

# vhs Volkshochschule Forchheim Außenstelle Igensdorf

**Leitung & Anmeldung** Anna Schwager, vhs@igensdorf.de,  
Tel.: 0 91 92 - 92 52-83

## **Anmeldung ab Dienstag, 03.02.2026**

Für alle Kurse (Ausnahme: Kleingruppe) gilt:  
Bei weniger als 10 Teilnehmern wird die Stundenzahl  
gekürzt bzw. die Kursgebühr erhöht.

## **Hier finden Ihre Kurse statt:**

Igensdorf: Lindenberg Kulturhalle · Egloffsteiner Str. 7  
Sportgelände FC Stöckach · Egloffsteiner Str. 7  
VHS Töpferraum · Gräfenberger Str. 5  
Vereinshaus Rüsselbach · Benzendorfer Str. 10

Sie können sich zu allen Kursen der VHS des Landkreises auch über das Internet anmelden - [www.vhs-forchheim.de](http://www.vhs-forchheim.de). Selbstverständlich ist aber auch nach wie vor schriftliche, telefonische oder persönliche Anmeldung in der jeweiligen Außenstelle möglich. Bezahlung der Kursgebühr: schriftliche, telefonische und Online-Anmeldung ist nur mit Lastschriftinzug bzw. SEPA-Lastschriftmandat möglich. **Für alle angebotenen Veranstaltungen gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS des Landkreises Forchheim.**

## **Programm Sommersemester 2026**

### **Sprachen**

#### **English in the evening in Igensdorf**

Join us on a Tuesday evening and improve or refresh your knowledge of the English language! We talk, read texts and practice grammar in a fun and informative way. There is no prescribed book in this course.

Bitte mitbringen: Block und Stift

**Kurs Ig001** Sabine Steynberg • Dienstag, 24.02., 19.30-21.00 Uhr  
10 x / € 90,00 (€ 81,00) + 7€ Kopiergeld Lindenberg Kulturhalle

### **Gesundheit**

#### **Funktionelles Muskeltraining**

Um beweglich zu bleiben, kräftigen, dehnen und mobilisieren wir mit gezielter Gymnastik die Wirbelsäule. Wir stärken das Herz- und Kreislaufsystem, fördern Geist und Koordination.

Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung, Isomatte!

**Kurs Ig002** Gudrun Zeidler • Dienstag, 24.02., 18.00-19.00 Uhr  
15 x / € 60,00 (€ 54,00) Vereinshaus Rüsselbach

#### **Sicher unterwegs mit Fahrrad und Pedelec/E-Bike**

Früher sind Sie gerne Rad gefahren und möchten nach längerer Pause etwas für die Gesundheit tun? Sie trauen sich nach einem Sturz noch nicht wieder aufs Rad? Die Technik am neuen Fahrrad macht zwar viel, aber Übung im Umgang damit im geschützten Bereich unter Anleitung wäre hilfreich? Wir machen Sie (wieder) fit fürs Rad. Ausgebildete Fahrsicherheits-Trainer vermitteln Ihnen in lockerer Atmosphäre in kleinen Gruppen auf dem Verkehrsübungsplatz oder Schulhof mit Hilfe unterschiedlicher Übungen Sicherheit im Umgang mit Ihrem (neuen) Fahrrad und im Straßenverkehr. Sie üben mit dem eigenen Rad abseits des regulären Straßenverkehrs. Die praktischen Übungen werden durch kurze theoretische Erläuterungen ergänzt. Sie benötigen zur Teilnahme: gut sitzenden Helm, verkehrssicheres Fahrrad, Getränk. Der Preis für ADFC Forchheim Mitglieder beträgt € 32,00 (bitte nach Buchung per Mail mitteilen)

**Kurs Ig003** Brigitte Barubeck • ADFC Forchheim • Samstag, 11.04.  
10.00-13.00 Uhr, € 38,00 Sportgelände FC Stöckach

### **Musik**

#### **„Klassik lebt!“**

In diesem Semester beginnt die 39. Staffel. Überlegungen zur Musik mit exemplarischer Werkauswahl. In dieser fortlaufenden Kursreihe über abend

ländische Instrumentalmusik vom 16. - 20. Jahrhundert beschäftigen wir uns mit der entsprechenden Materie der Musikstücke schon vor dem Hören und vertiefen dies durch das Anhören. Durch laiengerechte Einführungen werden Sie an die Musik herangeführt. Die gezielte Beschäftigung mit den Komponisten, den Hintergründen, der Thematik, der Struktur und dem Wesen eines Musikstückes vor dem Hören bewirkt eine Sensibilisierung der Wahrnehmung und ein verständigeres Hören. Vorwissen sowie Notenkenntnisse benötigen Sie nicht, allerdings eine weiterführende Neugier auf Kunstmusik bis ins 20. Jh. hinein. Neueinsteiger sind herzlich willkommen!

**Kurs Ig004** Robert Drews • Donnerstag, 26.02., 19.15-21.30 Uhr  
8 x / € 72,00 (€ 64,80) Lindenberg Kulturhalle

### **Kreativ**

#### **Keramik für Erwachsene am Mittwoch**

Passend zur Jahreszeit wollen wir Neues für Haus und Garten gestalten. In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Techniken und Glasuren, mit denen Sie Ton bearbeiten können. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Materialkosten sind im Kurs zu bezahlen. Der Ton bzw. die Glasur müssen von der Kursleitung bezogen werden!

**Kurs Ig005** Helga Kammerer • Mittwoch, 25.02., 18.00-21.00 Uhr  
10 x / € 120,00 (€ 108,00) + Material VHS-Töpferraum Igensdorf

#### **Keramik für Erwachsene am Donnerstag**

Passend zur Jahreszeit wollen wir Neues für Haus und Garten gestalten. In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Techniken und Glasuren, mit denen Sie Ton bearbeiten können. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Materialkosten sind im Kurs zu bezahlen. Der Ton bzw. die Glasur müssen von der Kursleitung bezogen werden!

**Kurs Ig006** Helga Kammerer • Donnerstag, 26.02., 18.00-21.00 Uhr  
10 x / € 120,00 (€ 108,00) + Material VHS-Töpferraum Igensdorf

#### **Töpfern für Kinder (1. bis 4. Klasse)**

Auf spielerische Art und Weise lernen Kinder ab dem Grundschulalter mit Ton umzugehen. Es werden erste Grundkenntnisse vermittelt und leichtere Werkstücke angefertigt. Termine können von den angegebenen Kurstagen abweichen. Es wird darum gebeten, die Kinder nur dann anzumelden, wenn alle 3 Termine wahrgenommen werden können.

**Kurs Ig007** Helga Kammerer • Samstag, 07.03., 10.00-12.00 Uhr  
3 x / € 36,00 + Material VHS-Töpferraum Igensdorf