

Sommerfreude und Herbstzauber

Bereichern Sie Ihren Alltag mit spannenden Kursen der VHS Landkreis Leipzig!
Von kreativen Workshops über berufliche Weiterbildung bis hin zu gesundheitsfördernden Angeboten – hier finden Sie genau das Richtige!

Familienentdeckertour Wyhra – 775 Jahre Borna

Raus aus dem Alltag und rein ins Landleben! Zum Jubiläumsjahr der Stadt Borna erleben Familien eine besondere Landpartie durch Wyhra, welche per Kremserfahrt zum Geschichtenhof, zur historischen Neuholländermühle und ins Trecker-museum führt.

Der Eintritt für Kinder ist frei.

Familienentdeckertour Wyhra

26B01400 | Sa, 12.09. | ab 10:00 | Geschichtenhof Wyhra



NEU

Ort der Möglichkeiten Jetzt den passenden Kurs finden: www.vhs-ikl.de



Aktiv und gesund im Alltag

Regelmäßige Bewegung stärkt die Gesundheit, verbessert die Beweglichkeit und sorgt für mehr Lebensqualität. Von Pilates über Aqua-Fitness bis hin zu Tanz- und Bewegungsangeboten finden Sie zahlreiche Möglichkeiten, aktiv zu bleiben und gemeinsam mit anderen etwas für Ihr Wohlbefinden zu tun. In Fitness- und Rückenkursen finden Sie gute Gelegenheit, aktiv zu bleiben.

Rückenfit – Rückenkräftigung | **26B13253**
Fr, 11.09. | 12 Termine | ab 10:00 | Schönnau

Bodystyling – Bauch-Beine-Po | **26B03208**
Do, 17.09. | 12 Termine | ab 17:30 | Borna, VHS

Bodystyling – Bauch-Beine-Po | **26B03209**
Do, 17.09. | 12 Termine | ab 18:45 | Borna, VHS

Fit für den Alltag | **26B43242**
Mo, 28.09. | 12 Termin | ab 17:00 | Grotzsch, Stadtmühle

Fit für den Alltag | **26B43241**
Do, 01.10. | 12 Termin | ab 10:00 | Pegau, Reitbahn

Pilates Körpertraining | **26B03227**
Mi, 07.10. | 12 Termine | ab 17:30 | Borna, VHS

Aqua - Gymnastik für Frühaufsteher | **26B432C4**
Fr, 30.10. | 12 Termin | ab 07:00 | Grotzsch, AZUR GmbH



BELIEBT

Yoga und Qigong

Sanfte Bewegungen, bewusste Atmung und achtsame Körperarbeit fördern Beweglichkeit, innere Ruhe und Ausgeglichenheit. Lernen Sie bewährte Methoden kennen, die sich positiv auf Gesundheit und Wohlbefinden auswirken können.

Hatha Yoga | Geithain, VHS

26B23101 | Fr, 02.10. | 12 Termin | ab 19:15

26B23102 | Di, 01.09. | 12 Termin | ab 17:00

Qigong | Geithain, VHS

26B23154 | Do, 24.09. | 10 Termin | ab 18:00 | Geithain, VHS

26B23155 | Do, 24.09. | 10 Termin | ab 19:15 | Geithain, VHS

Qigong für Gesundheit und Wohlbefinden | Borna, VHS

26B03150 | Do, 05.11. | 6 Termin | ab 15:00

26B03151 | Do, 05.11. | 6 Termin | ab 16:15



BELIEBT

Keramikwerkstatt – formen, modellieren, gestalten

Ton bietet unzählige Möglichkeiten, eigene Ideen mit den Händen sichtbar werden zu lassen. Ob fantasievolle Fabelwesen oder weihnachtliche Dekorationen – lernen Sie verschiedene Techniken kennen und gestalten Sie individuelle Kunstwerke für Haus, Garten oder als persönliches Geschenk.

Zauberhaftes aus Ton - Feenhäuser und Fabelwesen | **26B02841**

Do, 06.08. | 2 Termine | ab 17:00 | Borna, VHS

Adventstöpfern | **26B02810**

Sa, 17.10. | 2 Termine | ab 14:00 | Borna, VHS



NEU

Genussvoll kochen und Lebensmittel neu entdecken

Gemeinsames Kochen verbindet Genuss, Wissen und kulturelle Vielfalt. Entdecken Sie neue Geschmackswelten, traditionelle Rezepte und spannende Lebensmittel für den Alltag.

Kefir, das weiße Gold aus Milch | **26B03520**

Sa, 03.10. | 1 Termin | ab 09:30 | Borna, VHS

Wie in Sabas Küche – Orientalische Kochsamstage **26B0350001** Sa, 31.10. | 3 Termine | ab 10:00 | Borna, VHS



BELIEBT

Nähen, Filzen, Selbermachen

Ob erste Nähversuche, kreative Ferienprojekte oder individuelle Kostüme – hier entstehen einzigartige Unikate mit Stoff, Nadel und eigenen Ideen. Die Kurse vermitteln praktische Grundlagen, fördern Kreativität und zeigen, wie viel Freude im Selbermachen steckt.

Nähen für Anfänger | **26B02909**

Do, 08.10. | 4 Termin | ab 17:30 | Borna, VHS

Nähen für Kids ab 10 Jahre- Ferienkurs

26B02904 | Mo, 12.10. | 4 Termine | ab 13:00 | Borna, VHS

Kostüme für Halloween selbst herstellen – Familien-Nähprojekt

26B22910 | Sa, 24.10. | ab 14:00 | Geithain

Filzen: "Traumfiguren"

26B02940 | Do, 05.11. | ab 17:00 | Borna, VHS

Filzen: weihnachtliche Objekte

26B02941 | Fr, 04.12. | ab 14:00 | Borna, VHS



NEU

Sprachen lernen – fit für Alltag, Reisen und Beruf

Sprachen öffnen Türen zu neuen Kulturen, Begegnungen und beruflichen Möglichkeiten. Ob Englisch, Spanisch, Italienisch, Französisch oder Latein – verbessern Sie Ihre Sprachkenntnisse praxisnah und erhalten Sie spannende Einblicke in Kultur und Lebensweise anderer Länder.

Weitere Angebote auf: www.vhs-ikl.de/sprachen



Let's keep going – Englisch für Alltag und Reisen (A2.1)

26B0461056 | Do, 20.08. | 15 Termine | ab 19:00 | Borna, VHS



Easy English Upgrade A1.1 – Englisch mit Sicherheit sprechen

26B2461012 | Do, 20.08. | 15 Termine | ab 16:00 | Geithain, VHS



Englischsprechenleichtgemacht–AufbaukursKonversation(A1)

26B0460005 | Di, 01.09. | 15 Termine | ab 17:45 | Borna, VHS



Englisch für Alltag, Reisen und Zukunftspläne A2 (Fortsetzung)

26B0461072 | Mo, 07.09. | 15 Termine | ab 17:30 | Borna, VHS



Englisch von Anfang an – gemeinsam sicher einsteigen

26B0460006 | Mo, 14.09. | 15 Termine | ab 18:00 | Borna, VHS



Englisch vor Ort in Grotzsch – entspannt vertiefen u. sicher sprechen

26B4460001 | Mo, 21.09. | 15 Termine | ab 16:30 | Grotzsch



Englisch in Geithain – dranbleiben und sicher sprechen (A2/B1)

26B2460001 | Di, 22.09. | 15 Termine | ab 09:30 | Geithain, VHS



Englisch Grundkurs – Mit Sicherheit weiterkommen (Fortsetzung)

26B2461053 | Do, 08.10. | 15 Termine | ab 17:45 | Geithain, VHS



Englisch für den Kundenkontakt – leicht und praxisnah

26B0460000 | Di, 27.10. | 15 Termine | ab 18:00 | Borna, VHS



Englisch-Grundkurs: Dranbleiben u. sicherer werden

26B0461204 | Mo, 16.11. | 15 Termine | ab 10:30 Borna, VHS



Spanisch für Alltag und Reise – ¡Vamos adelante!

26B04M0002 | Mi, 02.09. | 15 Termine | ab 16:30 | Borna, VHS



Italienisch für die Reise – Sicher sprechen auf dem Niveau A2

26B0491014 | Mo, 14.09. | 15 Termine | ab 17:15 | Borna, VHS



Französisch wieder sprechen – mit System zurück zur Sicherheit

26B4480000 | Do, 29.10. | 15 Termine | ab 18:00 Grotzsch

Latein für Anfänger – Kompaktkurs in kleiner Gruppe

26B04B0000 | Mo, 14.09. | 10 Termine | ab 18:00 | Borna, VHS



BELIEBT

Smartphone und Apps sicher im Alltag nutzen

Das Smartphone ist längst mehr als nur ein Telefon. Lernen Sie, Apps, Fotos, Messenger und wichtige Einstellungen sicher zu nutzen und Ihr Gerät souverän im Alltag einzusetzen. In entspannter Atmosphäre bleibt genügend Zeit zum Üben, Ausprobieren und für individuelle Fragen.

Sicherer Umgang mit dem iPhone – Aufbaukurs

26B0510002 | Mi, 23.09. | 6 Termine | ab 15:15 | Borna, VHS

Sicherer Umgang mit dem Smartphone (Android) – Aufbaukurs

26B0510003 | Mi, 23.09. | 6 Termine | ab 17:00 | Borna, VHS

Smartphone sicher und souverän im Alltag nutzen

26B0510008 | Do, 01.10. | 6 Termine | ab 09:00 | Borna, VHS

Smartphone sicher und souverän im Alltag nutzen

26B4510000 | Do, 01.10. | 6 Termine | ab 16:30 | Grotzsch

Das eigene Smartphone sicher und selbstbewusst nutzen (Android)

26B2510001 | Mi, 07.10. | 6 Termine | ab 10:45 | Geithain, VHS



BELIEBT

Geschichte verstehen, Neues entdecken und Zukunft gestalten

Geschichte, Gesellschaft, Alltag und aktuelle Entwicklungen neu betrachten: Diese Veranstaltungen bieten spannende Einblicke, praktische Anregungen und Raum für neue Perspektiven.

Totaler Umbruch: Stasi, Neonazi, Neuanfang

26B0110000 | Mi, 16.09. | ab 18:00 | Web-Seminar

Mit KI schneller zum Ziel? Möglichkeiten, Grenzen und Kontroversen | **26B41B3000** | Do, 08.10. | ab 19:00 | Grotzsch

Nie wieder Chaos! Mit den richtigen Strategien Ordnung schaffen

26B01601 | Di, 10.11. | ab 18:00 | Borna, VHS

Was wissen wir wirklich über unsere Familien im Nationalsozialismus? | **26B010002** | Mi, 11.11. | ab 19:00 | Borna, VHS

Obstbaumschnitt - Übungskurs | **26B01A0001**

Sa, 14.11. | ab 10:00 | Borna, VHS



NEU

Entspannung finden Kraft für den Alltag schöpfen

Bewusste Auszeiten helfen dabei, Körper und Geist in Balance zu bringen. Lernen Sie verschiedene Entspannungs- und Achtsamkeitsmethoden kennen und entdecken Sie Wege, Stress abzubauen, neue Energie zu gewinnen und das eigene Wohlbefinden nachhaltig zu stärken.

Auszeit! Neues entdecken und Sinne wecken - Entspannen im Geschichtenhof

26B03163 | Sa, 29.08. | ab 10:00 | Geschichtenhof Wyhra

Progressive Muskelentspannung

26B03147 | Di, 01.09. | 12 Termine | ab 19:15 | Borna, VHS

Ätherische Öle und ihre Wirkung - ein Einstieg

26B03160 | Fr, 06.11. | 1 Termin | ab 18:00 | Borna, VHS

Ätherische Öle und ihre Wirkung - Duft und Entspannung

26B03168 | Sa, 14.11. | ab 14:00 | Borna, VHS

Mit Klangschalen entspannen und Gefühle erkunden

26B03161 | So, 15.11. | ab 13:00 | Borna, VHS

Entspannung mit Klangschalen und kleinen Atemübungen

26B03165 | Sa, 03.10. | ab 13:00 | Borna, VHS

Entspannung in der Weihnachtszeit mit tibetischen Klangschalen

26B03171 | Sa, 19.12. | ab 13:00 | Borna, VHS



BELIEBT

Ideen auf Papier

Linien, Farben und Formen bieten unzählige Möglichkeiten, die eigene Kreativität auszuleben. Ob freies Experimentieren oder gezieltes Arbeiten mit Zeichenkohle – entdecken Sie neue Ausdrucksformen und entwickeln Sie Ihren persönlichen Stil.

Zeichnen,ritzeln, malen - ab auf die

kreative Spielwiese! | **26B02722**

Mo, 24.08. | 7 Termine | ab 15:00 | Borna, VHS

Die Sprache der Linie – Kohle als

Ausdrucksmittel | **26B02710**

Mi, 04.11. | 6 Termine | ab 18:00 | Borna, VHS



NEU

Tanz dich fit – Bewegung mit Rhythmus und Energie

Musik, Bewegung und gute Laune gehören hier zusammen. Ob schwungvolle Fitness-Choreografien oder die Verbindung von Tanz und Workout – diese Kurse fördern Ausdauer, Koordination und Körperbewusstsein. Gleichzeitig sorgen abwechslungsreiche Bewegungen und mitreißende Musik für Spaß und Motivation beim Training.

DaYo – Dance Yoga - Emotion & Exercise

26B13262 | Do, 27.08. | 12 Termine | ab 18:30 | Borna, VHS

ARABICS® – Tanz und Fitness kombiniert

26B03202 | Mi, 02.09. | 10 Termine | ab 17:15 | Borna, VHS



BELIEBT

Rechtzeitig vorsorgen, selbstbestimmt entscheiden

Wer rechtzeitig vorsorgt, schafft Klarheit für sich und seine Angehörigen. Unsere Vorträge informieren verständlich über wichtige Fragen rund um Erbrecht, Testament, Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht und geben praktische Orientierung für eine selbstbestimmte Zukunft.

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

26B2130003 | Di, 06.10. | ab 18:30 | Geithain, VHS

Sicher vererben – Chancen und Risiken des Ehegattentestaments

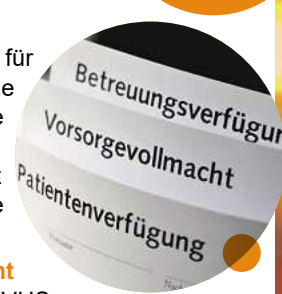
26B4130000 | Di, 27.10. | ab 18:30 | Grotzsch, Wiprecht-Gymnasium

Sicher vererben – Chancen und Risiken des Ehegattentestaments

26B2130002 | Di, 10.11. | ab 18:30 | Geithain, VHS

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

26B4130002 | Di, 24.11. | ab 18:30 | Grotzsch, Wiprecht-Gymnasium



BELIEBT

Digitale Kompetenzen für den Alltag

Computer und Internet bieten viele Möglichkeiten – vorausgesetzt, man kennt die wichtigsten Grundlagen. Ob Windows, Internetsicherheit oder der sichere Umgang mit dem eigenen Laptop: Diese Kurse vermitteln praxisnahes Wissen und helfen dabei, digitale Anwendungen selbstbewusst und sicher einzusetzen.

Windows 10 läuft aus: Welche Lösung passt zu meinem Computer? | **26B2510002**

Mi, 02.09. | 3 Termine | ab 09:00 | Geithain

Windows 11 verstehen und sicher anwenden | **26B0510009**

Do, 01.10. | 6 Termine | ab 10:45 | Borna, VHS

Digitalkurse gemeinsam planen – Kennenlernen und Ideen austauschen in Borna | **26B0510011**

Do, 01.10. | 1 Termin | ab 13:30 | Borna, VHS

Digitalkurse gemeinsam planen – Kennenlernen und Ideen austauschen in Geithain | **26B2510003**

Mo, 05.10. | 1 Termin | ab 09:30 | Geithain

Fit mit dem eigenen Laptop | **26B2510000**

Mi, 07.10. | 8 Termine | ab 09:00 | Geithain

Sicher im Internet – Betrug erkennen und vermeiden | **26B0510010**

Do, 08.10. | 5 Termine | ab 13:30 | Borna, VHS



BELIEBT

Tanz auf dem Vulkan – Widerständige Punk-Frauen in der DDR

Lesung und Gespräch über Widerständige Punk-Frauen in der DDR mit dem Buchautor Geraf Pochop: "Tanz auf dem Vulkan." sowie der Zeitzeugin Sheela, welche als Protagonistin der DDR-Punk-Szene, mit lesen und Fragen beantworten wird.

26B0110001 | Mi, 2.09. | ab 19:00 | Borna, VHS



TIPP