch der Zustimmung der jeweiligen vhs-Geschäftsstelle.



## **Programmbereiche** **Politik, Gesellschaft, Umwelt**

### **Unterbereiche**

Zeitgeschehen und bürgerschaftliches Engagement  
Recht, Finanzen, Verbraucherfragen und Umweltbildung  
Erziehung, Familie und Persönlichkeitsentwicklung  
Heimatkunde, Tagesfahrten und Ausflüge

### **Wichtiger Hinweis**

In der nachfolgenden Übersicht finden Sie das Kursangebot für den entsprechenden Programmbereich in chronologischer Übersicht. Wenn Sie Interesse an einer Kursteilnahme haben, finden Sie weitere ausführliche Kursinformationen für das Semester Herbst/Winter 2026 auf unserer Homepage ([www.vhs-rottalinn.de](http://www.vhs-rottalinn.de)). Bei weiteren Fragen können Sie jederzeit Kontakt mit der jeweiligen vhs-Geschäftsstelle in Arnstorf und Eggenfelden aufnehmen.

#### **Volkshochschule Rottal-Inn West e.V.**

Geschäftsstelle in Eggenfelden  
(Stadtplatz 1, Altes Rathaus, 1. Stock)  
Kursorte: Eggenfelden, Falkenberg, Gangkofen, Massing,  
Wurmannsquick und Zeilarn

**Leitung:** Dr. Stefan Jungbauer  
Tel. 08721 / 1626, Fax 08721 / 10351  
E-Mail: [info@vhs-rottalinn.de](mailto:info@vhs-rottalinn.de)

##### **Außenstelle Gangkofen:**

Tel. 08722 / 944515 (Christa Andraschko)  
Mobil 0155 / 65797065

##### **Außenstelle Massing:**

Tel. 08724 / 1780 (Marianne Niederreiter)

#### **Volkshochschule Arnstorf**

Geschäftsstelle in Arnstorf  
(Marktplatz 8, Rathaus Arnstorf, Zimmer 111)  
Kursorte: Arnstorf, Malgersdorf, Roßbach und Schönau

**Leitung:** Thomas Unverdorben  
Tel. 08723 / 961023, Fax 08723 / 961040  
E-Mail: [arnstorf@vhs-rottalinn.de](mailto:arnstorf@vhs-rottalinn.de)



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Politik, Gesellschaft, Umwelt**



**Beratung für pflegende Angehörige (September 2026)  
In Zusammenarbeit mit der Caritas-Fachstelle für  
pflegende Angehörige**

Kursnummer: 262-R1C21

Beginn/Dauer: 01.09.2026, 08:30-12:30 Uhr, 4x

Leitung: Elisabeth Perica

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Frühstück mit den Familienpaten -  
Hilfestellung und Beratung für Familien**

Kursnummer: 262-A1B002

Beginn/Dauer: 10.09.2026, 08:30-10:00 Uhr, 6x

Leitung: Christine Pröckl

Gebühr: 3,00 €

Kursort: Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren

---

**RentnerRatsch -**

**Wissenswertes rund um die Rente und das Älterwerden**

Kursnummer: 262-A1B003

Beginn/Dauer: 16.09.2026, 15:00-17:00 Uhr, 6x

Leitung: Anita Zanella

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren

---

**Selbsthilfegruppe Depression**

Kursnummer: 262-R1F09

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 19:00-21:00 Uhr, 17x

Leitung: Walter Geißl

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Caritas Altenheim St. Nikolaus

---

**Seniorenbegegnungszentrum -  
Alles rund ums Älterwerden**

Kursnummer: 262-A1B001

Beginn/Dauer: 22.09.2026, 14:00-17:00 Uhr, 21x

Leitung: Hiltrud Haßelmeier

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Politik, Gesellschaft, Umwelt**



**„Magische Worte“ - Workshop  
(„Worte sind die mächtigste Droge, welche die  
Menschheit benutzt“ - Rudyard Kipling)**

Kursnummer: 262-R1F01

Beginn/Dauer: 26.09.2026, 10:00-17:00 Uhr, 1x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 77,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Bestattungsvorsorge - Eine Sorge weniger  
(Bestattung, Bestattungsarten und Bestattungsvorsorge)**

Kursnummer: 262-R1C08

Beginn/Dauer: 28.09.2026, 18:00-19:30 Uhr, 1x

Leitung: Maximilian Bonauer

Gebühr: 5,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Steuerliches Grundwissen für Unternehmer  
(Einkommenssteuer, Körperschaftssteuer, Umsatzsteuer,  
Gewerbsteuer)**

Kursnummer: 262-R1C02

Beginn/Dauer: 29.09.2026, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Michael Benna

Gebühr: 30,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Beratung für pflegende Angehörige (Oktober 2026)  
In Zusammenarbeit mit der Caritas-Fachstelle für  
pflegende Angehörige**

Kursnummer: 262-R1C22

Beginn/Dauer: 06.10.2026, 08:30-12:30 Uhr, 3x

Leitung: Elisabeth Perica

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Vortrag „Urvertrauen entsteht durch Beziehung“  
Veranstaltungsreihe „Was Kinder unter zwei Jahren  
wirklich brauchen“**

Kursnummer: 262-A1B004

Beginn/Dauer: 08.10.2026, 19:00-20:30 Uhr, 1x

Leitung: Natalie Gerstl

Gebühr: 5,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Politik, Gesellschaft, Umwelt



### Letzte-Hilfe-Kurs

#### „Das Kleine 1x1 der Sterbebegleitung“

Kursnummer: 262-R1F04

Beginn/Dauer: 16.10.2026, 13:00-17:00 Uhr, 1x

Leitung: Rosmarie Binder

Gebühr: 15,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Kultursaal

### „Blockaden lösen“ - Vortrag

Kursnummer: 262-R1F02

Beginn/Dauer: 16.10.2026, 18:00-19:30 Uhr, 1x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

### Arbeiten mit dem Tensor - Grundlagenkurs

Kursnummer: 262-R1D05

Beginn/Dauer: 18.10.2026, 10:00-14:00 Uhr, 2x

Leitung: Susanne Rudert

Gebühr: 85,00 €

Kursort: Gangkofen, Selbstversorger Inn-Salzach e.V.

### Zeitreise in Bildern - Gangkofen ab 1900 neu entdecken

Kursnummer: 262-R1A02

Beginn/Dauer: 23.10.2026, 19:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Karlheinz Schönberger

Gebühr: 5,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Kultursaal

### Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung Workshop in Kleingruppen

Kursnummer: 262-R1C04

Beginn/Dauer: 26.10.2026, 13:00-17:00 Uhr, 1x

Leitung: Rosmarie Binder

Gebühr: 35,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum

### Vortrag „Die Entwicklung im ersten und zweiten Lebensjahr verstehen“ - Veranstaltungsreihe „Was Kinder unter zwei Jahren wirklich brauchen“

Kursnummer: 262-A1B005

Beginn/Dauer: 29.10.2026, 19:00-20:30 Uhr, 1x

Leitung: Natalie Gerstl

Gebühr: 5,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Politik, Gesellschaft, Umwelt**



**Beratung für pflegende Angehörige (November 2026)  
In Zusammenarbeit mit der Caritas-Fachstelle für  
pflegende Angehörige**

Kursnummer: 262-R1C23

Beginn/Dauer: 03.11.2026, 08:30-12:30 Uhr, 3x

Leitung: Elisabeth Perica

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung  
Workshop in Kleingruppen**

Kursnummer: 262-R1C05

Beginn/Dauer: 09.11.2026, 17:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Rosmarie Binder

Gebühr: 35,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum

---

**Vortrag: Landwirtschaftliche Übergabe aus rechtlicher  
und steuerlicher Sicht - Was ist zu beachten?**

Kursnummer: 262-A1C002

Beginn/Dauer: 09.11.2026, 18:00-19:30 Uhr, 1x

Leitung: Dr. Josef Eicher und Felix Tischler

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Rathaus, Sitzungssaal

---

**Einführung in die Ahnen- und Heimatforschung  
(Einführungskurs zur Familien- und Hausgeschichte)**

Kursnummer: 262-R1A01

Beginn/Dauer: 14.11.2026, 09:00-12:30 Uhr, 2x

Leitung: Manfred Niedl

Gebühr: 55,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Bestattungsvorsorge - Eine Sorge weniger  
(Bestattung, Bestattungsarten und Bestattungsvorsorge)**

Kursnummer: 262-R1C09

Beginn/Dauer: 16.11.2026, 18:00-19:30 Uhr, 1x

Leitung: Maximilian Bonauer

Gebühr: 5,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Politik, Gesellschaft, Umwelt**



**Gewinnermittlung für kleine Gewerbetreibende**

Kursnummer: 262-R1C03

Beginn/Dauer: 17.11.2026, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Michael Benna

Gebühr: 30,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

**Gründen im Nebenerwerb - Workshop in Kooperation  
mit der Hans-Lindner-Stiftung im Rahmen der  
Gründungswoche Deutschland**

Kursnummer: 262-A1C001

Beginn/Dauer: 19.11.2026, 18:00-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Christina Altmann

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 2

**Vortrag „Gefühle begleiten statt bekämpfen“  
Veranstaltungsreihe „Was Kinder unter zwei  
Jahren wirklich brauchen“**

Kursnummer: 262-A1B006

Beginn/Dauer: 19.11.2026, 19:00-20:30 Uhr, 1x

Leitung: Natalie Gerstl

Gebühr: 5,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1

**„Orakeln“ - Vortrag  
Humbug oder doch Wahrheit!?**

Kursnummer: 262-R1F03

Beginn/Dauer: 20.11.2026, 18:00-19:30 Uhr, 1x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

**Vortrag: Vererben und Verschenken -  
rechtlich und steuerlich betrachtet**

Kursnummer: 262-A1C003

Beginn/Dauer: 26.11.2026, 18:00-19:30 Uhr, 1x

Leitung: Dr. Josef Eicher und Felix Tischler

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Rathaus, Sitzungssaal



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Politik, Gesellschaft, Umwelt**



**Beratung für pflegende Angehörige (Dezember 2026)  
In Zusammenarbeit mit der Caritas-Fachstelle für  
pflegende Angehörige**

Kursnummer: 262-R1C24

Beginn/Dauer: 01.12.2026, 08:30-12:30 Uhr, 4x

Leitung: Elisabeth Perica

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Vortrag „Sprache, Spiel und Beziehung“**

**Veranstaltungsreihe „Was Kinder unter zwei Jahren  
wirklich brauchen“ - Bindung, Urvertrauen und gesunde  
psychische Entwicklung in den ersten Lebensjahren**

Kursnummer: 262-A1B007

Beginn/Dauer: 10.12.2026, 19:00-20:30 Uhr, 1x

Leitung: Natalie Gerstl

Gebühr: 5,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1

---

**Beratung für pflegende Angehörige (Januar 2027)  
In Zusammenarbeit mit der Caritas-Fachstelle für  
pflegende Angehörige**

Kursnummer: 262-R1C25

Beginn/Dauer: 12.01.2027, 08:30-12:30 Uhr, 3x

Leitung: Elisabeth Perica

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Vortrag „Auch Eltern brauchen Halt“**

**Veranstaltungsreihe „Was Kinder unter zwei Jahren  
wirklich brauchen“**

Kursnummer: 262-A1B008

Beginn/Dauer: 14.01.2027, 19:00-20:30 Uhr, 1x

Leitung: Natalie Gerstl

Gebühr: 5,00 €

Kursort: Arnstorf, Rathaus, Schulungsraum

---

**Vortrag: Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht**

Kursnummer: 262-A1C004

Beginn/Dauer: 25.01.2027, 18:00-19:30 Uhr, 1x

Leitung: Dr. Josef Eicher

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Rathaus, Sitzungssaal



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Politik, Gesellschaft, Umwelt**



**Einkommensteuererklärung 2026**

Kursnummer: 262-R1C01

Beginn/Dauer: 26.01.2027, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Michael Benna

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

**Die Kartoffel - Vom Anbau bis zur Ernte**

Kursnummer: 262-R1D03

Beginn/Dauer: 26.01.2027, 19:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Manfred Bernhard

Gebühr: 29,50 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum

**Beratung für pflegende Angehörige (Februar 2027)  
In Zusammenarbeit mit der Caritas-Fachstelle für  
pflegende Angehörige**

Kursnummer: 262-R1C26

Beginn/Dauer: 02.02.2027, 08:30-12:30 Uhr, 3x

Leitung: Elisabeth Perica

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

**Die Landwirtschaft -**

**Wissen, was auf dem Acker nebenan passiert**

Kursnummer: 262-R1D04

Beginn/Dauer: 16.02.2027, 19:00-21:00 Uhr, 2x

Leitung: Manfred Bernhard

Gebühr: 60,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum



## Programmbereiche Kultur, Gestalten

### Unterbereiche

Kultur (allgemein), Literatur und Tanz  
Schrift, Papier, Zeichnen und Plastisches Gestalten  
Textiles Gestalten  
Handwerk und Kunsthandwerk  
Fotografie  
Musik

### Wichtiger Hinweis

In der nachfolgenden Übersicht finden Sie das Kursangebot für den entsprechenden Programmbereich in chronologischer Übersicht. Wenn Sie Interesse an einer Kursteilnahme haben, finden Sie weitere ausführliche Kursinformationen für das Semester Herbst/Winter 2026 auf unserer Homepage ([www.vhs-rottalinn.de](http://www.vhs-rottalinn.de)). Bei weiteren Fragen können Sie jederzeit Kontakt mit der jeweiligen vhs-Geschäftsstelle in Arnstorf oder Eggenfelden aufnehmen.

#### **Volkshochschule Rottal-Inn West e.V.**

Geschäftsstelle in Eggenfelden

(Stadtplatz 1, Altes Rathaus, 1. Stock)

Kursorte: Eggenfelden, Falkenberg, Gangkofen, Massing, Wurmansquick und Zeilarn

**Leitung:** Dr. Stefan Jungbauer

Tel. 08721 / 1626, Fax 08721 / 10351

E-Mail: [info@vhs-rottalinn.de](mailto:info@vhs-rottalinn.de)

#### **Außenstelle Gangkofen:**

Tel. 08722 / 944515 (Christa Andraschko)

Mobil 0155 / 65797065

#### **Außenstelle Massing:**

Tel. 08724 / 1780 (Marianne Niederreiter)

#### **Volkshochschule Arnstorf**

Geschäftsstelle in Arnstorf

(Marktplatz 8, Rathaus Arnstorf, Zimmer 111)

Kursorte: Arnstorf, Malgersdorf, Roßbach und Schönau

**Leitung:** Thomas Unverdorben

Tel. 08723 / 961023, Fax 08723 / 961040

E-Mail: [arnstorf@vhs-rottalinn.de](mailto:arnstorf@vhs-rottalinn.de)



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Kultur, Gestalten



### **Klöppeln für Fortgeschrittene**

Kursnummer: 262-A2K001

Beginn/Dauer: 03.09.2026, 14:00-18:00 Uhr, 6x

Leitung: Gabriele Schäffler

Gebühr: 5,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1

### **Perlenworkshop - Glasperlenschmuck selbst gemacht**

Kursnummer: 262-A2K007

Beginn/Dauer: 05.09.2026, 12:00-17:00 Uhr, 6x

Leitung: Iris Salewski

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren

### **Literatur-Kreis**

Kursnummer: 262-A2A001

Beginn/Dauer: 07.09.2026, 10:00-11:30 Uhr, 6x

Leitung: Anita Zanella

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren

### **MAKE-UP (Teil I) - Dein Perfekter Teint**

#### **Verstehen, Analysieren, Anwenden**

Kursnummer: 262-R2K01

Beginn/Dauer: 11.09.2026, 14:00-19:30 Uhr, 1x

Leitung: Susn Baumgartner

Gebühr: 97,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

### **Patchworktreffen**

#### **offenes Treffen für alle Interessierten**

Kursnummer: 262-A2J001

Beginn/Dauer: 12.09.2026, 09:30-17:00 Uhr, 6x

Leitung: Corina Bachmeier

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1

### **Singen tut Senioren gut**

Kursnummer: 262-A2N004

Beginn/Dauer: 14.09.2026, 15:00-16:30 Uhr, 6x

Leitung: Iris Salewski

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Kultur, Gestalten



### **Veeh-Harfen Grundkurs**

Kursnummer: 262-A2N002

Beginn/Dauer: 15.09.2026, 17:00-18:00 Uhr, 10x

Leitung: Agnes Pritz

Gebühr: 120,00 €

Kursort: Malgersdorf, Kulturzentrum

---

### **Veeh-Harfe spielen für Fortgeschrittene**

Kursnummer: 262-A2N003

Beginn/Dauer: 15.09.2026, 18:30-19:30 Uhr, 10x

Leitung: Agnes Pritz

Gebühr: 120,00 €

Kursort: Malgersdorf, Kulturzentrum

---

### **MAKE-UP (Teil I) - Dein Perfekter Teint**

#### **Verstehen, Analysieren, Anwenden**

Kursnummer: 262-R2K02

Beginn/Dauer: 16.09.2026, 14:00-19:30 Uhr, 1x

Leitung: Susn Baumgartner

Gebühr: 97,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

### **Infoveranstaltung „Kreatives Schneiden“**

#### **(Anfänger & Fortgeschrittene)**

#### **Für Interessenten und Neueinsteiger**

Kursnummer: 262-R2J04

Beginn/Dauer: 16.09.2026, 19:00-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Ute Wollinger

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 14, 1. Stock

---

### **Seniorenhandarbeitsgruppe**

Kursnummer: 262-R2J01

Beginn/Dauer: 17.09.2026, 14:00-16:00 Uhr, 19x

Leitung: Maria Steiger

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

### **Patchwork - Fortgeschrittene**

Kursnummer: 262-A2J002

Beginn/Dauer: 17.09.2026, 19:30-22:00 Uhr, 5x

Leitung: Dagmar Klingel

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich Kultur, Gestalten**



**MAKE-UP (Teil II) - Augen, Brauen, Lippen  
Dein Look mit Ausdruck**

Kursnummer: 262-R2K04

Beginn/Dauer: 18.09.2026, 15:00-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Susn Baumgartner

Gebühr: 92,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

**Stilleben – Ölgemälde aus Blumen, Obst oder Gemüse  
Sanfter Einstieg in die Welt der Ölfarben**

Kursnummer: 262-R2H021

Beginn/Dauer: 20.09.2026, 10:00-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 35,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

**Orientalischer Tanz am Vormittag**

Kursnummer: 262-A2E001

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 09:30-10:30 Uhr, 10x

Leitung: Christine Pröckl

Gebühr: 40,00 €

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

**MAKE-UP (Teil II) - Augen, Brauen, Lippen  
Dein Look mit Ausdruck**

Kursnummer: 262-R2K05

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 15:00-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Susn Baumgartner

Gebühr: 92,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

**„Große Kaiser Roms“ - Leben, Leistung und Wirkung  
Von Marc Aurel bis zum Ende der Antike**

Kursnummer: 262-R2A02

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 17:00-18:30 Uhr, 5x

Leitung: Rudolf Hofmann

Gebühr: 40,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

**„Kreatives Schneiden“ (Anfängerkurs)**

Kursnummer: 262-R2J05

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 18:00-20:15 Uhr, 8x

Leitung: Ute Wollinger

Gebühr: 105,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 14, 1. Stock



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich Kultur, Gestalten**



**Line Dance Einsteigerkurs**

**Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse geeignet**

Kursnummer: 262-R2E011

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 18:15-19:00 Uhr, 5x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Aula

---

**Einsteigerkurs Discofox**

**Tanzkurs für Paare & Singles**

Kursnummer: 262-R2F01

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 19:00-20:00 Uhr, 6x

Leitung: Tanzschule Linsmeier

Gebühr: 75,00 €

Kursort: Wurmannsquick, Grund- und Mittelschule, Aula

---

**Line Dance für Fortgeschrittene**

**Für die Kursteilnahme sind Vorkenntnisse erforderlich**

Kursnummer: 262-R2E041

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 19:15-20:00 Uhr, 5x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Aula

---

**Grundkurs Gesellschaftstänze**

**Tanzkurs für Paare & Singles**

Kursnummer: 262-R2F02

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 20:15-21:45 Uhr, 6x

Leitung: Tanzschule Linsmeier

Gebühr: 110,00 €

Kursort: Wurmannsquick, Grund- und Mittelschule, Aula

---

**Line Dance Einsteigerkurs am Vormittag**

**Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse geeignet**

Kursnummer: 262-R2E021

Beginn/Dauer: 22.09.2026, 10:00-10:45 Uhr, 5x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Eggenfelden, Kampfsportschule Bernauer, 2. Stock

---

**Dekorative Keramik frei Gestalten und Töpfern**

Kursnummer: 262-A2I001

Beginn/Dauer: 22.09.2026, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Christa Nusser

Gebühr: 5,00 €

Kursort: Arnstorf, Töpferatelier Nusser



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich Kultur, Gestalten**



**Orientalischer Tanz am Abend**

Kursnummer: 262-A2E002

Beginn/Dauer: 22.09.2026, 19:00-20:00 Uhr, 10x

Leitung: Christine Pröckl

Gebühr: 40,00 €

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

**Line Dance Anfängerkurs**

**Keine Vorkenntnisse erforderlich**

Kursnummer: 262-R2E061

Beginn/Dauer: 23.09.2026, 18:00-19:00 Uhr, 5x

Leitung: Rosemarie Lachner

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Wurmannsquick, Alte Schule, Bürgertreff

**„Kreatives Schneiden“ (Fortgeschrittene)**

Kursnummer: 262-R2J06

Beginn/Dauer: 23.09.2026, 19:00-21:15 Uhr, 8x

Leitung: Ute Wollinger

Gebühr: 105,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 14, 1. Stock

**Handpan Basis Workshop**

**Für Anfänger, ohne Vorkenntnisse**

Kursnummer: 262-A2N005

Beginn/Dauer: 24.09.2026, 18:30-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Peter Scherbanowitz

Gebühr: 55,00 €

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

**Line Dance für Fortgeschrittene**

**Für die Teilnahme sind Vorkenntnisse erforderlich**

Kursnummer: 262-R2E051

Beginn/Dauer: 24.09.2026, 18:00-18:45 Uhr, 5x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Eggenfelden, Kampfsportschule Bernauer,  
2. Stock

**Line Dance Einsteigerkurs**

**Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse geeignet**

Kursnummer: 262-R2E031

Beginn/Dauer: 24.09.2026, 19:15-20:00 Uhr, 5x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Eggenfelden, Kampfsportschule Bernauer,  
2. Stock



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich Kultur, Gestalten**



**Ukulele - Das Zauberinstrument**

**Einsteigerkurs - keine musikalischen Vorkenntnisse erforderlich**

Kursnummer: 262-R2N03

Beginn/Dauer: 26.09.2026, 14:00-17:00 Uhr, 2x

Leitung: Rudolf Burger

Gebühr: 32,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtssraum,  
1. Stock

---

**„Vollgas im Schneckentempo“**

**Theaterstück in Kooperation mit Teilnehmenden und Dozenten der vhs Arnstorf**

Kursnummer: 262-A2D001

Beginn/Dauer: 02.10.2026, 19:30-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Anja Kappelmayer

Gebühr: 8,00 €

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

---

**Kaffeezeichnungen – Malen mit Genuss**

Kursnummer: 262-R2H022

Beginn/Dauer: 04.10.2026, 10:00-12:00 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 20,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Kreatives Töpfern „Aufbautechnik“ (ab 12 Jahre)**

**Entspannen, gestalten, kreativ sein**

Kursnummer: 262-R2I12

Beginn/Dauer: 05.10.2026, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Julia Heinsberg

Gebühr: 55,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Werkraum

---

**Spinnen - Altes Kunsthandwerk neu entdeckt**

Kursnummer: 262-A2K002

Beginn/Dauer: 10.10.2026, 13:30-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Cornelia Renner

Gebühr: 50,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1

---

**Einsteigerkurs Discofox**

**Tanzkurs für Paare & Singles**

Kursnummer: 262-R2F06

Beginn/Dauer: 13.10.2026, 19:00-20:00 Uhr, 3x

Leitung: Tanzschule Linsmeier

Gebühr: 40,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Aula



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich Kultur, Gestalten**



**Blitztanzkurs für Einsteiger (Gesellschaftstänze)  
Tanzkurs für Paare & Singles**

Kursnummer: 262-R2F07

Beginn/Dauer: 13.10.2026, 20:00-21:40 Uhr, 3x

Leitung: Tanzschule Linsmeier

Gebühr: 70,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Aula

---

**Fotografie Grundlagen - Tagesseminar**

Kursnummer: 262-R2L01

Beginn/Dauer: 17.10.2026, 09:00-16:00 Uhr, 1x

Leitung: Markus Hoheneder

Gebühr: 75,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Singen wie die Profis**

**Intensivworkshop Complete Vocal Technique (CVT)**

Kursnummer: 262-A2N001

Beginn/Dauer: 17.10.2026, 10:00-17:00 Uhr, 1 x

Leitung: Thomas Unverdorben

Gebühr: 159,00 €

Kursort: Schönau, Sonnendorf, Veranstaltungssaal

---

**Gartenobjekte: „Metall und Glas“**

**Objekt „Gartenstecker“**

Kursnummer: 262-R2I04

Beginn/Dauer: 20.10.2026, 18:00-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Dagmar Traunthaler

Gebühr: 15,00 €

Kursort: Massing, Dagmars Gartenkunst

---

**Gartenobjekte: „Metall und Glas“**

**Objekt „Blumen zum Hängen oder Stecken“**

Kursnummer: 262-R2I05

Beginn/Dauer: 20.10.2026, 18:00-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Dagmar Traunthaler

Gebühr: 15,00 €

Kursort: Massing, Dagmars Gartenkunst

---

**Kalligraphie Tagesseminar - Schriftkurs „Unziale“**

**Unziale: Eine edle, vornehme und zeitlose Schrift**

Kursnummer: 262-R2H02

Beginn/Dauer: 24.10.2026, 09:00-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Hildegard Peterlik

Gebühr: 80,00 €

Kursort: Wurmannsquick, Alte Schule, Bürgertreff



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich Kultur, Gestalten**



**Kammweben - Altes Kunsthandwerk neu entdeckt**

Kursnummer: 262-A2K003

Beginn/Dauer: 24.10.2026, 13:30-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Cornelia Renner

Gebühr: 50,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1

---

**Kreatives Schneiden**

Kursnummer: 262-A2J003

Beginn/Dauer: 24.10.2026, 09:00-16:00 Uhr, 3x

Leitung: Ute Wollinger

Gebühr: 105,00 €

Kursort: Arnstorf, Rathaus, Schulungsraum

---

**Malkurs für Kinder (7 bis 14 Jahre):**

**Gouache & Wachs – Gravur auf Farbe**

Kursnummer: 262-R2H041

Beginn/Dauer: 25.10.2026, 12:30-14:30 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 20,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Trockenfilzen (Anfängerkurs): „Verrückte Hühner“**

Kursnummer: 262-R2J09

Beginn/Dauer: 07.11.2026, 10:00-13:30 Uhr, 1x

Leitung: Susanne Rudert

Gebühr: 45,00 €

Kursort: Gangkofen, Selbstversorger Inn-Salzach e.V.

---

**Schafkopf - Grundlagenkurs**

Kursnummer: 262-R2A03

Beginn/Dauer: 09.11.2026, 18:00-19:30 Uhr, 4x

Leitung: Anton Dollmaier

Gebühr: 30,00 €

Kursort: Massing, Berta-Hummel-Schule

---

**Line Dance Einsteigerkurs**

**Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse geeignet**

Kursnummer: 262-R2E012

Beginn/Dauer: 09.11.2026, 18:15-19:00 Uhr, 5x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Aula



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich Kultur, Gestalten**



**Discofox für Fortgeschrittene  
Tanzkurs für Paare & Singles**

Kursnummer: 262-R2F03

Beginn/Dauer: 09.11.2026, 19:00-20:00 Uhr, 6x

Leitung: Tanzschule Linsmeier

Gebühr: 75,00 €

Kursort: Wurmannsquick, Grund- und Mittelschule, Aula

---

**Line Dance für Fortgeschrittene  
Für die Kursteilnahme sind Vorkenntnisse erforderlich**

Kursnummer: 262-R2E042

Beginn/Dauer: 09.11.2026, 19:15-20:00 Uhr, 5x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Aula

---

**Gesellschaftstänze für Fortgeschrittene  
Tanzkurs für Paare & Singles**

Kursnummer: 262-R2F04

Beginn/Dauer: 09.11.2026, 20:15-21:45 Uhr, 6x

Leitung: Tanzschule Linsmeier

Gebühr: 110,00 €

Kursort: Wurmannsquick, Grund- und Mittelschule, Aula

---

**Line Dance Einsteigerkurs am Vormittag  
Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse geeignet**

Kursnummer: 262-R2E022

Beginn/Dauer: 10.11.2026, 10:00-10:45 Uhr, 5x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Eggenfelden, Kampfsportschule Bernauer,  
2. Stock

---

**Line Dance Anfängerkurs  
Keine Vorkenntnisse erforderlich**

Kursnummer: 262-R2E062

Beginn/Dauer: 11.11.2026, 18:00-19:00 Uhr, 5x

Leitung: Rosemarie Lachner

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Wurmannsquick, Alte Schule, Bürgertreff



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich Kultur, Gestalten**



**Line Dance für Fortgeschrittene**

**Für die Teilnahme sind Vorkenntnisse erforderlich**

Kursnummer: 262-R2E052

Beginn/Dauer: 12.11.2026, 18:00-18:45 Uhr, 5x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Eggenfelden, Kampfsportschule Bernauer,  
2. Stock

---

**Line Dance Einsteigerkurs**

**Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse geeignet**

Kursnummer: 262-R2E032

Beginn/Dauer: 12.11.2026, 19:15-20:00 Uhr, 5x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Eggenfelden, Kampfsportschule Bernauer, 2. Stock

---

**Patchwork - Wochenendkurs**

Kursnummer: 262-A2J004

Beginn/Dauer: 14.11.2026, 09:00-18:00 Uhr, 2x

Leitung: Dagmar Klingel

Gebühr: 80,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 2

---

**Mosaik-Kurs für Anfänger\*innen**

Kursnummer: 262-A2I002

Beginn/Dauer: 14.11.2026, 13:30-17:00 Uhr, 1x

Leitung: Cornelia Renner

Gebühr: 45,00 €

Kursort: Arnstorf, Rathaus, Schulungsraum

---

**Selbst kreierte Postkarten - Zeichnung mit süßen Tieren**

Kursnummer: 262-R2H023

Beginn/Dauer: 15.11.2026, 11:00-13:00 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 22,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Cajon-Workshop für Einsteiger: Das Minischlagzeug  
Schlagtechniken, Grundrhythmen, Koordination**

Kursnummer: 262-R2N01

Beginn/Dauer: 16.11.2026, 19:00-21:00 Uhr, 2x

Leitung: Andreas Fusseder

Gebühr: 45,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 13, 1. Stock



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich Kultur, Gestalten**



**Acryl auf Leinwand - Großes Bild mit Blumen**

Kursnummer: 262-R2H024

Beginn/Dauer: 21.11.2026, 15:30-19:30 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 28,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

**Handpan Basis Workshop**

**Für Anfänger, ohne Vorkenntnisse**

Kursnummer: 262-A2N006

Beginn/Dauer: 26.11.2026, 18:30-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Peter Scherbanowitz

Gebühr: 55,00 €

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

**Adventskränze selber binden - klassisch und modern**

Kursnummer: 262-A2K006

Beginn/Dauer: 26.11.2026, 18:00-19:30 Uhr, 1x

Leitung: Lisa Maria Raab

Gebühr: 45,00 €

Kursort: Arnstorf, Rathaus, Schulungsraum

**Trockenfilzen (Anfängerkurs): „Feen oder Elfen“**

Kursnummer: 262-R2J07

Beginn/Dauer: 28.11.2026, 10:00-13:30 Uhr, 1x

Leitung: Susanne Rudert

Gebühr: 45,00 €

Kursort: Gangkofen, Selbstversorger Inn-Salzach e.V.

**Erste Schritte in der Aquarell-Landschaft**

Kursnummer: 262-R2H025

Beginn/Dauer: 29.11.2026, 11:00-13:00 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 28,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

**Kreatives Töpfern „Aufbautechnik“ (ab 12 Jahre)**

**Entspannen, gestalten, kreativ sein**

Kursnummer: 262-R2I13

Beginn/Dauer: 01.12.2026, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Julia Heinsberg

Gebühr: 55,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Werkraum



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich Kultur, Gestalten**



**Malkurs für Kinder (10-14 Jahre): Kreatives Malen**

Kursnummer: 262-R2H042

Beginn/Dauer: 12.12.2026, 15:30-17:30 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 22,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Fit für den Ball - Blitztanzkurs für Ballgäste**

Kursnummer: 262-R2F08

Beginn/Dauer: 05.01.2027, 20:00-21:40 Uhr, 2x

Leitung: Tanzschule Linsmeier

Gebühr: 45,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum,  
2. Stock

---

**Indische Motive in Acryl**

**Farbenfroher Malkurs inspiriert von der indischen Kultur**

Kursnummer: 262-R2H032

Beginn/Dauer: 10.01.2027, 10:00-13:00 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 28,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Line Dance Einsteigerkurs**

**Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse geeignet**

Kursnummer: 262-R2E013

Beginn/Dauer: 11.01.2027, 18:15-19:00 Uhr, 4x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 34,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Aula

---

**Line Dance für Fortgeschrittene**

**Für die Kursteilnahme sind Vorkenntnisse erforderlich**

Kursnummer: 262-R2E043

Beginn/Dauer: 11.01.2027, 19:15-20:00 Uhr, 4x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 34,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Aula

---

**Line Dance Einsteigerkurs am Vormittag**

**Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse geeignet**

Kursnummer: 262-R2E023

Beginn/Dauer: 12.01.2027, 10:00-10:45 Uhr, 4x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 34,00 €

Kursort: Eggenfelden, Kampfsportschule Bernauer, 2. Stock



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich Kultur, Gestalten**



**Line Dance Anfängerkurs**

**Keine Vorkenntnisse erforderlich**

Kursnummer: 262-R2E063

Beginn/Dauer: 13.01.2027, 18:00-19:00 Uhr, 4x

Leitung: Rosemarie Lachner

Gebühr: 33,00 €

Kursort: Wurmansquick, Alte Schule, Bürgertreff

**Line Dance für Fortgeschrittene**

**Für die Teilnahme sind Vorkenntnisse erforderlich**

Kursnummer: 262-R2E053

Beginn/Dauer: 14.01.2027, 18:00-18:45, 4x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 34,00 €

Kursort: Eggenfelden, Kampfsportschule Bernauer, 2. Stock

**Line Dance Einsteigerkurs**

**Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse geeignet**

Kursnummer: 262-R2E033

Beginn/Dauer: 14.01.2027, 19:15-20:00 Uhr, 4x

Leitung: Dagmar Götz

Gebühr: 34,00 €

Kursort: Eggenfelden, Kampfsportschule Bernauer, 2. Stock

**Alte Liebe -**

**Heitere Lesung mit Renate Kinkel & Claus Kuhn**

Kursnummer: 262-A2A002

Beginn/Dauer: 15.01.2027, 19:30-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Renate Kinkel und Claus Kuhn

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

**Spinnen - Altes Kunsthandwerk neu entdeckt**

Kursnummer: 262-A2K004

Beginn/Dauer: 16.01.2027, 13:30-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Cornelia Renner

Gebühr: 50,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1

**Trockenfilzen (Anfängerkurs): „Verrückte Hühner“**

Kursnummer: 262-R2J010

Beginn/Dauer: 17.01.2027, 10:00-13:30 Uhr, 1x

Leitung: Susanne Rudert

Gebühr: 45,00 €

Kursort: Gangkofen, Selbstversorger Inn-Salzach e.V.



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich Kultur, Gestalten**



**Zeichnen mit Bleistift - Stadtmotive**

Kursnummer: 262-R2H026

Beginn/Dauer: 17.01.2027, 10:00-12:30 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**MAKE-UP (Teil I) - Dein Perfekter Teint**

**Verstehen, Analysieren, Anwenden**

Kursnummer: 262-R2K03

Beginn/Dauer: 18.01.2027, 14:00-19:30 Uhr, 1x

Leitung: Susn Baumgartner

Gebühr: 97,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Handpan Basis Workshop**

**Für Anfänger, ohne Vorkenntnisse**

Kursnummer: 262-A2N007

Beginn/Dauer: 21.01.2027, 18:30-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Peter Scherbanowitz

Gebühr: 55,00 €

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

---

**„Black, Bold & lovely“**

**Tauche ein in die faszinierende Welt der Kontraste**

Kursnummer: 262-R2H01

Beginn/Dauer: 22.01.2027, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Kerstin Rackerseder

Gebühr: 66,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Buchschnitt-Malerei: Gestalte Deinen Buchschnitt selbst**

Kursnummer: 262-A2H001

Beginn/Dauer: 23.01.2027, 13:00-17:00 Uhr, 1x

Leitung: Carmen Knorr

Gebühr: 35,00 €

Kursort: Arnstorf, Gemeindebücherei

---

**Stilleben - Ölgemälde aus Blumen**

**Sanfter Einstieg in die Welt der Ölfarben**

Kursnummer: 262-R2H027

Beginn/Dauer: 24.01.2027, 10:00-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 35,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Kultur, Gestalten



### **Trockenfilzen (Anfängerkurs): „Feen oder Elfen“**

Kursnummer: 262-R2J08

Beginn/Dauer: 24.01.2027, 10:00-13:30 Uhr, 1x

Leitung: Susanne Rudert

Gebühr: 45,00 €

Kursort: Gangkofen, Selbstversorger Inn-Salzach e.V.

### **MAKE-UP (Teil II) - Augen, Brauen, Lippen**

**Dein Look mit Ausdruck**

Kursnummer: 262-R2K06

Beginn/Dauer: 25.01.2027, 15:00-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Susn Baumgartner

Gebühr: 92,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

### **Kammweben - Altes Kunsthandwerk neu entdeckt**

Kursnummer: 262-A2K005

Beginn/Dauer: 30.01.2027, 13:30-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Cornelia Renner

Gebühr: 50,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1

### **Acryl auf Leinwand - Großes Gemälde abstrakter Blumen**

Kursnummer: 262-R2H028

Beginn/Dauer: 31.01.2027, 10:00-13:00 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 28,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

### **Kreatives Töpfern „Aufbautechnik“ (ab 12 Jahre)**

**Entspannen, gestalten, kreativ sein**

Kursnummer: 262-R2I14

Beginn/Dauer: 03.02.2027, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Julia Heinsberg

Gebühr: 55,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Werkraum

### **Zeichnen mit Kohle - Formen und Gebäude**

**Ausdruck, Kontrast, Atmosphäre**

Kursnummer: 262-R2H029

Beginn/Dauer: 07.02.2027, 15:00-17:30 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich Kultur, Gestalten**



**Intuitives Malen - Abstraktion mit Acryl und Fingern**

**Ein sinnlicher Kurs voller Freiheit**

Kursnummer: 262-R2H030

Beginn/Dauer: 13.02.2027, 15:30-18:30 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 28,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

**Malkurs für Kinder (7 bis 12 Jahre): Magisches Tier mit  
fluoreszierender Farbe**

Kursnummer: 262-R2H043

Beginn/Dauer: 14.02.2027, 11:00-13:00 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 24,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

**Tanzkurs für Brautpaare & Hochzeitsgäste**

Kursnummer: 262-R2F05

Beginn/Dauer: 14.02.2027, 17:30-19:10 Uhr, 3x

Leitung: Tanzschule Linsmeier

Gebühr: 70,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

**Mosaik-Kurs für Anfänger\*innen**

Kursnummer: 262-A2I003

Beginn/Dauer: 20.02.2027, 13:30-17:00 Uhr, 1x

Leitung: Cornelia Renner

Gebühr: 45,00 €

Kursort: Arnstorf, Rathaus, Schulungsraum

**Stilleben - Ölgemälde mit Blumen**

Kursnummer: 262-R2H031

Beginn/Dauer: 28.02.2027, 10:00-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Tetiana Barsehian

Gebühr: 35,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock



## **Programmbereiche Gesundheit, Fitness**

### **Unterbereiche**

Entspannung, Stressbewältigung und Meditation  
Yoga, Taiji, Qigong  
Pilates, ZUMBA®  
Koordination, Beweglichkeit und Workout  
Faszien, Rücken und Wirbelsäule  
Prävention, Heilmethoden und Körperpflege  
Ernährung und Kochkurse

### **Wichtiger Hinweis**

In der nachfolgenden Übersicht finden Sie das Kursangebot für den entsprechenden Programmbereich in chronologischer Übersicht. Wenn Sie Interesse an einer Kursteilnahme haben, finden Sie weitere ausführliche Kursinformationen für das Semester Herbst/Winter 2026 auf unserer Homepage ([www.vhs-rottalinn.de](http://www.vhs-rottalinn.de)). Bei weiteren Fragen können Sie jederzeit Kontakt mit der jeweiligen vhs-Geschäftsstelle in Arnstorf oder Eggenfelden aufnehmen.

#### **Volkshochschule Rottal-Inn West e.V.**

Geschäftsstelle in Eggenfelden  
(Stadtplatz 1, Altes Rathaus, 1. Stock)  
Kursorte: Eggenfelden, Falkenberg, Gangkofen, Massing, Wurmansquick und Zeilarn

**Leitung:** Dr. Stefan Jungbauer

Tel. 08721 / 1626, Fax 08721 / 10351

E-Mail: [info@vhs-rottalinn.de](mailto:info@vhs-rottalinn.de)

##### **Außenstelle Gangkofen:**

Tel. 08722 / 944515 (Christa Andraschko)

Mobil 0155 / 65797065

##### **Außenstelle Massing:**

Tel. 08724 / 1780 (Marianne Niederreiter)

#### **Volkshochschule Arnstorf**

Geschäftsstelle in Arnstorf  
(Marktplatz 8, Rathaus Arnstorf, Zimmer 111)  
Kursorte: Arnstorf, Malgersdorf, Roßbach und Schönauf

**Leitung:** Thomas Unverdorben

Tel. 08723 / 961023, Fax 08723 / 961040

E-Mail: [arnstorf@vhs-rottalinn.de](mailto:arnstorf@vhs-rottalinn.de)



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**„La dolce vita“ (Kochkurs)**

**Wir kochen ein italienisches Menü**

Kursnummer: 262-R3R01

Beginn/Dauer: In Planung, 19:00-22:00 Uhr, 1x

Leitung: Elisabeth Eder

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Falkenberg, Grundschule, Schulküche

---

**„Zauber des Orients“ (Kochkurs)**

**Ein Abend mit Gewürzen aus 1001 Nacht**

Kursnummer: 262-R3R02

Beginn/Dauer: In Planung, 19:00-22:00 Uhr, 1x

Leitung: Elisabeth Eder

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Falkenberg, Grundschule, Schulküche

---

**Indisch-vegetarische Küche (Kochkurs)**

**Viel Geschmack mit und ohne Fleisch**

Kursnummer: 262-R3R04

Beginn/Dauer: In Planung, 19:00-22:00 Uhr, 1x

Leitung: Elisabeth Eder

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Falkenberg, Grundschule, Schulküche

---

**„Herbstspezialitäten“ (Kochkurs)**

**Kartoffel, Pilze und Kürbis raffiniert zubereitet**

Kursnummer: 262-R3R03

Beginn/Dauer: In Planung, 19:00-22:00 Uhr, 1x

Leitung: Elisabeth Eder

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Falkenberg, Grundschule, Schulküche

---

**Yoga in Ried bei Arnstorf**

**ZPP-zertifiziert (Kurstag Donnerstag)**

Kursnummer: 262-A3D008

Beginn/Dauer: frei wählbar, 18:00-19:30 Uhr, 12x

Leitung: Regine Fresser-Kuby

Gebühr: 205,00 €

Kursort: Arnstorf, Yoga-Zentrum Ried

---

**Yoga in Ried bei Arnstorf**

**ZPP-zertifiziert (Kurstag Freitag)**

Kursnummer: 262-A3D009

Beginn/Dauer: frei wählbar, 19:00-20:30 Uhr, 12x

Leitung: Regine Fresser-Kuby

Gebühr: 205,00 €

Kursort: Arnstorf, Yoga-Zentrum Ried



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Sitzübungen für Senioren**

**Geeignet auch für Menschen mit körperlichen  
Einschränkungen**

Kursnummer: 262-R3J031

Beginn/Dauer: 04.08.2026, 09:00-10:30 Uhr, 20x

Leitung: Kunigunde Krämer

Gebühr: 50,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

---

**Selbsthilfegruppe Hypertonie**

Kursnummer: 262-R3N01

Beginn/Dauer: 04.08.2026, 14:00-16:00 Uhr, 20x

Leitung: Mehdi Pourmoghim

Gebühr: 60,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

---

**Sitzübungen für Senioren**

**Geeignet auch für Menschen mit körperlichen  
Einschränkungen**

Kursnummer: 262-R3J032

Beginn/Dauer: 06.08.2026, 13:00-14:30 Uhr, 20x

Leitung: Kunigunde Krämer

Gebühr: 50,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

---

**Fitness fürs Gehirn**

Kursnummer: 262-A3A001

Beginn/Dauer: 02.09.2026, 14:00-17:00 Uhr, 12x

Leitung: Irmgard Lauber

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren

---

**Bewegte Senioren**

Kursnummer: 262-A3J001

Beginn/Dauer: 03.09.2026, 14:00-17:00 Uhr, 24x

Leitung: Irmgard Lauber

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Arnstorfer Selbsthilfegruppe Depression**

Kursnummer: 262-A3N001

Beginn/Dauer: 07.09.2026, 19:00-21:00 Uhr, 7x

Leitung: Anton Wartner

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren

---

**Yoga sanft - Arnstorf**

Kursnummer: 262-A3D002

Beginn/Dauer: 14.09.2026, 17:45-19:15 Uhr, 8x

Leitung: Sonja Sporrer

Gebühr: 99,00 €

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

---

**Yoga mit Vorkenntnissen - Arnstorf**

Kursnummer: 262-A3D004

Beginn/Dauer: 14.09.2026, 19:30-21:00 Uhr, 8x

Leitung: Sonja Sporrer

Gebühr: 99,00 €

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

---

**Kangatraining® - Training, Tanzen und Sport mit Baby**

Kursnummer: 262-A3I001

Beginn/Dauer: 15.09.2026, 09:00-10:15 Uhr, 10x

Leitung: Verena Stadler

Gebühr: 110,00 €

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

---

**Einfach Yoga**

**In Bewegung kommen und zur Ruhe finden**

Kursnummer: 262-R3D21

Beginn/Dauer: 15.09.2026, 17:30-19:00 Uhr, 10x

Leitung: Cornelia Specht

Gebühr: 135,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

---

**Yoga sanft - Roßbach**

Kursnummer: 262-A3D003

Beginn/Dauer: 15.09.2026, 17:45-19:15 Uhr, 8x

Leitung: Sonja Sporrer

Gebühr: 99,00 €

Kursort: Roßbach, Rathaus



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Gesundheit, Fitness



### **Yoga mit Vorkenntnissen - Roßbach**

Kursnummer: 262-A3D005

Beginn/Dauer: 15.09.2026, 19:30-21:00 Uhr, 8x

Leitung: Sonja Sporrer

Gebühr: 99,00 €

Kursort: Roßbach, Rathaus

---

### **Einfach Yoga**

#### **In Bewegung kommen und zur Ruhe finden**

Kursnummer: 262-R3D31

Beginn/Dauer: 15.09.2026, 19:30-21:00 Uhr, 10x

Leitung: Cornelia Specht

Gebühr: 120,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

---

### **KORCE®**

Kursnummer: 262-R3J091

Beginn/Dauer: 16.09.2026, 20:00-21:00 Uhr, 8x

Leitung: Anne Zauner

Gebühr: 80,00 €

Kursort: Eggenfelden, Tanzschule Linsmeier

---

### **Einfach Yoga**

#### **In Bewegung kommen und zur Ruhe finden**

Kursnummer: 262-R3D41

Beginn/Dauer: 17.09.2026, 08:45-10:15 Uhr, 10x

Leitung: Cornelia Specht

Gebühr: 135,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

---

### **Senioren-Yoga für Anfänger**

#### **Für Yoga ist es nie zu spät!**

Kursnummer: 262-R3D45

Beginn/Dauer: 17.09.2026, 10:30-11:45 Uhr, 10x

Leitung: Cornelia Specht

Gebühr: 120,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Zirkeltraining / Bootcamp für Frauen  
Ganzjähriger Outdoor-Kurs (auch in den Schulferien)**

Kursnummer: 262-R3J093

Beginn/Dauer: 17.09.2026, 18:30-19:30 Uhr, 8x

Leitung: Anne Zauner

Gebühr: 80,00 €

Kursort: Eggenfelden, Sportzentrum

---

**BODEGA moves® & Functional Flows**

Kursnummer: 262-R3J095

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 08:20-09:20 Uhr, 8x

Leitung: Anne Zauner

Gebühr: 80,00 €

Kursort: Eggenfelden, Tanzschule Linsmeier

---

**Entspannungskurs „Progressive Muskelentspannung“  
(PMR) Präventionskurs ZPP**

Kursnummer: 262-A3B002

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 19:00-20:00 Uhr, 10x

Leitung: Jacqueline Kellerbauer

Gebühr: 159,00 €

Kursort: Roßbach, Rathaus

---

**Kletterkurse für Kinder - Anfänger & Fortgeschrittene  
(ab 6 Jahren)**

**In Kooperation mit der DAV-Sektion Gangkofen**

Kursnummer: 262-R3J061

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 16:15-17:15 Uhr, 5x

Leitung: Irmi Feih

Gebühr: 33,00 €

Kursort: DAV-Kletterhalle, Jahnstraße, 84140 Gangkofen

---

**Sanfte Gymnastik - AUCH FÜR MÄNNER  
Das Fitnessprogramm für Körperform und Haltung**

Kursnummer: 262-R3J071

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 17:45-18:45 Uhr, 10x

Leitung: Brigitte Ruttinger

Gebühr: 32,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Turnhalle

---

**Damengymnastik**

Kursnummer: 262-R3J021

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 18:30-19:30 Uhr, 12x

Leitung: Franz Halbinger

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium,  
Turnhalle



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Qigong - Anfänger und Fortgeschrittene  
Kräfte sammeln - Immunsystem stärken**

Kursnummer: 262-R3E08

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 18:30-19:45 Uhr, 10x

Leitung: Marlies Eham

Gebühr: 120,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum

---

**Fit und beweglich - AUCH FÜR MÄNNER**

Kursnummer: 262-R3J073

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 19:00-20:00 Uhr, 10x

Leitung: Brigitte Ruttinger

Gebühr: 32,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Turnhalle

---

**Ganzheitliches Yoga  
Für Anfänger und Fortgeschrittene**

Kursnummer: 262-R3D02

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 19:30-21:00 Uhr, 10x

Leitung: Georg Bauer

Gebühr: 100,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

---

**Ganzheitliches Yoga  
Für Anfänger und Fortgeschrittene**

Kursnummer: 262-R3D05

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 19:30-21:00 Uhr, 10x

Leitung: Anneliese Bauer

Gebühr: 100,00 €

Kursort: Massing, Yoga-Studio Bauer

---

**Eltern-Kind-Turnen - für Kinder von 1 bis 4 Jahre  
Für Kinder ab dem Laufalter in Begleitung eines (Groß-) Elternteils**

Kursnummer: 262-R3J041

Beginn/Dauer: 22.09.2026, 16:00-16:45 Uhr, 10x

Leitung: Charis Baumann

Gebühr: 30,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Turnhalle



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Eltern-Kind-Turnen - für Kinder von 1 bis 6 Jahre  
Für Kinder ab dem Laufalter in Begleitung eines (Groß-) Elternteils**

Kursnummer: 262-R3J043

Beginn/Dauer: 22.09.2026, 17:00-17:45 Uhr, 10x

Leitung: Charis Baumann

Gebühr: 30,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Turnhalle

---

**Pilates**

Kursnummer: 262-R3H05

Beginn/Dauer: 22.09.2026, 18:00-19:00 Uhr, 10x

Leitung: Veronika Preda

Gebühr: 80,00 €

Kursort: Massing, Mehrzweckraum Turnhalle

---

**Tanz und Bewegung mit südländischer Musik  
Für „aktive“ Erwachsene**

Kursnummer: 262-R3J050

Beginn/Dauer: 22.09.2026, 18:30-19:15 Uhr, 10x

Leitung: Robert Andraschko

Gebühr: 70,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Spiegelsaal

---

**Ganzheitliches Yoga  
Für Anfänger und Fortgeschrittene**

Kursnummer: 262-R3D06

Beginn/Dauer: 22.09.2026, 19:30-21:00 Uhr, 10x

Leitung: Georg Bauer

Gebühr: 100,00 €

Kursort: Massing, Yoga-Studio Bauer

---

**Ganzheitliches Yoga für Anfänger**

Kursnummer: 262-R3D091

Beginn/Dauer: 22.09.2026, 19:30-20:45 Uhr, 10x

Leitung: Teresa Reinisch

Gebühr: 120,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum

---

**Ganzheitliches Yoga  
Für Anfänger und Fortgeschrittene**

Kursnummer: 262-R3D07

Beginn/Dauer: 23.09.2026, 18:30-20:00 Uhr, 10x

Leitung: Anneliese Bauer

Gebühr: 100,00 €

Kursort: Massing, Yoga-Studio Bauer



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Ganzheitliches Yoga  
Für Anfänger und Fortgeschrittene**

Kursnummer: 262-R3D03  
Beginn/Dauer: 23.09.2026, 18:30-20:00 Uhr, 10x  
Leitung: Georg Bauer  
Gebühr: 100,00 €  
Kursort: Eggenfelden, Praxis DiaLog

**Qigong für Frauen - entspannt und stark für Frauen im  
jedem Alter - Präventionskurs der ZPP**

Kursnummer: 262-R3E03  
Beginn/Dauer: 23.09.2026, 19:00-20:30 Uhr, 10x  
Leitung: Luise Wagner  
Gebühr: 160,00 €  
Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

**Sanftes Yoga**

**Ganzheitliches Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene**

Kursnummer: 262-R3D11  
Beginn/Dauer: 24.09.2026, 17:30-19:00 Uhr, 10x  
Leitung: Anneliese Bauer  
Gebühr: 100,00 €  
Kursort: Massing, Yoga-Studio Bauer

**Pilates**

Kursnummer: 262-R3H06  
Beginn/Dauer: 24.09.2026, 18:30-19:30 Uhr, 10x  
Leitung: Veronika Preda  
Gebühr: 80,00 €  
Kursort: Gangkofen, Schulzentrum

**Functional Training**

**„Gesundheitssport“ für Frauen und Männer**

Kursnummer: 262-R3J081  
Beginn/Dauer: 24.09.2026, 18:30-19:30 Uhr, 10x  
Leitung: Christian Biedermann  
Gebühr: 100,00 €  
Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

**Besser schlafen -**

**natürliche Unterstützung für erholsame Nächte  
Vortragsreihe „Natürlich wirksam bei Beschwerden“**

Kursnummer: 262-A3N003  
Beginn/Dauer: 24.09.2026, 18:30-20:00 Uhr, 1x  
Leitung: Alexandra Bauer  
Gebühr: 20,00 €  
Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Yoga-Intensiv**

**Ganzheitliches und dynamisches Energietraining**

Kursnummer: 262-R3D10

Beginn/Dauer: 24.09.2026, 19:30-21:00 Uhr, 10x

Leitung: Georg Bauer

Gebühr: 100,00 €

Kursort: Massing, Yoga-Studio Bauer

---

**Ganzheitliches Yoga**

**Für Anfänger und Fortgeschrittene**

Kursnummer: 262-R3D08

Beginn/Dauer: 25.09.2026, 08:30-10:00 Uhr, 10x

Leitung: Anneliese Bauer

Gebühr: 100,00 €

Kursort: Massing, Yoga-Studio Bauer

---

**Entspannungsworkshop**

**Neue Wege zu mehr Ruhe und Ausgeglichenheit**

Kursnummer: 262-A3B001

Beginn/Dauer: 26.09.2026, 10:00-14:00 Uhr, 1x

Leitung: Maria Zillinger

Gebühr: 89,00 €

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

---

**Backkurs - Brötchenbackkurs**

Kursnummer: 262-R3R22

Beginn/Dauer: 26.09.2026, 13:00-18:00 Uhr, 1x

Leitung: Annemarie Karl

Gebühr: 85,00 €

Kursort: Mitterskirchen, Backstudio Sonnengarten

---

**Yoga - Stabilität und Flexibilität**

Kursnummer: 262-A3D006

Beginn/Dauer: 28.09.2026, 08:30-10:00 Uhr, 8x

Leitung: Brigitte Oberauer

Gebühr: 78,00 €

Kursort: Malgersdorf, Kulturzentrum

---

**Rückhalt - Ganzheitliche Rückenschule**

**Präventionskurs der ZPP**

Kursnummer: 262-R3J011

Beginn/Dauer: 30.09.2026, 18:00-19:15 Uhr, 10x

Leitung: Lisa Pollerspöck

Gebühr: 120,00 €

Kursort: Zeilarn, Bürgerhaus, Bürgersaal



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Gesundheit, Fitness



### „Stuhl-Yoga“

#### Für Anfänger und Fortgeschrittene jeder Altersgruppe

Kursnummer: 262-R3D63

Beginn/Dauer: 30.09.2026, 18:00-19:00 Uhr, 5x

Leitung: Hildegard Schlesier

Gebühr: 40,00 €

Kursort: Massing, Mehrzweckraum Turnhalle

### Rückhalt - Ganzheitliche Rückenschule

#### Präventionskurs der ZPP

Kursnummer: 262-R3J013

Beginn/Dauer: 01.10.2026, 18:00-19:15 Uhr, 10x

Leitung: Lisa Pollerspöck

Gebühr: 120,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

### Pilates

Kursnummer: 262-R3H03

Beginn/Dauer: 02.10.2026, 08:30-09:30 Uhr, 10x

Leitung: Lisa Pollerspöck

Gebühr: 95,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

### „Loslassen“ - Workshop

#### Wenn der innere Druck nicht nachlässt

Kursnummer: 262-R3C02

Beginn/Dauer: 02.10.2026, 18:30-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Nadine Baumgartner

Gebühr: 30,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum

### Pilates

Kursnummer: 262-R3H01

Beginn/Dauer: 05.10.2026, 19:00-20:00 Uhr, 10x

Leitung: Karin Niedermeier

Gebühr: 88,00 €

Kursort: Zeilarn, Bürgerhaus, Bürgersaal

### Aqua-ZUMBA®

Kursnummer: 262-R3I021

Beginn/Dauer: 06.10.2026, 18:30-19:15 Uhr, 8x

Leitung: Lisa Schreiner

Gebühr: 44,00 €

Kursort: Massing, Hallenbad



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Vortrag: Duftende Wirkstoffe von Pflanzen  
Veranstaltung in Kooperation mit der Kollbachapotheke**

Kursnummer: 262-A3N007

Beginn/Dauer: 06.10.2026, 19:00-20:30 Uhr, 1x

Leitung: Ingeborg Stadelmann

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Rathaus, Sitzungssaal

---

**Aqua-ZUMBA®**

Kursnummer: 262-R3I022

Beginn/Dauer: 06.10.2026, 19:15-20:00 Uhr, 8x

Leitung: Lisa Schreiner

Gebühr: 44,00 €

Kursort: Massing, Hallenbad

---

**Beckenbodenschule - Ganzheitliche Beckenbodentherapie**

Kursnummer: 262-A3N002

Beginn/Dauer: 07.10.2026, 09:00-10:15 Uhr, 8x

Leitung: Carola Eder

Gebühr: 125,00 €

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

---

**„111 Dinge über die Wechseljahre, die man wissen muss“  
(Lesung mit Autorin Christina Gschwendtner und  
Frauenärztin Dr. Susanne Rothkopf)**

Kursnummer: 262-A3N008

Beginn/Dauer: 08.10.2026, 19:00-20:30 Uhr, 1 x

Leitung: Christina Gschwendtner

Gebühr: kostenlos

Kursort: Arnstorf, Rathaus, Sitzungssaal

---

**Einkochen / Einwecken - Dörren: Grundlagenkurs**

Kursnummer: 262-R3R09

Beginn/Dauer: 10.10.2026, 10:00-13:00 Uhr, 1x

Leitung: Susanne Rudert

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Gangkofen, Selbstversorger Inn-Salzach e.V.

---

**Kochkurs: Herbstküche**

Kursnummer: 262-A3R001

Beginn/Dauer: 12.10.2026, 18:00-21:30 Uhr, 1 x

Leitung: Lisa Maria Raab

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Arnstorf, Mittelschule, Schulküche



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Gesundheit, Fitness



### **„Herbstküche“ (Kochkurs) Gesund, einfach und Lecker**

Kursnummer: 262-R3R05

Beginn/Dauer: 13.10.2026, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Lisa Raab

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Schulküche

---

### **Tanzen für Ladies**

#### **Achtung Ladies: „Mir reicht’s – Ich geh tanzen!“**

Kursnummer: 262-R3J052

Beginn/Dauer: 14.10.2026, 19:00-19:45 Uhr, 5x

Leitung: Tatjana Ebnet

Gebühr: 38,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Spiegelsaal

---

### **Yoga für Anfänger**

#### **Yogaübungen für die tägliche Praxis zu Hause**

Kursnummer: 262-R3D12

Beginn/Dauer: 14.10.2026, 19:30-20:30 Uhr, 6x

Leitung: Jutta Fißlinger

Gebühr: 60,00 €

Kursort: Gangkofen, Naturheilpraxis Fißlinger

---

### **Farben, die Sie zum Strahlen bringen**

#### **Workshop für einen Einblick in moderne Farb- und Stilberatung**

Kursnummer: 262-A3Q002

Beginn/Dauer: 17.10.2026, 11:00-14:00 Uhr, 1x

Leitung: Krisztina Németh

Gebühr: 99,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 2

---

### **Kosmetik „Pflegeroutine“ - Workshop**

Kursnummer: 262-R3Q01

Beginn/Dauer: 17.10.2026, 11:00-12:00 Uhr, 1x

Leitung: Laura Hoffmann

Gebühr: 69,00 €

Kursort: Gangkofen, Kursort in Planung

---

### **Kochkurs: Meal Prep**

Kursnummer: 262-A3R002

Beginn/Dauer: 19.10.2026, 18:00-21:30 Uhr, 1 x

Leitung: Lisa Maria Raab

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Arnstorf, Mittelschule, Schulküche



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Lungen-Atmungssystem Qigong**

**Frei Atmen - Kraft tanken - Immunsystem stärken**

Kursnummer: 262-R3E05

Beginn/Dauer: 20.10.2026, 19:00-20:30 Uhr, 1x

Leitung: Quoc Son Vu

Gebühr: 12,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Backkurs - Brotbackkurs mit Sauerteig**

Kursnummer: 262-R3R21

Beginn/Dauer: 24.10.2026, 13:00-18:00 Uhr, 1x

Leitung: Annemarie Karl

Gebühr: 85,00 €

Kursort: Mitterskirchen, Backstudio Sonnengarten

---

**„Vegetarisch kreativ“ (Kochkurs)**

Kursnummer: 262-R3R06

Beginn/Dauer: 26.10.2026, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Lisa Raab

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Schulküche

---

**Vortrag: Gesunder Darm -**

**Verdauungsprobleme ganzheitlich heilen**

Kursnummer: 262-A3R003

Beginn/Dauer: 28.10.2026, 18:30-20:30 Uhr, 1x

Leitung: Lisa Maria Raab

Gebühr: 17,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 2

---

**„Stuhl-Yoga“**

**Für Anfänger und Fortgeschrittene jeder Altersgruppe**

Kursnummer: 262-R3D64

Beginn/Dauer: 04.11.2026, 18:00-19:00 Uhr, 5x

Leitung: Hildegard Schlesier

Gebühr: 40,00 €

Kursort: Massing, Mehrzweckraum Turnhalle

---

**Weihnachtsstollen backen für Jedermann**

**(Backvorführung für Anfänger & Fortgeschrittene)**

Kursnummer: 262-A3R012

Beginn/Dauer: 04.11.2026, 18:30-21:30 Uhr, 1x

Leitung: Anna Krinner

Gebühr: 15,00 €

Kursort: Arnstorf, Rathaus, Sitzungssaal



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Gesundheit, Fitness



### **Kletterkurse für Kinder - Anfänger & Fortgeschrittene (ab 6 Jahren) In Kooperation mit der DAV-Sektion Gangkofen**

Kursnummer: 262-R3J062

Beginn/Dauer: 09.11.2026, 16:15-17:15 Uhr, 5x

Leitung: Irmi Feih

Gebühr: 33,00 €

Kursort: DAV-Kletterhalle, Jahnstraße, 84140 Gangkofen

---

### **ACHTSAMKEIT - Leben im Jetzt**

Kursnummer: 262-R3G01

Beginn/Dauer: 09.11.2026, 18:30-20:00 Uhr, 6x

Leitung: Martina Hager

Gebühr: 90,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

### **Verdauungsbeschwerden natürlich behandeln - was dem Bauch gut tut Vortragsreihe „Natürlich wirksam bei Beschwerden“**

Kursnummer: 262-A3N004

Beginn/Dauer: 12.11.2026, 18:30-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Alexandra Bauer

Gebühr: 20,00 €

Kursort: Roßbach, Rathaus

---

### **„Stabilität finden, wenn alles wackelt“ - Workshop**

Kursnummer: 262-R3C03

Beginn/Dauer: 13.11.2026, 18:30-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Nadine Baumgartner

Gebühr: 30,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum

---

### **Kosmetik „Pflegeroutine“ - Workshop**

Kursnummer: 262-R3Q02

Beginn/Dauer: 14.11.2026, 11:00-12:00 Uhr, 1x

Leitung: Laura Hoffmann

Gebühr: 69,00 €

Kursort: Gangkofen, Kursort in Planung

---

### **Kochkurs: Wurzelwerk & Wohlfühl Regionale Küche mit entzündlicher Power**

Kursnummer: 262-A3R009

Beginn/Dauer: 19.11.2026, 18:30-21:30 Uhr, 1 x

Leitung: Anja Felixberger

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Arnstorf, Mittelschule, Schulküche



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**„Zeit für Yoga“**

**Kurs für Anfänger und Wiedereinsteiger**

Kursnummer: 262-R3D61

Beginn/Dauer: 20.11.2026, 17:30-19:00 Uhr, 8x

Leitung: Christine Bieringer

Gebühr: 100,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

---

**Kochkurs: Topfglück -**

**Kreative One-Pot-Gerichte mit regionalen Zutaten**

Kursnummer: 262-A3R010

Beginn/Dauer: 25.11.2026, 18:30-21:30 Uhr, 1x

Leitung: Anja Felixberger

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Arnstorf, Mittelschule, Schulküche

---

**Yoga Advents-Special: Yoga, Klang & Atemtechniken**

Kursnummer: 262-A3D001

Beginn/Dauer: 28.11.2026, 16:30-20:30 Uhr, 1 x

Leitung: Maria Zillinger

Gebühr: 99,00 €

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

---

**„Advent-Yoga“**

**Vier Sonntage - Vier Lichter**

Kursnummer: 262-R3D62

Beginn/Dauer: 29.11.2026, 09:30-10:30 Uhr, 4x

Leitung: Christine Bieringer

Gebühr: 45,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

---

**Pflegende Angehörige - Gesprächsgruppe**

**Offener Treff und Beratungsgruppe der**

**Caritas Fachstelle**

Kursnummer: 262-R3A04

Beginn/Dauer: 01.12.2026, 10:00-11:30 Uhr, 1x

Leitung: Elisabeth Perica

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Einfach Yoga**

**In Bewegung kommen und zur Ruhe finden**

Kursnummer: 262-R3D22

Beginn/Dauer: 01.12.2026, 17:30-19:00 Uhr, 7x

Leitung: Cornelia Specht

Gebühr: 94,50 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

**Einfach Yoga**

**In Bewegung kommen und zur Ruhe finden**

Kursnummer: 262-R3D32

Beginn/Dauer: 01.12.2026, 19:30-21:00 Uhr, 7x

Leitung: Cornelia Specht

Gebühr: 94,50 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

**Einfach Yoga**

**In Bewegung kommen und zur Ruhe finden**

Kursnummer: 262-R3D42

Beginn/Dauer: 03.12.2026, 08:45-10:15 Uhr, 7x

Leitung: Cornelia Specht

Gebühr: 94,50 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

**Senioren-Yoga für Anfänger**

**Für Yoga ist es nie zu spät!**

Kursnummer: 262-R3D46

Beginn/Dauer: 03.12.2026, 10:30-11:45 Uhr, 7x

Leitung: Cornelia Specht

Gebühr: 84,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

**Entspannungs- und Meditationsabend**

**Ausgleich zur Alltagshektik, Einkehr und innere Ruhe**

Kursnummer: 262-R3C01

Beginn/Dauer: 03.12.2026, 19:30-20:30 Uhr, 2x

Leitung: Jutta Fißlinger

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Gangkofen, Naturheilpraxis Fißlinger



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Plätzchenzauber für Nachwuchsbäcker - einfach & lecker  
Back-Kurs für Kinder und Jugendliche von 6 bis 14 Jahren**

Kursnummer: 262-A3R011

Beginn/Dauer: 04.12.2026, 15:00-17:00 Uhr, 1x

Leitung: Anja Felixberger

Gebühr: 30,00 €

Kursort: Arnstorf, Mittelschule, Schulküche

---

**Backkurs - Pane Italiano**

Kursnummer: 262-R3R23

Beginn/Dauer: 05.12.2026, 13:00-18:00 Uhr, 1x

Leitung: Annemarie Karl

Gebühr: 85,00 €

Kursort: Mitterskirchen, Backstudio Sonnengarten

---

**Vortrag: Nahrungsergänzung - sinnvoll oder unnötig?**

Kursnummer: 262-A3R004

Beginn/Dauer: 09.12.2026, 18:30-20:30 Uhr, 1x

Leitung: Lisa Maria Raab

Gebühr: 17,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 2

---

**„Miteinander Plätzchen backen“**

Kursnummer: 262-R3R10

Beginn/Dauer: 10.12.2026, 18:30-21:30 Uhr, 1x

Leitung: Annemarie Entsfellner

Gebühr: 15,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Schulküche

---

**Kosmetik „Pflegeroutine“ - Workshop**

Kursnummer: 262-R3Q03

Beginn/Dauer: 12.12.2026, 11:00-12:00 Uhr, 1x

Leitung: Laura Hoffmann

Gebühr: 69,00 €

Kursort: Gangkofen, Kursort in Planung

---

**Aqua-ZUMBA®**

Kursnummer: 262-R3I023

Beginn/Dauer: 05.01.2027, 18:30-19:15 Uhr, 5x

Leitung: Lisa Schreiner

Gebühr: 27,50 €

Kursort: Massing, Hallenbad



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Gesundheit, Fitness



### **Aqua-ZUMBA®**

Kursnummer: 262-R3I024

Beginn/Dauer: 05.01.2027, 19:15-20:00 Uhr, 5x

Leitung: Lisa Schreiner

Gebühr: 27,50 €

Kursort: Massing, Hallenbad

---

### **Yoga - Stabilität und Flexibilität**

Kursnummer: 262-A3D007

Beginn/Dauer: 11.01.2027, 08:30-10:00 Uhr, 4x

Leitung: Brigitte Oberauer

Gebühr: 39,00 €

Kursort: Malgersdorf, Kulturzentrum

---

### **Kletterkurse für Kinder - Anfänger & Fortgeschrittene (ab 6 Jahren)**

#### **In Kooperation mit der DAV-Sektion Gangkofen**

Kursnummer: 262-R3J063

Beginn/Dauer: 11.01.2027, 16:15-17:15 Uhr, 4x

Leitung: Irmi Feih

Gebühr: 26,00 €

Kursort: DAV-Kletterhalle, Jahnstraße, 84140 Gangkofen

---

### **Kinderturnen ab 5 Jahre - ohne Begleitung der Eltern**

Kursnummer: 262-R3J045

Beginn/Dauer: 11.01.2027, 16:30-17:30 Uhr, 8x

Leitung: Nicole Lorenz-Zelger

Gebühr: 35,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Turnhalle

---

### **Sanfte Gymnastik - AUCH FÜR MÄNNER**

#### **Das Fitnessprogramm für Körperform und Haltung**

Kursnummer: 262-R3J072

Beginn/Dauer: 11.01.2027, 17:45-18:45 Uhr, 9x

Leitung: Brigitte Ruttinger

Gebühr: 29,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Turnhalle

---

### **Damengymnastik**

Kursnummer: 262-R3J022

Beginn/Dauer: 11.01.2027, 18:30-19:30 Uhr, 9x

Leitung: Franz Halbinger

Gebühr: 32,00 €

Kursort: Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium,  
Turnhalle



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Pilates**

Kursnummer: 262-R3H02

Beginn/Dauer: 11.01.2027, 19:00-20:00 Uhr, 10x

Leitung: Karin Niedermeier

Gebühr: 88,00 €

Kursort: Zeilarn, Bürgerhaus, Bürgersaal

---

**Fit und beweglich - AUCH FÜR MÄNNER**

Kursnummer: 262-R3J074

Beginn/Dauer: 11.01.2027, 19:00-20:00 Uhr, 9x

Leitung: Brigitte Ruttinger

Gebühr: 29,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Turnhalle

---

**Kangatraining® - Training, Tanzen und Sport mit Baby**

Kursnummer: 262-A3I002

Beginn/Dauer: 12.01.2027, 09:00-10:15 Uhr, 10x

Leitung: Verena Stadler

Gebühr: 110,00 €

Kursort: Arnstorf, Kulturzentrum

---

**Eltern-Kind-Turnen - für Kinder von 1 bis 4 Jahre  
Für Kinder ab dem Laufalter in Begleitung eines  
(Groß-)Elternteils**

Kursnummer: 262-R3J042

Beginn/Dauer: 12.01.2027, 16:00-16:45 Uhr, 10x

Leitung: Charis Baumann

Gebühr: 30,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Turnhalle

---

**Eltern-Kind-Turnen - für Kinder von 1 bis 6 Jahre  
Für Kinder ab dem Laufalter in Begleitung eines  
(Groß-)Elternteils**

Kursnummer: 262-R3J044

Beginn/Dauer: 12.01.2027, 17:00-17:45 Uhr, 10x

Leitung: Charis Baumann

Gebühr: 30,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Turnhalle

---

**Tanz und Bewegung mit südländischer Musik  
Für „aktive Erwachsene“**

Kursnummer: 262-R3J051

Beginn/Dauer: 12.01.2027, 18:30-19:15 Uhr, 8x

Leitung: Robert Andraschko

Gebühr: 56,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Spiegelsaal



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Gesundheit, Fitness



### **Ganzheitliches Yoga für Anfänger**

Kursnummer: 262-R3D092

Beginn/Dauer: 12.01.2027, 19:30-20:45 Uhr, 8x

Leitung: Teresa Reinisch

Gebühr: 96,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum

---

### **Kochkurs: Vegan Kochen -**

#### **Lecker und gesund ohne Tier und ohne Verzicht!**

Kursnummer: 262-A3R005

Beginn/Dauer: 13.01.2027, 18:00-21:30 Uhr, 1x

Leitung: Lisa Maria Raab

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Arnstorf, Mittelschule, Schulküche

---

### **Rückhalt - Ganzheitliche Rückenschule**

#### **Präventionskurs der ZPP**

Kursnummer: 262-R3J012

Beginn/Dauer: 13.01.2027, 18:00-19:15 Uhr, 10x

Leitung: Lisa Pollerspöck

Gebühr: 120,00 €

Kursort: Zeilarn, Bürgerhaus, Bürgersaal

---

### **Rückhalt - Ganzheitliche Rückenschule**

#### **Präventionskurs der ZPP**

Kursnummer: 262-R3J014

Beginn/Dauer: 14.01.2027, 18:00-19:15 Uhr, 10x

Leitung: Lisa Pollerspöck

Gebühr: 120,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

---

### **Pilates**

Kursnummer: 262-R3H07

Beginn/Dauer: 14.01.2027, 18:30-19:30 Uhr, 8x

Leitung: Veronika Preda

Gebühr: 65,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum

---

### **Pilates**

Kursnummer: 262-R3H04

Beginn/Dauer: 15.01.2027, 08:30-09:30 Uhr, 10x

Leitung: Lisa Pollerspöck

Gebühr: 95,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Kochkurs: Vegetarisch Kreativ**

Kursnummer: 262-A3R006

Beginn/Dauer: 20.01.2027, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Lisa Maria Raab

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Arnstorf, Mittelschule, Schulküche

**Qigong für Frauen -  
entspannt und stark für Frauen im jedem Alter  
Präventionskurs der ZPP**

Kursnummer: 262-R3E04

Beginn/Dauer: 20.01.2027, 19:00-20:30 Uhr, 10x

Leitung: Luise Wagner

Gebühr: 160,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Gymnastikraum,  
2. Stock

**Autogenes Training**

Kursnummer: 262-R3B01

Beginn/Dauer: 20.01.2027, 19:30-20:30 Uhr, 5x

Leitung: Jutta Fißlinger

Gebühr: 50,00 €

Kursort: Gangkofen, Naturheilpraxis Fißlinger

**„Erschöpfung verstehen und gezielt gegensteuern“  
Vortragsreihe „Natürlich wirksam bei Beschwerden“**

Kursnummer: 262-A3N005

Beginn/Dauer: 21.01.2027, 18:30-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Alexandra Bauer

Gebühr: 20,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1

**Kochkurs: Süße Snacks -  
ohne Zucker aber voller Nährstoffe**

Kursnummer: 262-A3R007

Beginn/Dauer: 25.01.2027, 18:00-21:30 Uhr, 1x

Leitung: Lisa Maria Raab

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Arnstorf, Mittelschule, Schulküche

**„Vegan kochen“  
Lecker und gesund ohne Tier und ohne Verzicht**

Kursnummer: 262-R3R07

Beginn/Dauer: 27.01.2027, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Lisa Raab

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Schulküche



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Gesundheit, Fitness



### **Backkurs - Brotbackkurs mit Sauerteig**

Kursnummer: 262-R3R24

Beginn/Dauer: 30.01.2027, 13:00-18:00 Uhr, 1x

Leitung: Annemarie Karl

Gebühr: 85,00 €

Kursort: Mitterskirchen, Backstudio Sonnengarten

### **Kochkurs - Proteinreich kochen**

Kursnummer: 262-A3R008

Beginn/Dauer: 01.02.2027, 18:00-21:30 Uhr, 1x

Leitung: Lisa Maria Raab

Gebühr: 42,00 €

Kursort: Arnstorf, Mittelschule, Schulküche

### **Frauenbeschwerden natürlich begleiten - sanfte Unterstützung im Alltag**

#### **Vortragsreihe „Natürlich wirksam bei Beschwerden“**

Kursnummer: 262-A3N006

Beginn/Dauer: 11.02.2027, 18:30-20:00 Uhr, 1x

Leitung: Alexandra Bauer

Gebühr: 20,00 €

Kursort: Roßbach, Rathaus

### **„Proteinreich kochen“**

Kursnummer: 262-R3R08

Beginn/Dauer: 15.02.2027, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Lisa Raab

Gebühr: 25,00 €

Kursort: Gangkofen, Schulzentrum, Schulküche

### **Aqua-ZUMBA®**

Kursnummer: 262-R3I025

Beginn/Dauer: 16.02.2027, 18:30-19:15 Uhr, 6x

Leitung: Lisa Schreiner

Gebühr: 33,00 €

Kursort: Massing, Hallenbad

### **Aqua-ZUMBA®**

Kursnummer: 262-R3I026

Beginn/Dauer: 16.02.2027, 19:15-20:00 Uhr, 6x

Leitung: Lisa Schreiner

Gebühr: 33,00 €

Kursort: Massing, Hallenbad



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Gesundheit, Fitness**



**Backkurs - Brötchenbackkurs**

Kursnummer: 262-R3R25

Beginn/Dauer: 20.02.2027, 13:00-18:00 Uhr, 1x

Leitung: Annemarie Karl

Gebühr: 85,00 €

Kursort: Mitterskirchen, Backstudio Sonnengarten

---

**Lungen-Atmungssystem Qigong**

**Frei Atmen - Kraft tanken - Immunsystem stärken**

Kursnummer: 262-R3E06

Beginn/Dauer: 16.03.2027, 19:00-20:30 Uhr, 1x

Leitung: Quoc Son Vu

Gebühr: 12,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock



**Raiffeisenbank Arnstorf eG  
VR-Bank Rottal-Inn eG**

**rb-arnstorf.de | vrbk.de**



## Programmbereiche Sprachen

### Unterbereiche

Deutsch  
Englisch  
Französisch  
Italienisch  
Spanisch  
Arabisch

### Wichtiger Hinweis

In der nachfolgenden Übersicht finden Sie das Kursangebot für den entsprechenden Programmbereich in chronologischer Übersicht. Wenn Sie Interesse an einer Kursteilnahme haben, finden Sie weitere ausführliche Kursinformationen für das Semester Herbst/Winter 2026 auf unserer Homepage ([www.vhs-rottalinn.de](http://www.vhs-rottalinn.de)). Bei weiteren Fragen können Sie jederzeit Kontakt mit der jeweiligen vhs-Geschäftsstelle in Arnstorf oder Eggenfelden aufnehmen.

#### **Volkshochschule Rottal-Inn West e.V.**

Geschäftsstelle in Eggenfelden

(Stadtplatz 1, Altes Rathaus, 1. Stock)

Kursorte: Eggenfelden, Falkenberg, Gangkofen, Massing, Wurmansquick und Zeilarn

**Leitung:** Dr. Stefan Jungbauer

Tel. 08721 / 1626, Fax 08721 / 10351

E-Mail: [info@vhs-rottalinn.de](mailto:info@vhs-rottalinn.de)

#### **Außenstelle Gangkofen:**

Tel. 08722 / 944515 (Christa Andraschko)

Mobil 0155 / 65797065

#### **Außenstelle Massing:**

Tel. 08724 / 1780 (Marianne Niederreiter)

#### **Volkshochschule Arnstorf**

Geschäftsstelle in Arnstorf

(Marktplatz 8, Rathaus Arnstorf, Zimmer 111)

Kursorte: Arnstorf, Malgersdorf, Roßbach und Schönaun

**Leitung:** Thomas Unverdorben

Tel. 08723 / 961023, Fax 08723 / 961040

E-Mail: [arnstorf@vhs-rottalinn.de](mailto:arnstorf@vhs-rottalinn.de)



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Sprachen



### **Easy Englisch sprechen - Vom Urlaub in den Alltag Neueinsteiger herzlich willkommen!**

Kursnummer: 262-A4F002

Beginn/Dauer: 14.09.2026, 18:00-19:30 Uhr, 10x

Leitung: Carola Friedrich

Gebühr: ab 85,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1

---

### **Italienisch Lektüre und Konversation B1/B2 Neueinsteiger herzlich willkommen**

Kursnummer: 262-R4I07

Beginn/Dauer: 15.09.2026, 09:00-10:30 Uhr, 15x

Leitung: Melanie Sterneder

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

### **Italienisch Fortgeschrittene A2/B1 Neueinsteiger herzlich willkommen!**

Kursnummer: 262-R4I06

Beginn/Dauer: 15.09.2026, 10:45-12:15 Uhr, 15x

Leitung: Melanie Sterneder

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

### **Englisch Konversation - Fortgeschrittene B2/C1 Für Teilnehmer, die sich „frei“ auf Englisch unterhalten können**

Kursnummer: 262-R4F05

Beginn/Dauer: 15.09.2026, 18:00-19:30 Uhr, 15x

Leitung: Saskia Müller-Gastell

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 02,  
Erdgeschoss

---

### **Englisch Grundstufe A1 - 1. Semester Anfängerkurs - keine Vorkenntnisse erforderlich!**

Kursnummer: 262-R4F01

Beginn/Dauer: 15.09.2026, 19:30-21:00 Uhr, 15x

Leitung: Saskia Müller-Gastell

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 02,  
Erdgeschoss



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Sprachen



### **Italienisch Fortgeschrittene B1 Neueinsteiger herzlich willkommen!**

Kursnummer: 262-R4I05

Beginn/Dauer: 16.09.2026, 09:00-10:30 Uhr, 15x

Leitung: Melanie Sterneder

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

### **Italienisch Fortgeschrittene B1 - 2. Semester Neueinsteiger herzlich willkommen!**

Kursnummer: 262-R4I03

Beginn/Dauer: 16.09.2026, 10:45-12:15 Uhr, 15x

Leitung: Melanie Sterneder

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

### **Englisch Grundstufe A1 - 2. Semester Für Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen**

Kursnummer: 262-R4F021

Beginn/Dauer: 16.09.2026, 17:30-19:00 Uhr, 15x

Leitung: Saskia Müller-Gastell

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 02, Erdgeschoss

---

### **Englisch Grundstufe A1 - 5. Semester Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen**

Kursnummer: 262-R4F022

Beginn/Dauer: 16.09.2026, 19:00-20:30 Uhr, 15x

Leitung: Saskia Müller-Gastell

Gebühr: ab 145,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 02, Erdgeschoss

---

### **Deutsch als Fremdsprache - Aufbaukurs A2 Vertiefungs- und Intensivierungskurs**

Kursnummer: 262-R4D03

Beginn/Dauer: 17.09.2026, 18:00-19:30 Uhr, 12x

Leitung: Monika Hinterwinkler

Gebühr: ab 127,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 04, Erdgeschoss



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Sprachen



### **Italienisch Fortgeschrittene B1**

#### **Neueinsteiger herzlich willkommen!**

Kursnummer: 262-R4I04

Beginn/Dauer: 17.09.2026, 18:00-19:30 Uhr, 15x

Leitung: Melanie Sterneder

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

### **Englisch Konversation - Aufbaustufe B1**

#### **Für Teilnehmer mit soliden Vorkenntnissen**

Kursnummer: 262-R4F04

Beginn/Dauer: 17.09.2026, 18:00-19:30 Uhr, 15x

Leitung: Saskia Müller-Gastell

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 02,  
Erdgeschoss

---

### **Italienisch Aufbaustufe A2**

#### **Neueinsteiger herzlich willkommen!**

Kursnummer: 262-R4I015

Beginn/Dauer: 17.09.2026, 19:30-21:00 Uhr, 15x

Leitung: Melanie Sterneder

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

### **Englisch Aufbaustufe B1.1**

#### **Für Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen**

Kursnummer: 262-R4F03

Beginn/Dauer: 17.09.2026, 19:30-21:00 Uhr, 15x

Leitung: Saskia Müller-Gastell

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 02,  
Erdgeschoss

---

### **Italienisch Grundstufe A1 - 2. Semester**

#### **Für Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen**

Kursnummer: 262-R4I011

Beginn/Dauer: 18.09.2026, 09:00-10:30 Uhr, 15x

Leitung: Melanie Sterneder

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Sprachen



### **Deutsch als Fremdsprache - Fortgeschrittene B1/B2 Vertiefungs- und Intensivierungskurs**

Kursnummer: 262-R4D04

Beginn/Dauer: 18.09.2026, 10:45-12:15 Uhr, 12x

Leitung: Melanie Sterneder

Gebühr: ab 127,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

### **Italienisch Lektüre und Konversation A2 Neueinsteiger herzlich willkommen!**

Kursnummer: 262-R4I02

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 09:00-10:30 Uhr, 15x

Leitung: Melanie Sterneder

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

### **Italienisch Aufbaustufe A2 Neueinsteiger herzlich willkommen!**

Kursnummer: 262-R4I014

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 10:45-12:15 Uhr, 15x

Leitung: Melanie Sterneder

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

### **Spanisch Grundstufe A1 - 1. Semester Anfängerkurs - keine Vorkenntnisse erforderlich!**

Kursnummer: 262-R4V01

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 18:00-19:30 Uhr, 12x

Leitung: Claudia Castillero

Gebühr: ab 127,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 02, Erdgeschoss

### **Französisch Grundstufe A1 - für Anfänger 50plus Für Teilnehmer ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen**

Kursnummer: 262-R4H011

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 18:30-20:00 Uhr, 10x

Leitung: Nadia Mehlstäubl

Gebühr: ab 117,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 04, Erdgeschoss



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Sprachen



### **Italienisch Aufbaustufe A1/A2 - 5. Semester** **Neueinsteiger herzlich willkommen!**

Kursnummer: 262-R4I013

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 19:45-21:15 Uhr, 15x

Leitung: Melanie Sterneder

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

### **Arabisch Grundstufe A1**

#### **Für Teilnehmer ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen**

Kursnummer: 262-R4A01

Beginn/Dauer: 21.09.2026, 20:00-21:30 Uhr, 10x

Leitung: Nadia Mehlstäubl

Gebühr: ab 117,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 04, Erdgeschoss

---

### **Deutsch als Fremdsprache - Grundstufe A1**

#### **Für Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen**

Kursnummer: 262-R4D02

Beginn/Dauer: 22.09.2026, 18:00-19:30 Uhr, 12x

Leitung: Monika Hinterwinkler

Gebühr: ab 127,00 €

Kursort: Eggenfelden, Berufsschule, Raum 04, Erdgeschoss

---

### **Französisch Grundstufe A1 - 1. Semester**

#### **Keine Vorkenntnisse erforderlich!**

Kursnummer: 262-R4H012

Beginn/Dauer: 22.09.2026, 18:00-19:30 Uhr, 15x

Leitung: Tina Sterneder

Gebühr: ab 147,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

### **Englisch Wiedereinsteiger A2**

Kursnummer: 262-A4F001

Beginn/Dauer: 22.09.2026, 18:30-20:00 Uhr, 10x

Leitung: Gisela Vogl

Gebühr: ab 55,00 €

Kursort: Arnstorf, VHS Raum 1



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Sprachen



### **Französisch Auffrischkungskurs (Onlineseminar) Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen**

Kursnummer: 262-R4H02

Beginn/Dauer: 24.09.2026, 18:30-20:00 Uhr, 10x

Leitung: Nadia Mehlstäubl

Gebühr: ab 117,00 €

Kursort: Onlineseminar

### **Französisch Konversation: „Plaisir de lire“ (Onlineseminar)**

Kursnummer: 262-R4H03

Beginn/Dauer: 24.09.2026, 20:30-21:30 Uhr, 10x

Leitung: Nadia Mehlstäubl

Gebühr: ab 117,00 €

Kursort: Onlineseminar

### **Deutsch für Ungarn - Fortgeschrittene B1 (Onlineseminar) Vertiefungs- und Intensivierungskurs**

Kursnummer: 262-R4D06

Beginn/Dauer: 12.10.2026, 18:00-19:30 Uhr, 10x

Leitung: Monika Hinterwinkler

Gebühr: ab 117,00 €

Kursort: Onlineseminar

### **Deutsch für Ungarn - Aufbaustufe A2 (Onlineseminar) Vertiefungs- und Intensivierungskurs**

Kursnummer: 262-R4D05

Beginn/Dauer: 16.10.2026, 18:00-19:30 Uhr, 10x

Leitung: Monika Hinterwinkler

Gebühr: ab 117,00 €

Kursort: Onlineseminar

### **Tschechisch am Wochenende – Einblick in die Kultur und die Sprache unseres Nachbarlandes**

Kursnummer: 262-A4W001

Einzeltermine: Freitag, 6.11., 14.00-17.00 Uhr

Samstag, 7.11., 9.00-15.00 Uhr

Sonntag, 8.11., 9.00-12.00 Uhr

Leitung: Radek Strihavka

Gebühr: ab 75,00 €

Kursort: Arnstorf, Rathaus, Schulungsraum

**Werden Sie Sprachkursleiter bei uns -  
wir suchen laufend Kursleiter für  
vhs-Kurse und Firmenschulungen!**

## Xpert Business LernNetz

**Xpert Business**  
**Berufliche Weiterbildung**  
**mit bundesweit anerkannten Abschlüssen**



Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatssystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau.

In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich. Und das Beste: Einen abgeschlossenen Kursbaustein können Sie sogar in mehrere Abschlüsse einbringen.

**Alle Xpert Business-Kursmodule mit Stundenzahlen und Lernzielkatalogen finden Sie auf der Xpert Business-Webseite unter** <http://www.xpert-business.eu/kursuebersicht.html>

## Xpert Business Abschlüsse / Betriebswirtschaft

### Erweiterte Lernwelten (ELW) mit Durchführungsgarantie

Der Volkshochschulverbund Rottal-Inn bietet im Rahmen der Erweiterten Lernwelten (ELW) alle Xpert Business-Kurse an:



- mit Durchführungsgarantie des Xpert Business LernNetzes
- als Live-Onlineseminar im virtuellen Klassenzimmer
- mit dem dazugehörigen Kursmaterial, das jedem Teilnehmer automatisch vor Kursbeginn zugeschickt wird, wenn die Einschreibung für das Onlineseminar verbindlich abgeschlossen ist
- (optional) Prüfung als Präsenzveranstaltung in Eggenfelden mit Xpert Business-Zertifikat nach Kursende möglich (ausgenommen DATEV- und Lexware-Kurse):  
 Prüfungsdauer 180 Minuten (Prüfungsgebühr: 95,00 €; Anmeldeschluss beachten)
- Kursinhalte und Lernzielkataloge:  
[www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)
- alle erreichbaren Xpert Business-Abschlüsse auf der Xpert Business-Website: <https://www.xpert-business.eu/de/abschluesse/abschluesse.html>



## **Programmbereiche Arbeitsleben, IT, Management**

### **Unterbereiche**

IT- und EDV-Grundlagen, Smartphone und Tablet  
Kaufmännische Weiterbildung und Webinare  
Softskills, Management und Spezialangebote

### **Wichtiger Hinweis**

In der nachfolgenden Übersicht finden Sie das Kursangebot für den entsprechenden Programmbereich in chronologischer Übersicht. Wenn Sie Interesse an einer Kursteilnahme haben, finden Sie weitere ausführliche Kursinformationen für das Semester Herbst/Winter 2026 auf unserer Homepage ([www.vhs-rottalinn.de](http://www.vhs-rottalinn.de)). Bei weiteren Fragen können Sie jederzeit Kontakt mit der jeweiligen vhs-Geschäftsstelle in Arnstorf oder Eggenfelden aufnehmen.

#### **Volkshochschule Rottal-Inn West e.V.**

Geschäftsstelle in Eggenfelden

(Stadtplatz 1, Altes Rathaus, 1. Stock)

Kursorte: Eggenfelden, Falkenberg, Gangkofen, Massing, Wurmansquick und Zeilarn

**Leitung:** Dr. Stefan Jungbauer

Tel. 08721 / 1626, Fax 08721 / 10351

E-Mail: [info@vhs-rottalinn.de](mailto:info@vhs-rottalinn.de)

##### **Außenstelle Gangkofen:**

Tel. 08722 / 944515 (Christa Andraschko)

Mobil 0155 / 65797065

##### **Außenstelle Massing:**

Tel. 08724 / 1780 (Marianne Niederreiter)

#### **Volkshochschule Arnstorf**

Geschäftsstelle in Arnstorf

(Marktplatz 8, Rathaus Arnstorf, Zimmer 111)

Kursorte: Arnstorf, Malgersdorf, Roßbach und Schönaun

**Leitung:** Thomas Unverdorben

Tel. 08723 / 961023, Fax 08723 / 961040

E-Mail: [arnstorf@vhs-rottalinn.de](mailto:arnstorf@vhs-rottalinn.de)



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Arbeitsleben, IT, Management**



**KI-Café: Der „Wettlauf der Giganten“**

**Kurze Impulse, Austausch und Klärung von Fragen  
zur Künstlichen Intelligenz (KI)**

Kursnummer: 262-R5A013

Beginn/Dauer: 07.09.2026, 15:00-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Infoveranstaltung: „Kursübersicht -  
Digitale Kompetenz 50plus“**

**Vorträge im DIGI-Treff, Lerneinheiten und KI-Café**

Kursnummer: 262-R5A01

Beginn/Dauer: 09.09.2026, 17:30-19:00 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**DIGI-Treff (Vortrag): „Künstliche Intelligenz im Alltag“  
Digitales Grundwissen für die Generation 50plus**

Kursnummer: 262-R5A021

Beginn/Dauer: 14.09.2026, 15:00-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 1  
KI für Einsteiger (Grundlagen & Praxis):  
Digitaler Nachlass**

Kursnummer: 262-R5A050

Beginn/Dauer: 15.09.2026, 13:30-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 2  
KI für Einsteiger (Grundlagen & Praxis):  
Digitale Verträge & Abofallen**

Kursnummer: 262-R5A051

Beginn/Dauer: 15.09.2026, 15:15-16:45 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Arbeitsleben, IT, Management**



**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 3**

**KI im Fokus: KI in der modernen Medizin**

Kursnummer: 262-R5A052

Beginn/Dauer: 29.09.2026, 13:30-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 4**

**KI im Fokus: Autonome Systeme & das Militär**

Kursnummer: 262-R5A053

Beginn/Dauer: 29.09.2026, 15:15-16:45 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

**KI-Café: „Humanoide Roboter und Co.“**

**Kurze Impulse, Austausch und Klärung von Fragen  
zur Künstlichen Intelligenz (KI)**

Kursnummer: 262-R5A014

Beginn/Dauer: 05.10.2026, 15:00-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

**DIGI-Treff (Vortrag): „Digitales Reisen“**

**Digitales Grundwissen für die Generation 50plus**

Kursnummer: 262-R5A022

Beginn/Dauer: 12.10.2026, 15:00-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 5**

**Medienkompetenz (Deepfakes & Manipulation):  
Wenn Bilder und Stimmen lügen**

Kursnummer: 262-R5A054

Beginn/Dauer: 13.10.2026, 13:30-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock



Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Arbeitsleben, IT, Management



**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 6**

**Medienkompetenz (Deepfakes & Manipulation):**

**Der Fake-Check**

Kursnummer: 262-R5A055

Beginn/Dauer: 13.10.2026, 15:15-16:45 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 7**

**Erhöhte Wachsamkeit: Phising**

Kursnummer: 262-R5A056

Beginn/Dauer: 27.10.2026, 13:30-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 8**

**Erhöhte Wachsamkeit: Cyberbetrug im Alltag**

Kursnummer: 262-R5A057

Beginn/Dauer: 27.10.2026, 15:15-16:45 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**KI-Café: „Hinter den Kulissen der KI“**

**Kurze Impulse, Austausch und Klärung von Fragen  
zur Künstlichen Intelligenz (KI)**

Kursnummer: 262-R5A015

Beginn/Dauer: 02.11.2026, 15:00-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Finanzbuchführung 2 - Onlineseminar**

**Xpert Business LernNetz**

Kursnummer: 262-R5D02

Beginn/Dauer: 02.11.2026, 18:30-20:30 Uhr, 22x

Leitung: Xpert Business LernNetz

Gebühr: 349,00 €

Kursort: Onlineseminar



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Arbeitsleben, IT, Management**



**Lohn und Gehalt 2 - Onlineseminar**

**Xpert Business LernNetz**

Kursnummer: 262-R5D05

Beginn/Dauer: 02.11.2026, 18:30-20:30 Uhr, 22x

Leitung: Xpert Business LernNetz

Gebühr: 349,00 €

Kursort: Onlineseminar

**Personalwirtschaft - Onlineseminar**

**Xpert Business LernNetz**

Kursnummer: 262-R5D08

Beginn/Dauer: 02.11.2026, 18:30-20:30 Uhr, 20x

Leitung: Xpert Business LernNetz

Gebühr: 319,00 €

Kursort: Onlineseminar

**Kosten- und Leistungsrechnung - Onlineseminar**

**Xpert Business LernNetz**

Kursnummer: 262-R5D09

Beginn/Dauer: 02.11.2026, 18:30-20:30 Uhr, 20x

Leitung: Xpert Business LernNetz

Gebühr: 319,00 €

Kursort: Onlineseminar

**Controlling - Onlineseminar**

**Xpert Business LernNetz**

Kursnummer: 262-R5D10

Beginn/Dauer: 02.11.2026, 18:30-20:30 Uhr, 20x

Leitung: Xpert Business LernNetz

Gebühr: 319,00 €

Kursort: Onlineseminar

**Einnahmen/Überschussrechnung - Onlineseminar**

**Xpert Business LernNetz**

Kursnummer: 262-R5D11

Beginn/Dauer: 02.11.2026, 18:30-20:30 Uhr, 11x

Leitung: Xpert Business LernNetz

Gebühr: 195,00 €

Kursort: Onlineseminar

**Betriebliche Steuerpraxis - Onlineseminar**

**Xpert Business LernNetz**

Kursnummer: 262-R5D12

Beginn/Dauer: 02.11.2026, 18:30-20:30 Uhr, 22x

Leitung: Xpert Business LernNetz

Gebühr: 305,00 €

Kursort: Onlineseminar



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Arbeitsleben, IT, Management**



**Finanzbuchführung 1 - Onlineseminar**

**Xpert Business LernNetz**

Kursnummer: 262-R5D01

Beginn/Dauer: 03.11.2026, 18:30-20:30 Uhr, 24x

Leitung: Xpert Business LernNetz

Gebühr: 375,00 €

Kursort: Onlineseminar

---

**Lohn und Gehalt mit DATEV - Onlineseminar**

**Xpert Business LernNetz**

Kursnummer: 262-R5D06

Beginn/Dauer: 03.11.2026, 18:30-20:30 Uhr, 16x

Leitung: Xpert Business LernNetz

Gebühr: 285,00 €

Kursort: Onlineseminar

---

**Bilanzierung - Onlineseminar**

**Xpert Business LernNetz**

Kursnummer: 262-R5D07

Beginn/Dauer: 03.11.2026, 18:30-20:30 Uhr, 20x

Leitung: Xpert Business LernNetz

Gebühr: 319,00 €

Kursort: Onlineseminar

---

**Finanzbuchführung mit DATEV - Onlineseminar**

**Xpert Business LernNetz**

Kursnummer: 262-R5D03

Beginn/Dauer: 03.11.2026, 18:30-20:30 Uhr, 16x

Leitung: Xpert Business LernNetz

Gebühr: 285,00 €

Kursort: Onlineseminar

---

**Lohn und Gehalt 1 - Onlineseminar**

**Xpert Business LernNetz**

Kursnummer: 262-R5D04

Beginn/Dauer: 03.11.2026, 18:30-20:30 Uhr, 24x

Leitung: Xpert Business LernNetz

Gebühr: 375,00 €

Kursort: Onlineseminar

---

**Fit in Word 2019 - Kompaktkurs**

**Briefe und andere Dokumente erstellen**

Kursnummer: 262-R5A091

Beginn/Dauer: 07.11.2026, 09:00-15:30 Uhr, 1x

Leitung: Giulietta Eder

Gebühr: 65,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Arbeitsleben, IT, Management



### **DIGI-Treff (Vortrag): „Enkeltrick 2.0 via WhatsApp & Co.“ Digitales Grundwissen für die Generation 50plus**

Kursnummer: 262-R5A023

Beginn/Dauer: 09.11.2026, 15:00-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

### **Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 9**

#### **Alltagshelfer KI: KI startklar machen**

Kursnummer: 262-R5A058

Beginn/Dauer: 10.11.2026, 13:30-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

### **Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 10**

#### **Alltagshelfer KI: Webseiten erstellen mit KI**

Kursnummer: 262-R5A059

Beginn/Dauer: 10.11.2026, 15:15-16:45 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

### **Betriebswirtschaftliches Grundwissen**

#### **Crashkurs BWL**

Kursnummer: 262-R5G01

Beginn/Dauer: 13.11.2026, 18:00-21:00 Uhr, 1x

Leitung: Michael Benna

Gebühr: 30,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

### **Einsteigerkurs - „Digitale Pioniere“ (Android-Geräte) Der Einstieg in die Welt von Smartphones und Tablets**

Kursnummer: 262-R5A041

Beginn/Dauer: 18.11.2026, 14:00-15:30 Uhr, 5x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 55,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Arbeitsleben, IT, Management**



**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 11**

**Sicherheit: Sicher shoppen & Verträge wechseln**

Kursnummer: 262-R5A060

Beginn/Dauer: 24.11.2026, 13:30-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 12**

**Sicherheit: Ausmisten mit ebay & Kleinanzeigen**

Kursnummer: 262-R5A061

Beginn/Dauer: 24.11.2026, 15:15-16:45 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 16**

**Formulare digital:**

**Digitale Formulare meistern & Video-Ident**

Kursnummer: 262-R5A065

Beginn/Dauer: 01.12.2026, 15:15-16:45 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Fit in Excel 2019 - Kompaktkurs**

**Tabellenkalkulation und Datenverwaltung**

Kursnummer: 262-R5A092

Beginn/Dauer: 05.12.2026, 09:00-15:30 Uhr, 1x

Leitung: Giulietta Eder

Gebühr: 65,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**KI-Café: „Die Hardware der Zukunft“ - Samsung Tiny  
Recursive Model (TRM) - Kurze Impulse, Austausch und  
Klärung von Fragen zur Künstlichen Intelligenz (KI)**

Kursnummer: 262-R5A016

Beginn/Dauer: 07.12.2026, 15:00-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Arbeitsleben, IT, Management**



**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 13**

**Digitale Medien: PNP ePaper und Nachrichtenapps**

Kursnummer: 262-R5A062

Beginn/Dauer: 08.12.2026, 13:30-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 14**

**Komfort: Smart Home**

Kursnummer: 262-R5A063

Beginn/Dauer: 08.12.2026, 15:15-16:45 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

**DIGI-Treff (Vortrag): „Kreativ mit KI“**

**Digitales Grundwissen für die Generation 50plus**

Kursnummer: 262-R5A024

Beginn/Dauer: 14.12.2026, 15:00-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

**DIGI-Treff (Vortrag): „Online einkaufen - aber sicher!“**

**Digitales Grundwissen für die Generation 50plus**

Kursnummer: 262-R5A025

Beginn/Dauer: 11.01.2027, 15:00-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 15**

**Behörden: BundID & digitale Identität**

Kursnummer: 262-R5A064

Beginn/Dauer: 12.01.2027, 13:30-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock



**Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Arbeitsleben, IT, Management**



**KESS-Grundkurs**

**Kompetenz extern für Schule und Schulleben**

Kursnummer: 262-R5H01

Beginn/Dauer: 22.01.2027, 09:00-17:00 Uhr, 4x

Leitung: Dozententeam vhs Mainburg e.V.

Gebühr: 395,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock

---

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 17**

**Hardware: Kaufberatung & Datenumzug**

Kursnummer: 262-R5A066

Beginn/Dauer: 26.01.2027, 13:30-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 18**

**Kommunikation: Zoom-Meeting leicht gemacht**

Kursnummer: 262-R5A067

Beginn/Dauer: 26.01.2027, 15:15-16:45 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 19**

**Smarte Reiseplanung 2.0: Unterkünfte & Flüge buchen**

Kursnummer: 262-R5A068

Beginn/Dauer: 02.02.2027, 13:30-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 20**

**Smarte Reiseplanung 2.0:**

**Digitale Reisebegleiter & AsfinagApp**

Kursnummer: 262-R5A069

Beginn/Dauer: 02.02.2027, 15:15-16:45 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock



## Chronologische Kursübersicht für den Programmbereich Arbeitsleben, IT, Management



### **Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 21**

#### **Digitale Unabhängigkeit:**

#### **Alternativen zu Google und WhatsApp**

Kursnummer: 262-R5A070

Beginn/Dauer: 16.02.2027, 13:30-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

### **Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 22**

#### **Digitale Unabhängigkeit:**

#### **Wechsel von Browser & Betriebssystem**

Kursnummer: 262-R5A071

Beginn/Dauer: 16.02.2027, 15:15-16:45 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

### **Xpert Business-Präsenzprüfung**

Kursnummer: 262-R5D14

Beginn/Dauer: 22.02.2027, 13:00-16:00 Uhr, 1x

Leitung: Stefan Jungbauer

Gebühr: 90,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

### **Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 23**

#### **Digitale Sprechstunde**

Kursnummer: 262-R5A072

Beginn/Dauer: 23.02.2027, 13:30-15:00 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

### **Digitale Kompetenz 50plus - Einheit 24**

#### **Digitale Sprechstunde**

Kursnummer: 262-R5A073

Beginn/Dauer: 23.02.2027, 15:15-16:45 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock



Chronologische Kursübersicht  
für den Programmbereich  
Arbeitsleben, IT, Management



**KI-Café: „Darf KI alles? Eine ethische Diskussion über Verantwortung & Grenzen“**

**Kurze Impulse, Austausch und Klärung von Fragen zur Künstlichen Intelligenz (KI)**

Kursnummer: 262-R5A017

Beginn/Dauer: 01.03.2027, 15:00-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: 10,00 €

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, Unterrichtsraum,  
1. Stock

---

**DIGI-Treff (Vortrag): Digitaler Nachlass**

**Digitales Grundwissen für die Generation 50plus**

Kursnummer: 262-R5A026

Beginn/Dauer: 08.03.2027, 15:00-16:30 Uhr, 1x

Leitung: Hans-Jörg Prillwitz

Gebühr: kostenlos

Kursort: Eggenfelden, Altes Rathaus, DIGI-Treff, 2. Stock



Sparkasse  
Rottal-Inn

[www.spk-ri.de](http://www.spk-ri.de)

# **Benutzersatzung für die kommunale Volkshochschule Arnstorf und Allgemeine Geschäftsbedingungen für die Volkshochschule Rottal-Inn West e.V.**

## **1. Zustandekommen des Vertrages/Anmeldung**

Der Vertrag kommt mit der Anmeldung des Teilnehmers zu einer Veranstaltung und der Annahme durch den Volkshochschulverbund Rottal-Inn (vhs) zustande. Die Anmeldung zu einer Veranstaltung kann persönlich, schriftlich (per Post, E-Mail oder Fax), telefonisch oder online (unter [www.vhs-rottalinn.de](http://www.vhs-rottalinn.de)) erfolgen. Die Teilnahme an einer Veranstaltung ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich und verpflichtet zur Eintragung in die Teilnehmerliste. Jede Einzel- oder Mehrfachanmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühr (Teilnahme-Entgelt). Die Anmeldungen werden von der vhs in zeitlicher Reihenfolge angenommen. Nach der Anmeldung erhalten die Teilnehmer von Seiten der vhs in der Regel nur dann eine Anmeldebestätigung, wenn dies ausdrücklich gewünscht wird. Die Teilnehmer werden nur benachrichtigt, wenn ein Kurs ausfällt, verlegt wird oder überfüllt ist. Anmeldungen bei der Kursleitung sind nicht verbindlich und können nicht berücksichtigt werden.

## **2. Zahlung der Kursgebühr (Teilnahme-Entgelt)**

Die vereinbarte Kursgebühr (Teilnahme-Entgelt) wird mit dem Zustandekommen des Vertrages zur Zahlung fällig. In der Regel erfolgt die Begleichung der Gebühr (Teilnahme-Entgelt) bei Kursbeginn (Präsenzveranstaltungen, Onlineseminare und Hybridkurse) in einer Summe per SEPA-Lastschriftinzug vom Konto des Teilnehmers/des Kontoinhabers. Eine andere Zahlungsweise ist nur in Ausnahmefällen möglich und bedarf der vorherigen Zustimmung der Geschäftsleitung der jeweiligen vhs-Geschäftsstelle (Arnstorf oder Eggenfelden). Bei vorzeitigem Abbruch des Kurses von Seiten des Teilnehmers erfolgt keine anteilige Rückerstattung der Kursgebühr (Teilnahme-Entgelt). Alle bei einem Widerspruch des SEPA-Lastschriftverfahrens anfallenden Rücklastschriftgebühren werden bei nicht gerechtfertigter Rücklastschrift dem Teilnehmer/dem Kontoinhaber in Rechnung gestellt.

## **3. Rücktritt vom Vertrag**

- a) Die vhs kann von dem Vertrag zurücktreten,
  - i. wenn die für die Kursdurchführung erforderliche Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht oder unterschritten wird,
  - ii. wenn die von der vhs verpflichtete Kursleitung aus Gründen, die nicht in der Risikosphäre der vhs liegen (z. B. Krankheit), ausfällt.
- a) Für einen Rücktritt des Teilnehmers vom Vertrag gelten folgende Bedingungen:

- i. Der Teilnehmer kann bis drei Werktage vor Veranstaltungsbeginn durch schriftliche Erklärung gegenüber der vhs vom Vertrag zurücktreten. In diesem Fall wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von EUR 5,- erhoben.
- i. Tritt der Teilnehmer innerhalb von weniger als drei Werktagen vor Veranstaltungsbeginn vom Vertrag zurück, wird eine Stornogegebühr in Höhe von 50 % der Kursgebühr (Teilnahme-Entgelt) erhoben.
- i. Ab Tag des Veranstaltungsbeginns ist bei einem Rücktritt vom Vertrag die vereinbarte Kursgebühr (Teilnahme-Entgelt) in voller Höhe fällig.
- i. Eine Abmeldung bei der Kursleitung ist nicht verbindlich und wird nicht berücksichtigt.

#### **4. Lehrplanänderung –**

##### **Verlegung und Absage von Veranstaltungen**

Die vhs behält sich die Änderung des Lehrplanes sowie die Verlegung von Veranstaltungen aus organisatorischen Gründen in Ausnahmefällen vor. In diesen Fällen informiert die vhs die Teilnehmer umgehend. Bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl einer Veranstaltung wird die Veranstaltung von Seiten der vhs vor Veranstaltungsbeginn rechtzeitig abgesagt, außer die angemeldeten Teilnehmer verständigen sich einvernehmlich darauf, den Fehlbetrag gemeinsam aufzuzahlen.

#### **5. Prüfungen, Bescheinigungen**

Der Vertrag beinhaltet keinen Anspruch auf Zulassung zu und Ableistung einer Prüfung. Teilnahmebescheinigungen werden auf Wunsch ausgestellt, wenn mindestens 80% der Veranstaltungsstunden besucht worden sind. Bescheinigungen jedweder Art können nur innerhalb eines Jahres ab Veranstaltungsende ausgestellt werden.

#### **6. Steuervergünstigungen**

Die Kursgebühren (Teilnahme-Entgelte) können steuerlich gegebenenfalls als „Werbungskosten“ geltend gemacht werden, wenn sie der beruflichen Fort- und/oder Weiterbildung dienen.

#### **7. Urheberrecht**

Audiovisuelle Mitschnitte sind in den Veranstaltungen nicht gestattet. Eventuell ausgeteiltes Lehrmaterial darf ohne Genehmigung der vhs auf keine Weise vervielfältigt werden.

#### **8. Haftung**

Die Haftung der vhs für Schäden jedweder Art, gleich aus welchem Rechtsgrund sie entstehen mögen, ist auf die Fälle beschränkt, in denen der vhs Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last fällt. Eine Haftung bei Fahrlässigkeit ist ausgeschlossen. Für Garderobe wird nicht gehaftet.

## **9. Leistungsumfang, Schriftform**

Der Umfang der vhs-Leistungen ergibt sich aus der Veranstaltungsbeschreibung im halbjährlich erscheinenden Programm. Mündliche Nebenabreden werden nicht getroffen. Die Kursleitung ist zur Änderung der Vertragsbedingungen und zur Abgabe von Zusagen nicht berechtigt. Änderungen jedweder Art sind nur nach Rücksprache möglich und bedürfen der Schriftform.

## **10. Datenschutz**

Zum Zweck einer effektiven Teilnehmerbetreuung speichert die vhs intern persönliche Daten. Diese unterliegen dem Datenschutz und werden ohne Einwilligung nicht extern weitergegeben.

## **11. Hausordnung**

Die Teilnehmer der Veranstaltungen sind verpflichtet, die in den Unterrichtsgebäuden gültige Hausordnung einzuhalten. Das Nichtbefolgen der entsprechenden Vorschriften hat den Kursausschluss zur Folge.

## **12. Hygiene- und Schutzvorschriften**

Die Teilnehmer der Veranstaltungen sind verpflichtet, die jeweils gültigen Hygiene- und Schutzvorschriften einzuhalten. Das Nichtbefolgen der entsprechenden Vorschriften hat den Kursausschluss zur Folge.

## **13. Sonstiges**

Der Unterricht des Volkshochschulverbundes Rottal-Inn richtet sich nach der gültigen Feiertags- und Ferienordnung. Änderungen bedürfen der Zustimmung der jeweiligen vhs-Geschäftsstellen in Arnstorf oder Eggenfelden.

In den Kursen des Volkshochschulverbundes Rottal-Inn ist die Werbung für Produkte oder Dienstleistungen Dritter untersagt.

In den Veranstaltungsräumen des Volkshochschulverbundes Rottal-Inn besteht ein absolutes Rauchverbot.

Die Mitnahme von Tieren in sämtliche Veranstaltungen ist untersagt.

Die Veranstaltungen des Volkshochschulverbundes Rottal-Inn dienen ausschließlich der Erwachsenenbildung, es sei denn Kinder und Jugendliche sind als Teilnehmer an den Veranstaltungen nach der Programmbeschreibung ausdrücklich zugelassen.

## **14. Anerkennung der Benutzersatzung**

Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung der Volkshochschule Arnstorf erkennt der Teilnehmer die Benutzersatzung der kommunalen Volkshochschule Arnstorf an.

## **15. Anerkennung der Allgemeinen Geschäftsbedingungen**

Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung der Volkshochschule Rottal-Inn West e.V. erkennt der Teilnehmer die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Rottal-Inn West e.V. an.

## **16. Salvatorische Klausel**

Sollten die vorliegenden Ausführungen der Benutzersatzung der kommunalen Volkshochschule Arnstorf sowie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Rottal-Inn West e.V. ganz oder teilweise unwirksam sein, wird hierdurch die Wirksamkeit des Vertrages im Übrigen nicht berührt. Bei Unwirksamkeit einzelner Bestimmungen gilt die gesetzliche Regelung.

# **Datenschutzerklärung Volkshochschulverbund Rottal-Inn**

## **Verantwortlichkeit für den Datenschutz**

Die Mitglieder im Volkshochschulverbund Rottal-Inn (vhs Arnstorf und vhs Rottal-Inn West e.V. sind die Verantwortlichen im Sinne des Datenschutzrechtes.

## **Kursanmeldung**

Die im Anmeldeverfahren (Internet, Email, schriftlich, telefonisch, persönlich) abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Babykurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandat-Bogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

### **Newsletter**

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der vhs zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, telefonisch) mitteilen.

### **Weitergabe Ihrer Daten**

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

### **Kontaktaufnahme**

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die vhs die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

### **Speicherdauer und Löschung**

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zu lässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

### **Ihre Rechte**

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der vhs gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktadresse unseres Datenschutzbeauftragten lautet: [datenschutz@vhs-rottalinn.de](mailto:datenschutz@vhs-rottalinn.de)

[illegible]

# Tanzschule Linsmeier

Sie möchten auf der Tanzfläche eine gute Figur machen? Sie wollen Ihre Kenntnisse vertiefen oder sind auf der Suche nach einem wunderbaren Hobby zu zweit? Sie wünschen sich eine individuelle Choreo für Ihren Hochzeitstanz?

Wir stehen seit über 20 Jahren für tänzerisches Know-How und Besten Service!

Kurse und Infos:  
[tanzschule-linsmeier.de](http://tanzschule-linsmeier.de)  
Tel.: 0160 97358185



## Interesse an einer vhs-Kursleitertätigkeit?

Dann bewerben Sie sich jetzt bei uns!

### Drei gute Gründe für die Bewerbung:

- Umfangreiche Hilfestellung bei der Kursdurchführung (Kursplanung, Anmeldung und Information der Teilnehmer, Erstellung der Teilnehmerliste, Abbuchung der Kursgebühr, Erstellung der Teilnahmebescheinigungen, Ausarbeitung der Hygienevorschriften etc.)
- Einkünfte aus nebenberuflicher Kursleitertätigkeit sind nach § 3 Nr. 26 Einkommensteuergesetz (EStG) bis zur Höhe von 3.300 € pro Jahr als steuerfreie Aufwandsentschädigung einzustufen
- Abrechnung der anteiligen Nutzungsentgelte für GEMA (Musik) und VG-Wort (Kopien) über die Volkshochschule



**Gesundheit, Fitness**



**Arbeitsleben, IT, Management**



**Kultur, Gestalten**



**Sprachen**



**Politik, Gesellschaft, Umwelt**

Hier gelangen Sie zu unserer Website

