

Das neue VHS
Programm-Heft in
einfacher Sprache ist
bald da!

Im September starten
tolle neue Kurse!

Es ist was für dich
dabei?

Melde dich bei Isabell
Suckrau!



vhs Volkshochschule
Hofer Land

OHL
Offene Höfen der Lebenshilfe Hof

**Bildung und
Inklusion**

**Herbst/
Winter
2026/2027**

**Programm
in einfacher
Sprache**

Auswahl von Kursen
der Volks-Hoch-Schule
Hofer Land

Kurse im September 2026

Autogenes Training



Gesundheit



Kurs-Nummer
31BS501301

3 Termine mittwochs,
ab 30. September 2026

von 18.45 Uhr bis 19.45 Uhr

Angelika Rudolph

20 € ermäßigt: 15 €

Turn-Halle der Volks-Schule,
Kellermann-Straße 2,
95138 Bad Steben

Bal-Folk-Offener Tanz-Treff



Gesundheit



Kurs-Nummer
31AH503151

6 Termine donnerstags,
ab 24. September 2026

ab 19 Uhr bis 20.30 Uhr

Bal-Folk Initiative Hof

10 € pro Abend oder
60 € für alle Kurs-Termine

Traditionen und Bräuche



Gesellschaft



Kurs-Nummer
31SW101101

Dienstag, 29. September 2026

ab 19 Uhr

Philipp-Wolfrum-Haus,
Marktplatz 17, 95131 Schwarzenbach/W.

Dieter Pfefferkorn

kostenlos

Energy Dance „Raus aus dem Kopf-rein in den Körper“



Gesundheit



Kurs-Nummer
31HE502301

2 Termine mittwochs,
ab 30. September 2026

von 20 Uhr bis 21 Uhr

Gisela Eckardt

12 €

Grundschule Helmbrechts, Aula,
Eingang über Ottengrüne-Straße.
Bitte klingeln!

Gitarre spielend lernen



Kultur



Kurs-Nummer
31OB601101

6 Termine dienstags,
ab 22. September 2026

von 19.45 Uhr bis 20.45 Uhr

Bürgerhaus,
Bahnhofstraße 2, 95145 Oberkotzau

Wolfgang Schroeder-Aßmann

35 € ermäßigt: 26,25 €

Eigene Gitarre, falls vorhanden

Kurse im September 2026

Gesundheit



Kurs-Nummer
31NA503141

Line-Dance



10 Termine dienstags,
ab 29. September 2026

von 18.30 Uhr bis 20 Uhr

Cornelia Resch

69 € ermäßigt: 51,75 €

Forum Naila,
Bachstraße 1,
95119 Naila

Bitte mitbringen: Schuhe mit glatter
Sohle, auch Absatz-Schuhe sind ok

Gesundheit



Kurs-Nummer
31MU502104

Pilates für Anfänger



10 Termine dienstags,
ab 22. September 2026

ab 19 Uhr bis 20.15 Uhr

Sarah Walter

60 € ermäßigt: 45 €

Lutherschule,
Kirchplatz 7,
95213 Münchberg

Bitte mitbringen: Warme Socken,
bequeme Kleidung, Gymnastik-Matte, Decke

Gesundheit



Kurs-Nummer
31AH507141

Ab in die Pilze: Pilz-Tag



Samstag, 26. September 2026

von 10 Uhr bis 16 Uhr

Oliver Frank

45 € ermäßigt: 33,75 €

VHS,
Ludwigstraße 7

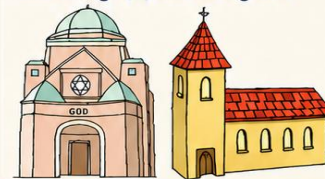
Sie brauchen keine Vorkenntnisse.

Spezial



Kurs-Nummer
31AA929135

Wie klingt (d)eine Religion?



Dienstag, 29. September 2026

von 18 Uhr bis 20.30 Uhr

Milica Zivkovic

kostenlos

VHS,
Ludwigstraße 7

Gesellschaft



Kurs-Nummer
31AH108121

Praktische Astronomie: Sonnen-Beobachtung



Samstag, 12. September 2026

ab 13.30 Uhr

Astro-Team

kostenlos

Sternwarte Hof,
Egerländerweg 25

Für die Beobachtung werden besondere
Geräte verwendet. Diese Geräte schützen
Ihre Augen.