

Kursprogramm

Herbst 2026 und Frühjahr 2027

VHS

HORN



Foto: DI Reinhard Litschauer

Sprachen

Seite 3 - 5

Early morning English A2/1
Englisch für mäßig Fortgeschrittene A2/2
English Club B1/2
Let's speak English! B1/2
Spanisch für AnfängerInnen A1
Spanisch A1+
Spanisch A2 (Vormittag)
Spanisch A2 (Nachmittag)
A practicar Español A2+

Spanisch B1
Italienisch für AnfängerInnen A1
Italiano A2
Tschechisch für AnfängerInnen A1
Deutsch als Fremdsprache Kursberatung und Anmeldung
Deutsch als Fremdsprache Kleingruppen Intensivkurse A1-B2

Digitale Bildung

Seite 6

Computer leicht gemacht: Sicher durch den digitalen Alltag
Smartphone verstehen und clever nutzen

Fotos clever organisieren: Smartphone und PC richtig nutzen

Natur & Technik

Seite 7

Einführung in die faszinierende Welt der Pilze
Kräuterwanderungen

Astronomie: Sterne für alle! Die Wunder des Kosmos gemeinsam entdecken

Klubs, Kultur und Kreativität

Seite 8

Amateurfilmklub der VHS Horn
Instrumentalunterricht

Fotoklub der VHS Horn
Jeunesse-Konzerte

Körper & Geist

Seite 9 - 13

Weinsensorik
Schach-Grundkurs: Einstieg in das königliche Spiel
Herzkohärenz in Theorie und Praxis
Energie tanken durch richtiges Atmen
Lebensqualität - Lebensrad - Labyrinth des Lebens
Besseres Körpergefühl durch Yoga
Pilates
Stilles Qigong für Anfänger/innen

Stilles Qigong am Vormittag
Perfect-Body-Workout
Bauch-Bein-Po-Gymnastik
Fit mit rhythmischer Gymnastik
Selbstverteidigung für Frauen
Judoklub der VHS Horn: Kurse für Erwachsene und Jugendliche
Hallenfußball für Hobbyspieler

Kinder

Seite 14 - 17

Superhirn - Vokabeln lernen im Sekundentakt
English Jumpstart!
Let's fetz
Jeunesse Junior
Schwimmen für AnfängerInnen

Schwimmen für Fortgeschrittene
Turnmäuse
Motopädagogik
Judoklub der VHS Horn: Kurse für Kinder
Familieturnen



Englisch

Early morning English A2/1

Fiona Langthaler, MA

Die englische Sprache entdecken.

Spaß an der eigenen Fähigkeit, eine Sprache in einer Gruppe zu erlernen.

Fortsetzung des Kurses vom Vorjahr.

Zielgruppe: Interessierte mit geringen Vorkenntnissen

Die Kursleiterin ist native speaker.

■ Herbst (502-H)

Termin: Mi, ab 7.10.2026, 8-9.30 Uhr

ANMELDUNG bis 30.9.2026

■ Frühjahr (502-F)

Termin: Mi, ab 10.2.2027, 8-9.30 Uhr

ANMELDUNG bis 3.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 99,00 für 10 x 90 Min.

AK

Let's speak English! B1/2

Fiona Langthaler, MA

Fortsetzung des Kurses vom Vorjahr.

Zielgruppe: Interessierte mit guten Vorkenntnissen

Die Kursleiterin ist native speaker.

■ Herbst (501-H)

Termin: Mo, ab 5.10.2026, 8.15-9.45 Uhr

ANMELDUNG bis 28.9.2026

■ Frühjahr (501-F)

Termin: Mo, ab 8.2.2027, 8.15-9.45 Uhr

ANMELDUNG bis 1.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 99,00 für 10 x 90 Min.

Englisch für mäßig Fortgeschrittene A2/2

Fiona Langthaler, MA

Englisch lernen in entspannter Atmosphäre.

Fortsetzung des Kurses vom Vorjahr.

Zielgruppe: Interessierte mit mäßigen Vorkenntnissen

Die Kursleiterin ist native speaker.

■ Herbst (503-H)

Termin: Mo, ab 5.10.2026, 17.30-18.45 Uhr

ANMELDUNG bis 28.9.2026

■ Frühjahr (503-F)

Termin: Mo, ab 8.2.2027, 17.30-18.45 Uhr

ANMELDUNG bis 1.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 84,00 für 10 x 75 Min.

English Club B1/2

Fiona Langthaler, MA

Lets read, listen to and above all, speak ENGLISH!

Zielgruppe: Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger/innen

Die Kursleiterin ist native speaker.

■ Herbst (505-H)

Termin: Mo, ab 5.10.2026, 19-20.15 Uhr

ANMELDUNG bis 28.9.2026

■ Frühjahr (505-F)

Termin: Mo, ab 8.2.2027, 19-20.15 Uhr

ANMELDUNG bis 1.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 84,00 für 10 x 75 Min.



Spanisch

Spanisch für AnfängerInnen A1

Paola Méndez Guzmán

Erlernen der Grundgrammatik und aktives Sprechen in Alltagssituationen.

Fortsetzung des Kurses vom Vorjahr.

Zielgruppe: Interessierte mit geringen Vorkenntnissen

Die Kursleiterin ist native speaker.

■ Herbst (543-H)

Termin: Sa, ab 26.9.2026, 10.45-11.45 Uhr
ANMELDUNG bis 18.9.2026

■ Frühjahr (543-F)

Termin: Sa, ab 13.2.2027, 10.45-11.45 Uhr
ANMELDUNG bis 5.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 73,00 für 10 x 60 Min.

Spanisch A1+

Paola Méndez Guzmán

Lasst uns weiter gemeinsam mit Freude Spanisch lernen. Fortsetzung des Kurses vom Vorjahr.

Zielgruppe: Interessierte mit mäßigen Vorkenntnissen

Die Kursleiterin ist native speaker.

■ Herbst (544-H)

Termin: Sa, ab 26.9.2026, 9.30-10.30 Uhr
ANMELDUNG bis 18.9.2026

■ Frühjahr (544-F)

Termin: Sa, ab 13.2.2027, 9.30-10.30 Uhr
ANMELDUNG bis 5.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 73,00 für 10 x 60 Min.

Spanisch A2

Dr. Ingrid Köstler

Lasst uns weiter gemeinsam mit Freude Spanisch lernen. Fortsetzung des Kurses vom Vorjahr.

Zielgruppe: Interessierte mit mäßigen Vorkenntnissen

Die Kursleiterin ist native speaker.

■ Herbst (546-H)

Termin: Do, ab 24.9.2026, 17.35-18.35 Uhr
ANMELDUNG bis 17.9.2026

■ Frühjahr (546-F)

Termin: Do, ab 11.2.2027, 17.35-18.35 Uhr
ANMELDUNG bis 4.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 87,00 für 12 x 60 Min.

Spanisch A2

Paola Méndez Guzmán

Dieser Kurs richtet sich an alle Lernenden mit mäßigen Vorkenntnissen, die ihre sprachlichen Fähigkeiten vertiefen und ausbauen möchten. Anwendung und Erweiterung des Wortschatzes und der Grammatikkenntnisse sowie Verbesserung der Kommunikationsfähigkeiten.

Zielgruppe: Interessierte mit mäßigen Vorkenntnissen

Die Kursleiterin ist native speaker.

■ Herbst (545-H)

Termin: Sa, ab 26.9.2026, 8-9 Uhr
ANMELDUNG bis 18.9.2026

■ Frühjahr (545-F)

Termin: Sa, ab 13.2.2027, 8-9 Uhr
ANMELDUNG bis 5.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 73,00 für 10 x 60 Min.

A practicar Español A2+

Paola Méndez Guzmán

Lectura y conversación

Zielgruppe: Interessierte mit guten Vorkenntnissen
Die Kursleiterin ist native speaker.

■ Herbst (547-H)

Termin: Do, ab 24.9.2026, 18.45-19.45 Uhr
ANMELDUNG bis 17.9.2026

Ort: VHS

Beitrag: € 59,00 für 8 x 60 Min.

Spanisch B1

Dr. Ingrid Köstler

Kommunikatives Lernen: Themen kennen lernen, verstehen und Gespräche darüber führen.

Zielgruppe: Fortgeschrittene

Die Kursleiterin ist native speaker.

■ Herbst (548-H)

Termin: Do, ab 24.9.2026, 16.30-17.30 Uhr
ANMELDUNG bis 17.9.2026

■ Frühjahr (548-F)

Termin: Do, ab 11.2.2027, 16.30-17.30 Uhr
ANMELDUNG bis 4.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 87,00 für 12 x 60 Min.

Italienisch

Italienisch für AnfängerInnen A1

Mag. Gertraud Kofler-Steinhauer

Erstes Kennenlernen der Sprache. Erlernen der wichtigsten Grundlagen: Begrüßung, Vokabeln für den Alltag und den Urlaub, grundlegende Grammatik. Zielgruppe: Interessierte ohne Vorkenntnisse. Die Kursleiterin ist Romanistin.

■ Herbst (525-H)

Termin: Mi, ab 30.9.2026, 18.45-19.45 Uhr
ANMELDUNG bis 23.9.2026

■ Frühjahr (525-F) - Fortsetzung vom Herbst

Termin: Mi, ab 10.2.2027, 18.45-19.45 Uhr
ANMELDUNG bis 3.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 87,00 für 12 x 60 Min.

Italiano A2

Mag. Gertraud Kofler-Steinhauer

Italienisch für mäßig Fortgeschrittene. Konversation, Landeskunde und Sprachwissen. Zielgruppe: Interessierte mit Vorkenntnissen. Die Kursleiterin ist Romanistin.

■ Herbst (526-H)

Termin: Mi, ab 30.9.2026, 17-18.30 Uhr
ANMELDUNG bis 23.9.2026

■ Frühjahr (526-F)

Termin: Mi, ab 10.2.2027, 17-18.30 Uhr
ANMELDUNG bis 3.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 118,00 für 12 x 90 Min.

Tschechisch

Tschechisch f. AnfängerInnen A1

Milada Bobková, Ph.D.

Jedno pivo, prosím! Nicht nur das Bestellen im Restaurant lernen wir, sondern auch Themen wie Vorstellung, Familie, Wegbeschreibung, Zahlen usw. Wir entdecken Schritt für Schritt die Vielfalt dieser wunderschönen Sprache. Die Kursleiterin ist native speaker.

■ Herbst (557-H)

Termin: Mi, ab 23.9.2026, 18-19.30 Uhr
ANMELDUNG bis 16.9.2026

■ Frühjahr (557-F) - Fortsetzung vom Herbst

Termin: Mi, ab 10.2.2027, 18-19.30 Uhr
ANMELDUNG bis 3.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 99,00 für 10 x 90 Min.

Deutsch

Deutsch als Fremdsprache Kursberatung und Anmeldung

Christian Stöckl

Anmeldevorgang:

- 1.) Nach dem Kursanmelde-/Kursberatungstag erhalten Sie von uns eine telefonische Kurszusage bzw. Kursabsage.
- 2.) Für eine fixe Anmeldung muss der Kursbeitrag im Voraus bezahlt werden.
- 3.) Ab diesem Zeitpunkt ist die Kursanmeldung verbindlich und es besteht kein Anspruch auf Rückerstattung bei Nichtteilnahme. Falls der Kurs seitens der VHS wegen zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt werden muss, wird der volle Kurspreis rückerstattet.

■ Herbst: September - Jänner

ANMELDUNG bis Fr, 11.9.2026

■ Frühjahr: Februar - Juni

ANMELDUNG bis Fr, 22.1.2027

Ort: VHS

Persönliche Terminvereinbarung: 02982/20227



Deutsch als Fremdsprache Kleingruppen Intensivkurse A1-B2

Christian Stöckl

Für Lernende, die das jeweils vorangegangene Kursniveau abgeschlossen oder vergleichbare Kenntnisse haben und die sich intensiv auf das nächste Niveau vorbereiten möchten. Die Kurse finden zweimal wöchentlich statt, max. 4-8 TeilnehmerInnen pro Kurs.

AK

Der Kursleiter ist DaF/DaZ-Trainer.

■ Herbst (578-H)

Termin: Mo und Do, ab 21.9.2026, 18-20 Uhr

■ Frühjahr (578-F)

Termin: Mo und Do, ab 8.2.2027, 18-20 Uhr

Ort: VHS

Beitrag: € 576,00 für 30 x 120 Min.

Computer leicht gemacht: Sicher durch den digitalen Alltag

Claudia Wanko, BEd.

Dieser Kurs richtet sich an alle, die den Computer besser kennenlernen und im Alltag sicherer damit umgehen möchten. Schritt für Schritt lernen Sie den Umgang mit Maus, Tastatur und Windows. Gemeinsam üben wir das Arbeiten am Desktop, das Öffnen und Speichern von Dateien sowie das Ordnen von Dokumenten in Ordnern. Auch das Übertragen von Daten auf einen USB-Stick wird erklärt.

Zusätzlich lernen Sie die wichtigsten Grundlagen für das Internet: Webseiten öffnen, Informationen suchen und den Browser richtig verwenden. Einfache Übungen mit Word, wie das Schreiben einer Einladung oder eines kurzen Briefes, runden den Kurs ab. Der Kurs bietet genügend Zeit für Fragen und individuelles Üben.

Die Kursleiterin ist IT-Trainerin.

Zielgruppe: Anfänger/innen. Keine Vorkenntnisse nötig.

Bitte bringen Sie einen Laptop (Windows 11), eventuell vorhandene Zugangsdaten und einen USB-Stick mit.

■ Herbst (301-H)

Termin: Sa, ab 7.11.2026, 9-12 Uhr

Weiterer Termin: Sa, 21.11.2026

ANMELDUNG bis 30.10.2026

Ort: VHS

Beitrag: € 95,00 für 2 x 3 Stunden



Smartphone verstehen und clever nutzen

Claudia Wanko, BEd.



Das Smartphone besser verstehen und sicher im Alltag nutzen: Gemeinsam passen wir Einstellungen an, synchronisieren Fotos, installieren Apps oder richten wichtige Funktionen neu ein. Auch Fragen rund um Kontakte, Internet, Speicherplatz oder das mobile Telefonieren haben ausreichend Platz. Der Kurs richtet sich an Personen mit Fragen zum Smartphone und vermittelt praktische Hilfe in verständlicher Form.

Die Kursleiterin ist IT-Trainerin.

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone und ein Ladekabel mit.

■ Herbst (302-H)

Termin: Fr, 16.10.2026, 15-17 Uhr

ANMELDUNG bis 9.10.2026

■ Frühjahr (302-F)

Termin: Fr, 19.3.2027, 15-17 Uhr

ANMELDUNG bis 12.3.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 21,00 für 120 Minuten

Fotos clever organisieren: Smartphone und PC richtig nutzen

Claudia Wanko, BEd.



Fotos vom Smartphone auf den Computer übertragen, übersichtlich ordnen, sichern und wiederfinden: In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie Ihre digitalen Fotos sinnvoll verwalten. Gemeinsam bearbeiten wir Bilder, legen Ordner an und sichern Fotos auf USB-Sticks oder anderen Speichermedien. Auch einfache Bildbearbeitung und praktische Tipps zur Fotoorganisation gehören zum Kurs. Bei genügend Zeit besteht zusätzlich die Möglichkeit, mit einem Fotobuch zu beginnen.

Die Kursleiterin ist IT-Trainerin.

Bitte bringen Sie Ihren eigenen Laptop, Smartphone, Ladekabel und einen USB-Stick mit.

■ Frühjahr (304-F)

Termin: Fr, ab 26.2.2027, 14-17 Uhr

Weiterer Termin: 5.3.2027

ANMELDUNG bis 19.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 95,00 für 2 x 3 Stunden



Einführung in die faszinierende Welt der Pilze

Mag. Juan Martinez

Pilze sind seit Millionen von Jahren auf der Erde und dank ihnen können unsere Wälder überhaupt erst existieren. Wir sind nicht nur in der Lage, mit ihnen Krankheitssymptome zu lindern oder Bier und Käse herzustellen, sondern können damit auch die köstlichsten Gerichte auf den Teller zaubern. Tauchen Sie in die faszinierende Welt der Pilze ein und lernen Sie den Wald und die Pilze mit anderen Augen zu sehen. Außerdem erhalten Sie wertvolle Tipps und Tricks, wie man die essbaren Exemplare von ihren Doppelgängern unterscheiden kann. Sie werden auch viele neue Pilzarten kennenlernen, die weit über die üblichen Pilzkenntnisse von Eierschwammerl, Steinpilz und Parasol hinausreichen. Empfohlen wird gutes Schuhwerk, Zecken- und Regenschutz, falls möglich einen Korb oder ein Stoffsackerl (kein Plastik), ein Taschenmesser und ev. eine Lupe mitnehmen.

Besprechung der Fundergebnisse erfolgt während der Begehung des Gebietes und/oder im Anschluss an die Wanderung.

Der Kursleiter ist Biologe und geprüfter österreichischer Pilzberater.

■ Herbst (335-H)

Termin: Fr, 25.9.2026, 14-19 Uhr

Vortrag: 14-15 Uhr in der VHS

Exkursion: 15-19 Uhr im Horner Umland
ANMELDUNG bis 17.9.2026

Ort: VHS

Beitrag: € 68,00 für Vortrag und Exkursion



Kräuterwanderungen

Markus Dürnberger

Wir erkunden von der VHS weg die Natur und lernen bei den Kräuterwanderungen die wichtigsten Heilpflanzen sowie bekannte und vergessene Wildkräuter der jeweiligen Jahreszeit kennen. Bei der Kräuterwanderung entdecken wir Heilkräuter und Wildfrüchte und erfahren, wie wir diese kulinarisch und gesundheitsfördernd verwenden können. Die KursteilnehmerInnen erhalten ein digitales Skriptum nach dem Kurs.

Der Kursleiter ist Kräuterpädagoge und Naturvermittler.

■ Herbst (331-H)

Früchte und Heilpflanzen im Herbst

Termin: Sa, 3.10.2026, 10-12 Uhr

ANMELDUNG bis 25.9.2026

■ Frühjahr (330-F)

Knospen - Heilsame Bäume im Winter

Termin: Sa, 6.3.2027, 10-12 Uhr

ANMELDUNG bis 26.2.2027

■ Frühjahr (331-F)

Frühlingskräuter am Wegesrand

Termin: Sa, 10.4.2027, 10-12 Uhr

ANMELDUNG bis 2.4.2027

■ Frühjahr (332-F)

Heilkräuter am Wegesrand

Termin: Sa, 26.6.2027, 10-12 Uhr

ANMELDUNG bis 18.6.2027

Treffpunkt: VHS

Beitrag: € 28,00 pro Wanderung

Astronomie: Sterne für alle! Die Wunder des Kosmos gemeinsam entdecken

Peter Schmutzenhofer

Ist die Menschheit einzigartig? Informationen über die wichtigsten Forschungsprojekte und astronomischen Ereignisse. Gibt es Leben auf einem Jupitermond? Ergründung der Gedanken genialer Astronomen.

Der Kursleiter ist Vortragender in der Sternwarte Martinsberg.

Zielgruppe: Interessierte von 8-100 Jahren

Keine Vorkenntnisse nötig.

■ Herbst (320-H)

Termin: Mi, ab 30.9.2026, 19-20.30 Uhr

ANMELDUNG bis 23.9.2026

■ Frühjahr (320-F)

Termin: Mi, ab 10.2.2027, 19-20.30 Uhr

ANMELDUNG bis 3.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 97,00 für 7 x 90 Min.

FILM-BEGEISTERT? VIDEO-IDEEN IM KOPF? Dann zum Filmclub Horn!



Amateurfilmclub der VHS Horn

Ing. Erwin Luser

■ Herbst (150-H)

Filmabend: Di, 22.10.2026, 19-21 Uhr

■ Frühjahr (150-F)

Filmabend: Do, 18.3.2027, 19-21 Uhr

Ort: Vereinshaus

Eintritt: freiwillige Spende

Kontakt: Christine Hewelt (0676/9031374) oder

Obmann Erwin Luser (0664/88469619)

E-Mail: afvc-horn@aon.at

Weitere Infos: www.afvc-horn.at

Instrumentalunterricht

Auch im Herbst 2026 und Frühjahr 2027 gibt es die regionale Kooperation von zwei Bildungsinstituten im selben Haus: Instrumentalunterricht für Erwachsene durch die Lehrkräfte der Musikschule Horn, über die VHS angeboten.

Alle Teilnehmer/innen haben die Möglichkeit, sich mit der Lehrkraft für jedes Semester die Stundenanzahl individuell zu vereinbaren. Im Durchschnitt sind ca. 16 Stunden pro Semester möglich. Auch der Quereinstieg (= Beginn mit dem Instrumentalunterricht zum nächsten Monatsersten) ist möglich. Die Auftrittsmöglichkeiten im Rahmen der Musikschule und der Volkshochschule sind frei nutzbar. Unterrichtet wird in der Musikschule Horn sowie in den Zweigstellen Altenburg, Altpölla, Brunn/Wild, Drosendorf, Gars/Kamp, Geras, Innfritz, Japons, Krumau/Kamp, Langau, Ludweis/Aigen, Raabs/Thaya, Röhrenbach und St. Leonhard/Hw. Sie werden nach dem Anmeldeschluss durch die Kursleiter/innen (= Musikschullehrkräfte) bezüglich Terminvereinbarung kontaktiert. Der Kurstag wird dann mit dem/r Kursleiter/in frei vereinbart. Sie haben die Möglichkeit, zwischen folgenden Unterrichtseinheiten zu wählen:

Kursbeitrag für

25 Min. = € 27,00 pro Einheit

40 Min. = € 39,50 pro Einheit

50 Min. = € 43,00 pro Einheit

Das Kursangebot umfasst: Gesang und/oder Stimmbildung, Holzblasinstrumente, Blechblasinstrumente, Keyboard, Schlagwerk & Schlagzeug, Akkordeon, Klavier & Kirchenorgel, Violine & Viola

■ Herbst (620-H): Anmeldung bis 11.9.2026

■ Frühjahr (620-F): Anmeldung bis 29.1.2027



Fotoklub der VHS Horn

Manfred Wazlawik

Der Horner Fotoklub steht für alle Interessierten offen - vom Foto-Einsteiger bis zum erfahrenen Semi-Profi. Mehr Infos über den Klub und das aktuelle Programm finden Sie auf www.fotoklub-horn.at.

■ Herbst (151-H)

Termin: Mo, ab 7.9.2026, 19.30-21 Uhr

■ Frühjahr (151-F)

Termin: Mo, ab 8.2.2027, 19.30-21 Uhr

Ort: Klublokal in der VHS, 2. Stock

Infos: 0680/2457071 oder info@fotoklub-horn.at

Jeunesse-Konzerte

jeunesse
musik.erleben

Info: 02982/2426 (W. A. Mozart Musikschule Horn)
<https://www.jeunesse.at>

Weinsensorik

Martin Löffler

Richtiges Weinverkosten. Weinbauregionen Österreichs. Weinsprache.

Der Kursleiter ist Diplom-Sommelier.

Zielgruppe: Interessierte im Alter von 16 - 99

■ **Herbst (701-H)**

Termin: Sa, 14.11.2026, 15-18 Uhr

ANMELDUNG bis 7.11.2026

Ort: Seedeck Restaurant Horn

Beitrag: € 49,00 für diesen Nachmittag



Schach-Grundkurs

Einstieg in das königliche Spiel

Erich Grabenhofer

Dieser Kurs richtet sich an alle interessierten Personen, die das Schachspiel von Grund auf erlernen möchten. Ziel ist es, nach dem Kurs die Regeln sicher zu beherrschen, typische Anfängerfehler zu vermeiden und erste eigene Schachpartien erfolgreich zu gestalten. Keine Vorkenntnisse nötig. Der Kursleiter ist geprüfter Schachtrainer des N.Ö.-Schachverbandes und aktiver Spieler in der Waldviertler Schachliga.

■ **Herbst (615-H)**

Termin: Di, ab 22.9.2026, 18-19.30 Uhr

ANMELDUNG bis 15.9.2026

■ **Frühjahr (615-F)**

Termin: Di, ab 9.2.2027, 18-19.30 Uhr

ANMELDUNG bis 2.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 69,00 für 4 x 90 Min.



Herzkohärenz

in Theorie und Praxis

Dr. Charlotte Wiegele

Persönliche Resilienz aufbauen - mit Herzkohärenz zu mehr innerer Stärke und Lebensfreude!

Die HeartMath-Methode, im Deutschen auch Herzkohärenz-Methode genannt, arbeitet mit Fokussierung der Atmung auf das Herz, speziellen Techniken der Visualisierung und Biofeedback. Dabei steht die Verbindung zwischen Herz und Gehirn im Mittelpunkt - mit dem Ziel RESILIENZ zu erhöhen.

RESILIENZ definieren wir in diesem Kurs als die "Fähigkeit, sich auf Stress, Herausforderungen oder Widrigkeiten vorzubereiten, darauf angemessen zu reagieren und sich davon wieder zu erholen". Eine entspannte Lebensweise zeigt auf körperlicher, emotionaler und mentaler Ebene positive Auswirkungen. Alle Übungen können in den Alltag und ins Berufsleben integriert werden.

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Die Kursleiterin ist zertifizierte Neurographik-Spezialistin und HeartMath-Trainerin.

Zielgruppe: Erwachsene

■ **Herbst (710-H)**

Termin: Teil 1: Fr, 2.10. und 9.10., 18-20 Uhr

Teil 2: Fr, 13.11. und 20.11., 18-20 Uhr

ANMELDUNG bis 25.9.2026

Ort: VHS

Beitrag: € 79,00 für 4 x 120 Min.

Energie tanken durch richtiges Atmen

Mag. Iris Artacker

Permanenter Stress, Druck und zu wenig Ausgleich setzen unser Nervensystem in Daueralarm und begünstigen die Burnout-Spirale. Atem und vegetatives Nervensystem stehen in einer Wechselbeziehung und beeinflussen sich gegenseitig. In diesem Kurs lernen wir, unser Nervensystem durch gezielte Atem- und Bewegungsübungen zu beeinflussen und zu entspannen.

Die Kursleiterin ist zertifizierte Atemübungsleiterin.

Zielgruppe: Personen ab 12 Jahren, keine Vorkenntnisse nötig

Mitzubringen: bequeme Kleidung und dicke Socken

■ **Herbst (711-H)**

Termin: Mo, ab 5.10.2026, 18.30-19.30 Uhr

ANMELDUNG bis 28.9.2026

■ **Frühjahr (711-F)**

Termin: Mo, ab 1.3.2027, 18.30-19.30 Uhr

ANMELDUNG bis 22.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 49,00 für 5 x 60 Min.



Lebensqualität - Lebensrad - Labyrinth des Lebens

Dr. Charlotte Wiegele

Wir verwenden Papier und Stifte, um uns selbst besser kennenzulernen. Diese Kreativ-Methode hat ihre Wurzeln in der Neurographik und verbindet Erkenntnisse aus der Psychologie mit der Freude am Gestalten von Bildern.

Jede Person kann zeichnen! Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Alle Kursteile können unabhängig voneinander besucht werden.

Die Kursleiterin ist zertifizierte Neurographik-Spezialistin.

Zielgruppe: Erwachsene

Mitzubringen: Zeichenpapier, schwarzer Fineliner und Buntstifte (Details nach der Anmeldung)

Lebensqualität

Wir blicken auf das Jahr 2027 und fragen uns, welchen Bereichen unseres Lebens wir in den nächsten Monaten mehr (oder weniger) Raum geben möchten.

■ **Herbst (610-H)**

Termin: Sa, 23.1.2027, 15-18 Uhr

ANMELDUNG bis 15.1.2027

Lebensrad

Wir analysieren die acht Speichen des Lebensrades und zeichnen uns von der IST-Situation in die WUNSCH-Situation.

■ **Frühjahr (610-F)**

Termin: Sa, 3.4.2027, 15-18 Uhr

ANMELDUNG bis 23.3.2027

Labyrinth des Lebens

Wir reisen mit einer Frage in die Mitte eines kreisförmigen Labyrinths und finden die Antwort(en) auf dem Rückweg.

■ **Frühjahr (611-F)**

Termin: Sa, 5.6.2027, 15-18 Uhr

ANMELDUNG bis 28.5.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 37,00 für diesen Workshop

Besseres Körpergefühl durch Yoga

Gabriele Hohenegger

Yoga verbindet Körperarbeit mit Entspannung. Yoga ist nicht gewaltsam gegen den eigenen Körper. In sanften oder auch gezielten dynamischen YOGA-ASANAS, hauptsächlich aus dem Hatha-Yoga werden Sehnen gedehnt und Muskeln gestärkt. Durch mehr Beweglichkeit bekommen wir ein besseres Körpergefühl und verbinden dieses mit unserem Geist. Yoga bringt Körper, Geist und Seele zueinander. Yoga stärkt die Selbstwahrnehmung und das eigene Bewusstsein. Unterschiedliche Atemübungen verbessern die Sauerstoffaufnahme, aktivieren Körper und Geist oder führen zu tiefer Entspannung und Ruhe. Optimal für den Abend. Nach der Körperarbeit gibt es eine geführte Meditation mit entspannender Musik.

Zielgruppe: Erwachsene. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Die Kursleiterin ist zertifizierte Yogalehrerin.

■ Herbst (705-H)

Termin: Do, ab 8.10.2026, 18.30-20 Uhr
ANMELDUNG bis 1.10.2026

■ Frühjahr (705-F)

Termin: Do, ab 25.2.2027, 18.30-20 Uhr
ANMELDUNG bis 18.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 166,00 für 12 x 90 Min.

Pilates

Katharina Scheidl

Pilates ist ein Training, das Körper und Geist verändert. Es steigert Ihre Kraft und Beweglichkeit, verbessert Ihr Aussehen, kräftigt Bauch- und Rückenmuskeln und beugt Rückenschmerzen sowie Verspannungen vor.

Zielgruppe: Erwachsene

Die Kursleiterin ist Pilates- u. KidFit Trainerin.

■ Herbst (718-H) - Gruppe A

Termin: Fr, ab 25.9.2026, 18.30-19.30 Uhr

■ Herbst (719-H) - Gruppe B

Termin: Fr, ab 25.9.2026, 19.45-20.45 Uhr
ANMELDUNG bis 18.9.2026

Beitrag: € 75,00 für 10 x 60 Min.

■ Frühjahr (718-F) - Gruppe A

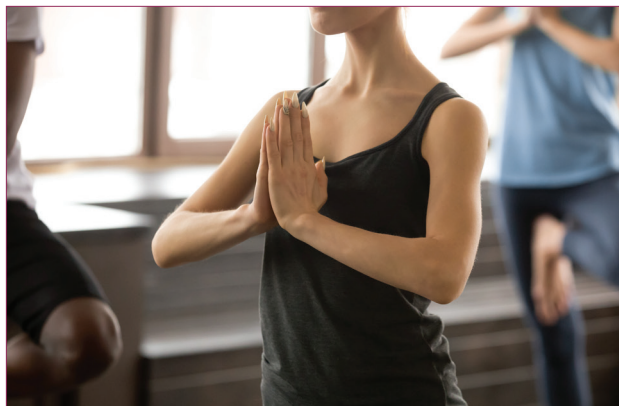
Termin: Fr, ab 12.2.2027, 18.30-19.30 Uhr

■ Frühjahr (719-F) - Gruppe B

Termin: Fr, ab 12.2.2027, 19.45-20.45 Uhr
ANMELDUNG bis 5.2.2027

Beitrag: € 90,00 für 12 x 60 Min.

Ort: VHS



Stilles Qigong für Anfänger/innen

Ellen Dambach-Zabransky

Mit Achtsamkeit bewegen, aufrichten, still werden. Das Zusammenwirken von Körper und Bewusstheit im Üben entdecken.

Zielgruppe: Anfänger/innen und Erfahrene

Die Kursleiterin ist Dipl. Qigong-Kursleiterin.

■ Herbst (715-H)

Termin: Mi, ab 30.9.2026, 18.30-20 Uhr
ANMELDUNG bis 23.9.2026

Beitrag: € 129,00 für 10 x 90 Min.

■ Frühjahr (715-F)

Termin: Mi, ab 10.2.2027, 18.30-20 Uhr
ANMELDUNG bis 3.2.2027

Beitrag: € 142,00 für 11 x 90 Min.

Ort: VHS

Stilles Qigong am Vormittag

Ellen Dambach-Zabransky

Das Wohltuende durch Stille und Gegenwärtigkeit entdecken.

Zielgruppe: Teilnehmer/innen mit Erfahrung im "Stillen Qigong"

Die Kursleiterin ist Dipl. Qigong-Kursleiterin.

■ Herbst (717-H) - Gruppe 1

Termin: Di, ab 29.9.2026, 8.45-10.15 Uhr

■ Herbst (714-H) - Gruppe 2

Termin: Di, ab 29.9.2026, 10.20-11.50 Uhr
ANMELDUNG bis 22.9.2026

Beitrag: € 129,00 für 10 x 90 Min.

■ Frühjahr (717-F) - Gruppe 1

Termin: Di, ab 9.2.2027, 8.45-10.15 Uhr

■ Frühjahr (714-F) - Gruppe 2

Termin: Di, ab 9.2.2027, 10.20-11.50 Uhr
ANMELDUNG bis 2.2.2027

Beitrag: € 142,00 für 11 x 90 Min.

Ort: VHS



Perfect-Body-Workout

Gabriele Österreicher

Ein Ganzkörper-Workout mit effektiven Übungen, das den Körper stärkt und formt. Training für einen flachen definierten Bauch, straffe Beine und einen knackigen Po, plus Stretching zur Verbesserung der Beweglichkeit.

Die Kursleiterin ist Pilatesmoves Instruktor.

Zielgruppe: Für alle, die sich fit halten möchten und Spaß daran haben, in einer netten Gruppe zu trainieren.

■ Herbst (722-H)

Termin: Mi, ab 23.9.2026, 19-20 Uhr

ANMELDUNG bis 16.9.2026

■ Frühjahr (722-F)

Termin: Mi, ab 10.2.2027, 19-20 Uhr

ANMELDUNG bis 3.2.2027

Ort: GYM, Vereinseingang zw. GYM und HAK

Beitrag: € 90,00 für 12 x 60 Min.

Bauch-Bein-Po-Gymnastik

Jutta Gröschel

Ganzkörpertraining zur Kräftigung von Bauch-, Bein-, Po- und Rückenmuskulatur, Koordination und Stretching.

Zielgruppe: Personen jeden Alters

■ Herbst (724-H)

Termin: Mi, ab 30.9.2026, 19-20 Uhr

ANMELDUNG bis 23.9.2026

■ Frühjahr (724-F)

Termin: Mi, ab 13.1.2027, 19-20 Uhr

ANMELDUNG bis 5.1.2027

Ort: NMS Horn, Eingang Ferdinand Kurz-Gasse

Beitrag: € 67,00 für 10 x 60 Min.

Fit mit rhythmischer Gymnastik

Dipl.-Päd. Evelyn Schmidt

Aufwärmen mit Musik, gezielte Gymnastik für die Problemzonen und für den Rücken sowie Stretching- und Entspannungsübungen.

Zielgruppe: Frauen jeden Alters

■ Herbst (720-H)

Termin: Mo, ab 28.9.2026, 18-19.30 Uhr

ANMELDUNG bis 21.9.2026

■ Frühjahr (720-F)

Termin: Mo, ab 8.2.2027, 18-19.30 Uhr

ANMELDUNG bis 1.2.2027

Ort: GYM, Vereinseingang zw. GYM und HAK

Beitrag: € 58,00 für 6 x 90 Min.

Selbstverteidigung für Frauen

Mag. Franz Müller

Rechtliches; Richtiges Verhalten im Ernstfall; Sicheres Fallen und Rollen; Block-, Schlag- und Tritttechniken; Hebel-, Würge- und Wurftechniken; Befreiungs- und Festhaltegriffe

Zielgruppe: Frauen/Mädchen ab dem 14. Lebensjahr

Der Kursleiter ist staatlich geprüfter Judo-Trainer, Polizist und Einsatztrainer der LPD Wien.

■ Herbst (730-H)

Termin: Fr, ab 9.10.2026, 18-21 Uhr

Weitere Termine: 23.10., 6.11.

ANMELDUNG bis 2.10.2026

Ort: HAK, Vereinseingang zw. GYM u. HAK

Beitrag: € 104,00 für 3 x 180 Min.



Judoklub der VHS Horn: Kurse für Erwachsene und Jugendliche

Christiane Gradner, Franz Gundinger

Spaß an Bewegung, Gesundheit, Verletzungsprophylaxe, Koordination, körperliche und geistige Beweglichkeit, Selbstverteidigung. Training für Erwachsene und Jugendliche.

Unentgeltliches "Schnuppern" bei den ersten 2 Trainingseinheiten möglich. Es wird Rücksicht auf Anfänger/innen genommen. Bitte Trainingsanzug mitnehmen.

Hr. Gundinger ist Übungsleiter, 1. KYU.

Fr. Gradner ist staatlich geprüfte Trainerin.

■ Herbst (761-H)

Termin: Fr, ab 18.9.2026, 18-19.30 Uhr

ANMELDUNG beim Training

Ort: HAK, Vereinseingang zw. GYM und HAK

Infos: Fr. Gradner 0664/478084

Web: <https://judo.vhshorn.at>

Hallenfußball für Hobbyspieler

Josef Piewald

Nach einem Aufwärmtraining steht dem Bandenzauber nichts mehr im Wege.

Eine gute Gelegenheit, das Fußballspielen auch nach längerer Pause einfach aus Freude wieder zu probieren.

Ein Schnuppern und zwischenzeitliches Einsteigen ist gerne möglich.

Sehr geringer Kursbeitrag, der von der Anzahl der Teilnehmer abhängig ist.

■ Herbst (760-H)

Termin: Di, ab 15.9.2026, 18.45-19.45 Uhr

■ Frühjahr (760-F)

Termin: Di, ab 9.2.2027, 18.45-19.45 Uhr

Ort: GYM, Vereinseingang zw. GYM und HAK

Superhirn - Vokabeln lernen im Sekundentakt

Dipl.-Päd. Helmut Lange

Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabeln lernen können und dabei noch Spaß haben? Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten.

Das zig-fache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert.

Der Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge Helmut Lange hat zum Thema "Vokabel lernen" mehrere Bücher geschrieben und zeigt Ihnen anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen - schon während des Webinars.

Der Vortragende ist Pädagoge, Coach, Trainer und Bestsellerautor.

■ Herbst (902-H) - Webinar für Schüler/innen

Termin: Do, 15.10.2026, 16-18 Uhr
ANMELDUNG bis 8.10.2026

■ Herbst (903-H) - Webinar für Erwachsene

Termin: Do, 22.10.2026, 19-21.30 Uhr
ANMELDUNG bis 15.10.2026

Beitrag: € 32,00 für dieses Webinar.

Der Kursbeitrag ist im Voraus zu bezahlen. Nach Zahlungseingang erhalten Sie den Zugangslink.

Let's fetz

Sarina Sochurek

Kreativer moderner Tanz.

Tanztheater und Choreographien zu unterschiedlichen Musikstilen.

Die Kursleiterin ist zertifizierte Tanz- und Bewegungspädagogin.

■ Herbst (910-H) Kinder von 4 - 5 Jahren

Termin: Mo, ab 21.9.2026, 14-15 Uhr

■ Herbst (911-H) Kinder von 4 - 5 Jahren

Termin: Mo, ab 21.9.2026, 15-16 Uhr

■ Herbst (912-H) Kinder von 6 - 7 Jahren

Termin: Mo, ab 21.9.2026, 16-17 Uhr

■ Herbst (913-H) Kinder von 8 - 10 Jahren

Termin: Mo, ab 21.9.2026, 17-18 Uhr

ANMELDUNG bis 14.9.2026

■ Frühjahr (910-F) Kinder von 4 - 5 Jahren

Termin: Mo, ab 8.2.2027, 14-15 Uhr

■ Frühjahr (911-F) Kinder von 4 - 5 Jahren

Termin: Mo, ab 8.2.2027, 15-16 Uhr

■ Frühjahr (912-F) Kinder von 6 - 7 Jahren

Termin: Mo, ab 8.2.2027, 16-17 Uhr

■ Frühjahr (913-F) Kinder von 8 - 10 Jahren

Termin: Mo, ab 8.2.2027, 17-18 Uhr

ANMELDUNG bis 1.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 90,00 für 10 x 60 Min.

English Jumpstart!

Olimpia Lechner, MA

Englisch mit Spaß und Freude lernen!

English Jumpstart hilft Kindern dabei, mehr Sicherheit im Sprechen, Verstehen und Lesen zu gewinnen und Englisch ganz natürlich anzuwenden. Mit Spielen, Geschichten, Gesprächen, kreativen Übungen und gemeinschaftlichen Aktivitäten wird Englisch lebendig und mit Freude gelernt.

Der Unterricht ist kindgerecht und abwechslungsreich gestaltet und unterstützt die Kinder gleichzeitig dabei, sich gut auf den Wechsel in die Mittelschule oder ins Gymnasium vorzubereiten.

Mitzubringen: Schreibzeug, Mappe

Zielgruppe: Kinder der 3. und 4. Schulstufe

■ Herbst (904-H)

Termin: Mi, ab 23.9.2026, 17.30-18.30 Uhr
ANMELDUNG bis 16.9.2026

■ Frühjahr (904-F)

Termin: Mi, ab 10.2.2027, 17.30-18.30 Uhr
ANMELDUNG bis 3.2.2027

Ort: VHS

Beitrag: € 81,00 für 9 x 60 Min.



Jeunesse Junior **jeunesse**
musik.erleben

Info: 02982/2426 (W. A. Mozart Musikschule Horn)
<https://www.jeunesse.at>

Schwimmen für AnfängerInnen

Prof. Udo Karner

Erlernen der Grundlagen des Brustschwimmens. Sicheres Bewegen im Wasser. Baderegeln. Abnahme von altersgemäßen Schwimmabzeichen. Zielgruppe: Schüler/innen von 6 - 10 Jahren. Der Kursleiter ist staatlich geprüfter Turn- und Sportpädagoge.

■ Herbst (925-H) - Anfänger ohne Vorkennt.

Termin: Di, ab 3.11.2026, 14.30-16 Uhr

■ Herbst (926-H) - Anfänger mit Vorkennt.

Termin: Di, ab 3.11.2026, 16-17.30 Uhr

ANMELDUNG bis 26.10.2026

■ Frühjahr (925-F) - Anfänger ohne Vorkennt.

Termin: Di, ab 16.2.2027, 14.30-16 Uhr

■ Frühjahr (926-F) - Anfänger mit Vorkennt.

Termin: Di, ab 16.2.2027, 16-17.30 Uhr

ANMELDUNG bis 8.2.2027

Ort: Thayatalbad Raabs a.d. Thaya

Beitrag: € 169,00 für 5 x 90 Min. (inkl. Eintritt für KursteilnehmerIn und eine Begleitperson während des Kurses)



Schwimmen für Fortgeschrittene

Prof. Udo Karner

Erlernen verschiedener Techniken und Schwimmstile. Wettkampfschwimmen mit Start- und Wendetechniken. Abnahme von Schwimmabzeichen möglich.

Zielgruppe: Schüler/innen mit guten Schwimmkenntnissen von 8 - 15 Jahren

Der Kursleiter ist staatlich geprüfter Turn- und Sportpädagoge.

■ Herbst (927-H)

Termin: Di, ab 3.11.2026, 17.30-19 Uhr

ANMELDUNG bis 26.10.2026

■ Frühjahr (927-F)

Termin: Di, ab 16.2.2027, 17.30-19 Uhr

ANMELDUNG bis 8.2.2027

Ort: Thayatalbad Raabs a.d. Thaya

Beitrag: € 169,00 für 5 x 90 Min. (inkl. Eintritt für KursteilnehmerIn und eine Begleitperson während des Kurses)

Turnmäuse

Christina Hauer

Zusammen den Turnsaal erkunden, hüpfen, klettern, rollen, singen, drehen, schaukeln, balancieren, forschen, spüren, wahrnehmen, den Körper erleben, beobachten und Neues entdecken - in sich vertieft, mit der Begleitperson und neben, oder auch mit anderen Kindern.

Dieser Kurs soll den Kindern die Möglichkeit bieten, im sicheren, ruhigen Umfeld und gezielt für ihre Alters- und Entwicklungsstufe elementare Bewegungsformen zu vertiefen und weiterzuentwickeln. Die Begleitpersonen nehmen aktiv teil. Die Kursleiterin ist Motopädagogin, Sensorische Integrationspädagogin, Elementarpädagogin. Zielgruppe: 2 - 3 jährige Kinder mit einer Begleitperson (Elternteil, Großelternteil)

■ Herbst (933-H)

Termin: Mi, ab 23.9.2026, 15.30-16.30 Uhr

ANMELDUNG bis 16.9.2026

Beitrag: € 93,00 für 12 x 60 Min.

■ Frühjahr (933-F)

Termin: Mi, ab 10.2.2027, 15.30-16.30 Uhr

ANMELDUNG bis 3.2.2027

Beitrag: € 63,00 für 8 x 60 Min.

Ort: NMS Horn, Eingang Ferdinand Kurz-Gasse

Motopädagogik

Christina Hauer

Lauf- und Fangspiele, mit dem Rollbrett flitzen, Bewegungslandschaften zum Klettern, Schaukeln und Experimentieren, Bauen und kreativ sein mit Bällen, Seilen und ungewöhnlichen Materialien sowie vieles mehr warten auf euch nach dem Motto "Ich tue - ich kann - ich bin".

Ziel der Motopädagogik ist es u.a., Kinder über die Bewegung, die Wahrnehmung und das Spiel in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu stärken. Eine motopädagogische Einheit bietet daher möglichst viele Körper-, Material- und Sozialerfahrungen, denn diese bilden unter anderem die Voraussetzungen für die Entwicklung von Kompetenzen und das weitere Lernen.

Die Kursleiterin ist Motopädagogin, Sensorische Integrationspädagogin, Elementarpädagogin.

Zielgruppe: Kinder der 1. und 2. Schulstufe

■ Herbst (934-H)

Termin: Mi, ab 23.9.2026, 16.30-17.30 Uhr

ANMELDUNG bis 16.9.2026

■ Frühjahr (934-F)

Termin: Mi, ab 10.2.2027, 16.30-17.30 Uhr

ANMELDUNG bis 3.2.2027

Ort: NMS Horn, Eingang Ferdinand Kurz-Gasse

Beitrag: € 78,00 für 10 x 60 Min.

Judoklub der VHS Horn:

Kurse für Kinder

Franz Gundinger

Thomas Bauer

Kinder lernen Fairness, Verantwortung für Partner, Beweglichkeit, Koordination, Kondition, Abbau von Berührungsängsten. Im Judo werden keine Schläge und Tritte gelehrt. Unentgeltliches "Schnuppern" bei den ersten 2 Trainingseinheiten möglich.

Bitte Trainingsanzug mitnehmen.

Zielgruppe: Kinder ab der 1. Klasse Volksschule
Hr. Gundinger (Gr. Horn) ist Übungsleiter, 1. KYU
Hr. Bauer (Gr. Gars) ist Trainerassistent, 1. KYU

■ Herbst (971-H) - Gruppe Horn

Termin: Mi, ab 16.9.2026, 17-18 Uhr

Ort: HAK, Vereinseingang zw. GYM und HAK

■ Herbst (970-H) - Gruppe Gars am Kamp

Termin: Mo, ab 14.9.2026, 17-18 Uhr

Ort: Turnsaal der Volksschule Gars

ANMELDUNG beim Training bis 7.10.2026

Infos bei Fr Gradner unter 0664/4780843

Web: <https://judo.vhshorn.at>





Familieturnen

Christina Hauer
Sarina Sochurek

Dieser Kurs richtet sich an bewegungsfreudige (Groß-) Eltern, die zusammen mit ihren Kindern im Alter von 2,5 - 6 Jahren verschiedenste Turnabenteuer erleben möchten. Mit Bewegungslandschaften, Alltagsmaterialien, Turngeschichten, Musik und Spielen erproben und vertiefen die Kinder zusammen mit Ihren mitturnenden Begleitpersonen elementare Bewegungsformen wie Laufen, Hüpfen, Springen, Drehen, Klettern, Schaukeln, Balancieren, Koordination sowie die Körperwahrnehmung. Die Begleitpersonen nehmen aktiv teil. Bitte geben Sie bei der Anmeldung alle mitkommenden Kinder der Familie und deren Alter an! Zielgruppe: Kinder im Alter von 2,5 - 6 Jahren + (Groß-) Elternteil

Fr. Hauer ist Elementarpädagogin, Motopädagogin, Sensorische Integrationspädagogin, Kit-Fit-Fun-Kinderfitnesstrainerin.

Fr. Sochurek ist Übungsleiterin Eltern-Kind-Turnen und Kleinkindturnen, Bewegungspädagogin für Kinder i. A.

■ Herbst (935-H) - Gruppe A (Fr. Hauer)

Termin: Do, ab 24.9.2026, 15.45-17 Uhr

■ Herbst (936-H) - Gruppe B (Fr. Hauer)

Termin: Do, ab 24.9.2026, 17-18.15 Uhr

ANMELDUNG bis 17.9.2026

■ Herbst (937-H) - Gruppe C (Fr. Sochurek)

Termin: Sa, ab 19.9.2026, 9.10-10.25 Uhr

■ Herbst (938-H) - Gruppe D (Fr. Sochurek)

Termin: Sa, ab 19.9.2026, 10.30-11.45 Uhr

ANMELDUNG bis 12.9.2026

Beitrag: € 108,00 pro Familie für 12 x 75 Min.

■ Frühjahr (935-F) - Gruppe A (Fr. Hauer)

Termin: Do, ab 11.2.2027, 15.45-17 Uhr

■ Frühjahr (936-F) - Gruppe B (Fr. Hauer)

Termin: Do, ab 11.2.2027, 17-18.15 Uhr

ANMELDUNG bis 4.2.2027

■ Frühjahr (937-F) - Gruppe C (Fr. Sochurek)

Termin: Sa, ab 13.2.2027, 9.10-10.25 Uhr

■ Frühjahr (938-F) - Gruppe D (Fr. Sochurek)

Termin: Sa, ab 13.2.2027, 10.30-11.45 Uhr

ANMELDUNG bis 4.2.2027

Beitrag: € 73,00 pro Familie für 8 x 75 Min.

Ort: NMS Horn, Eingang Ferdinand Kurz-Gasse

Sprachkurse: Information

Die Kursbezeichnungen und Beschreibungen werden an den Volkshochschulen nach europäischen Standards ausgewiesen: Sie entsprechen den Definitionen des Sprachniveaus aus dem „Europäischen Referenzrahmen“. Die Kennzeichnung „+“ bedeutet, dass in diesem Kurs schon Teilziele aus den Kategorien erreicht wurden. Neben einer transparenten Strukturierung unseres Sprachenangebotes ist dadurch eine international standardisierte Vergleichbarkeit ermöglicht.

Bei Besuch eines Sprachkurses an der VHS Horn (alle Englisch-, Russisch- und EU-Ostsprachenkurse bis zum Niveau A2, Deutsch als Fremdsprache ohne Niveaueinschränkung sowie Alphabetisierungskurse) unterstützt die AKNÖ ihre Mitglieder in Form des AKBildungsbonus. Für Rückfragen steht Ihnen das AKNÖ-Bildungsbonusteam unter der Service-Hotline 05 7171-29000 zur Verfügung.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Anmeldung: Die verbindliche Anmeldung muss spätestens bis zum angekündigten Anmeldeschluss schriftlich, per Internetanmeldung oder per E-Mail erfolgen. Die VHS Horn (im folgenden „VHS“ genannt) meldet sich bei Ihnen vor Kursbeginn NUR bei Änderungen. Der Vertragspartner verpflichtet sich mit der Anmeldung, den Kursbeitrag in einem Zeitraum von 14 Werktagen nach Erhalt des Zahlscheins ohne Abzug zu begleichen. Bei Überschreiten des Zahlungszieles werden Verzugszinsen von 12% p.a. verrechnet. Berechtigt zur Buchung sind Personen ab Vollendung des 14. Lebensjahrs. Sofern diese noch nicht volljährig sind, ist die schriftliche Zustimmung der gesetzlichen VertreterInnen vorzulegen.

Stornierung: Ist nur gültig, wenn diese bis Anmeldeschluss schriftlich oder per E-Mail der VHS bekannt gegeben wird. Danach kann nur eine Ersatzperson genannt werden, oder es ist der volle Beitrag zu leisten. Der Wechsel der Kursleiter/in oder des Kursortes ergibt keinen Anspruch auf Rückzahlung. Eine Aliquotierung des Kursbeitrages ist grundsätzlich nicht möglich.

Teilnehmerzahl: Wird die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, kann der Kurs bei Einverständnis der Kursteilnehmer/innen und der/s Kursleiter/in/s gekürzt geführt werden. Wenn die Kursteilnehmer/innen zu einer Aufzahlung bereit sind, kann der Kurs ungekürzt stattfinden. Bei zu geringer Teilnehmerzahl vor Kursbeginn behält sich die VHS vor, den Kurs bis zum Tag des Kursbeginns abzusagen.



Bildungsbonus: Die AK Niederösterreich fördert Kurse, die in diesem Kursprogramm mit einem Logo der AK gekennzeichnet sind, mit 50 % der Kurskosten bis 150 € bzw. bei EDV-Kursen 100 % der Kurskosten bis 220 €. Für gewisse Personengruppen gibt es höhere Fördersätze. Details entnehmen Sie bitte der Homepage der AK Niederösterreich noe.arbeiterkammer.at/bildungsbonus, oder wenden Sie sich an die Service-Hotline 05 7171-29000.

Ermäßigungen: Bei Teilnahme von mindestens 2 Familienmitgliedern bei Kinderkursen verringert sich der im Programm angegebene Kursbeitrag ab der 2. Person um 10 %. Seit 1.1.2005 gibt es die NÖ Bildungsförderung. Informationen unter Tel. 02262/9025-11225. Rückguten Sie sich auch bei den zuständigen Stellen (Betrieb, Arbeitsmarktservice, Land NÖ, Gewerkschaft u. ä.) über Zuschüsse und Rückvergütungen von Kursgebühren!

Haftung: Die VHS Horn hat alle in Publikationen und Internetseiten bereitgestellten Informationen nach bestem Wissen und Gewissen erstellt. Es wird jedoch keine Haftung für die Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit der bereit gestellten Informationen übernommen, soweit der VHS Horn nicht Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit angelastet werden kann. Die Volkshochschule Horn haftet nicht für den Verlust von Kleidungsstücken, Wertgegenständen, Fahrrädern und Unterrichtsbehelfen. Die Teilnahme an Exkursionen und Führungen erfolgt auf eigene Gefahr. In diesen Haftungsausschluss sind auch die Kursleiter/innen einbezogen. Im Übrigen ist jede Haftung der VHS Horn ausgeschlossen, die über die zwingenden Bestimmungen des gesetzlichen Schadenersatzrechts hinausgeht.

Schadenersatz: Inventar, Räumlichkeiten, Medien und Geräte der VHS Horn sind schonend zu verwenden bzw. zwischen zu behandeln. Die/Der KursteilnehmerIn hat für Beschädigungen Schadenersatz zu leisten.

Datenschutz: Jede Kursbuchung ist ein Vertragsabschluss. Mit ihr stimmen die TeilnehmerInnen den AGB zu und erteilen die datenschutzrechtliche Zustimmung zur elektronischen Erfassung und Verarbeitung der Angaben zur Person für alle zum Betrieb von der VHS gehörenden erforderlichen Vorgänge. Die VHS behandelt sämtliche persönlichen Angaben der TeilnehmerInnen vertraulich. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Mit der Übermittlung der Daten willigen die TeilnehmerInnen ein, dass personenbezogene Daten (Anrede, Vor- u. Zuname, Adresse, Telefonnummer, E-Mail, Geb. Datum), die elektronisch, telefonisch, mündlich, per Fax oder schriftlich übermittelt werden, gespeichert und für die jeweilige Buchung und die Übermittlung von Informationen verwendet werden dürfen.

Sollten sich die persönlichen Daten der TeilnehmerInnen geändert haben oder diese keine weiteren Informationen von der VHS erhalten wollen, kann dies per E-Mail an office@vhs-horn.at, per Fax an 02982-20 227 - 15 oder telefonisch unter 02982 - 20 227 bekannt gegeben werden. Die Löschung personenbezogener Daten wird durchgeführt, wenn diesem Anspruch keine gesetzliche Aufbewahrungspflicht entgegensteht.

Persönliche Daten der TeilnehmerInnen werden nur in dem für die VHS unbedingt erforderlichen Umfang verarbeitet. Die TeilnehmerInnen erteilen ihre ausdrückliche Zustimmung für die Weiterleitung von Daten an Dritte (Förderstellen), sofern dies aufgrund von ihnen in Anspruch genommenen Förderungen erforderlich ist.

Gerichtsstand: Für allfällige Streitigkeiten aus diesen AGB gilt der Gerichtsstand Horn als vereinbart.

Bürozeiten: Mo-Fr, 8 bis 12 Uhr

Gesamtleitung: Mag. Roland Surböck, Büroorganisation: Maria Hofmann

Kursfreie Tage: 26.10., Herbstferien: 27. bis 31.10., 8.12., Weihnachtsferien: 24.12.2026 bis 6.1.2027, Semesterferien: 30.1. bis 7.2., Osterferien: 20.3. bis 29.3., 6.5., 17.5., 27.5. Sondervereinbarungen laut Programm oder nach Absprache mit der/m Kursleiter/in möglich.

Kursorte: VHS = Haus der Volkshochschule und Musikschule Horn, Rathausplatz 1; NMS Horn = NÖ Mittelschule Horn, Robert Hamerling-Straße 1; GYM = Gymnasium Horn, Puechhaimgasse 21, Eingang zwischen HAK und GYM in der Gartengasse 1; HAK = Handelsakademie Horn, Gartengasse 1, Eingang zwischen HAK und Gym; Vereinshaus Horn, Robert-Hamerling-Straße 9; Seedeck Restaurant Horn, Stadtseepromenade 1; Thayatalbad Raabs, Hauptstr. 2a, 3820 Raabs/Thaya;

Impressum und Medieninhaber: VHS der Stadtgemeinde Horn, 3580 Horn, Rathausplatz 1, T: 02982/20227, Mail: office@vhs-horn.at.

Bildnachweis (Seite): DI Reinhard Litschauer (Cover), David Iliff CC-BY-SA 3.0 (3), FreePik (5, 6, 11, 12, 14, 15, 16), Juan Martinez (7), Petar Milošević (8), Stefan Krause(9), Jorge Royan (9), Charlotte Wiegele (10), Maddi Bazzocco (13), Sarina Sochurek (17)

Druck: Ferdinand Berger & Söhne Ges.m.b.H., 3580 Horn, Wiener Straße 80, Tel.: 02982/4161



VOLKSBANK

Gutes zieht Kreise.

95%
rein regionale
Finanzierungen

WERBUNG

volksbank.at



50 Euro*
für Ihre
Weiterempfehlung

SPARKASSE
Horn-Ravelsbach-Kirchberg

Empfehlen Sie uns weiter! Es lohnt sich!

Sie sind zufriedene Kund:in der Sparkasse Horn-Ravelsbach-Kirchberg AG und möchten uns weiterempfehlen? Oder werden Sie manchmal von Freund:innen, Bekannten oder Verwandten gefragt, ob Sie eine gute Betreuer:in in Geldfragen kennen? Bitte denken Sie in diesen Momenten an uns.

*Gutscheine im Wert von 50 Euro von Pluxee oder OMV, Aktion gültig bis 31.12.2026

#glaubandich



**DRUCKEREI
BERGER**
Die individuelle Druckerei

Ihr Partner für Qualität, die überzeugt. Damit's was Print.

Vertrauen Sie auf eine Druckerei, die Ihre Anforderungen versteht. Wir kombinieren exzellente Technik mit persönlichem Service, um Ihre Ideen perfekt umzusetzen. Qualität, Verlässlichkeit und Nähe - das ist unser Anspruch, damit Sie überzeugen.

Peter Berger
Ihr Peter Berger

Pre-Press | Digitaldruck | Bogenoffsetdruck | Rollenoffsetdruck | Industrielle Endfertigung | Verlag

Zentrale Horn
+43 2982 4161-0

Büro Wien
+43 1 313 95-0

Vertretungen in allen
Bundesländern

www.berger.at



Leo

Das
wahr-
scheinlich
beste Eis
gibt's nur
im Leo!!!

meinleo.com



Nächster Start: Oktober 2026

• Die Horner Berufsreifeprüfung nach dem Lehrplan der Handelsakademie ist eine Kooperation zwischen der VHS und der HAK Horn!

www.vhshorn.at/berufsreife

Anmeldekarte Volkshochschule Horn

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Kurse an

Vorname, Zuname

Kurs-Nr., Kurs

Straße

Kurs-Nr., Kurs

PLZ, Ort

Kurs-Nr., Kurs

E-Mail

☐ Allgemeine Geschäftsbedingungen ☐ Datenschutzerklärung

Telefonnummer

Datum, Unterschrift

- Stornobedingungen: Stornierung bis Anmeldeschluss gratis möglich, danach kann nur eine Ersatzperson genannt werden, oder es ist der volle Beitrag zu leisten. Details siehe Allgemeine Geschäftsbedingungen
- Hinweis: Keine Schnupperstunden möglich.
- Die VHS Horn meldet sich bei Ihnen vor Kursbeginn nur bei Änderungen oder im Fall der Kursabsage.
- Bitte Telefonnummer oder Mailadresse angeben, damit die VHS Sie über eventuelle Terminverschiebungen verständigen kann.
- Zur Bezahlung der Kursgebühr erhalten Sie einen Zahlschein am ersten Kurstag.

Diese Anmeldekarte bitte senden an:

Volkshochschule Horn, Rathausplatz 1, 3580 Horn,

Tel.: 02982/20 227, E-Mail: office@vhshorn.at, Web: www.vhshorn.at