

## POLITIK, GESELLSCHAFT UND UMWELT

<b>„Essbarer Weihnachtsbaum - Workshop“</b> (OFTG10900) Fr., 09.01.26   15:30-17:45 Uhr   1 Termin   28,20 €	<b>Psychologie für jedermann - Grundlagen</b> (OFTG10601/03) Mi., 14.01. o. 29.04.26   17:30-19:00 Uhr   6 Termine   54,00 €
<b>Ind. Farb- &amp; Typberatung oder Stilberatung</b> (OFTG10631/32) Sa., 17.01.26   11:00 o. 13:30 Uhr   1 Termin   97,50 €	<b>Imkerlehrgang für Neueinsteiger und Anfänger</b> (OFTG10401) Sa., 24.01.26   09:00-14:00 Uhr   4 Termine   104,40 €
<b>Sich richtig bewerben und erfolgreich vorstellen</b> (OFTG10661) Mi., 28.01.26   09:00-14:30 Uhr   1 Termin   119,00 €	<b>Haselkätzchen - Kräuterwanderung mit Workshop</b> (OFTG10901) Fr., 30.01.26   15:30-17:45 Uhr   1 Termin   28,20 €
<b>Märchen - Träume - Innere Bilder</b> (OFTG10602) Mi., 11.03.26   17:30-19:00 Uhr   6 Termine   54,00 €	<b>„Knospen - das Superfood“ - Kräuterwanderung</b> (OFTG10902) Fr., 20.03.26   16:15-17:45 Uhr   1 Termin   17,50 €
<b>„Frühjahrskur mit Heilkräutern“- Kräuterwanderung</b> (OFTG10903) Fr., 17.04.26   16:15-17:45 Uhr   1 Termin   17,50 €	<b>Zeitmanagement</b> (OFTG10662) Fr., 24.04.26   09:00-14:30 Uhr   1 Termin   119,00 €
<b>Kräuterwanderung – Wildkräuter</b> (OFTG10904) Fr., 08.05.26   16:15-17:45 Uhr   1 Termin   17,50 €	<b>Waldbaden - Das Erlebnis für die gesamte Familie</b> (OFTG30148) Sa., 09.05.26   10:30-12:45 Uhr   1 Termin   17,20 €
<b>Waldbaden - Der Wald &amp; Du. Zeit für Entspannung</b> (OFTG30149) Sa., 09.05.26   14:00-16:15 Uhr   1 Termin   17,20 €	<b>Ind. Farb- &amp; Typberatung oder Stilberatung</b> (OFTG10633/34/35) Sa., 20.06.26   08:30 o. 11:00 o. 13:30 Uhr   1 Termin   97,50 €

## COMPUTER UND BERUF

<b>Computer Aufbaukurs</b> (OFTG50104) Mi., 07.01.26   17:00-19:15 Uhr   5 Termine   82,50 €	<b>Computer Einsteigerkurs</b> (OFTG50102) Do., 15.01.26   18:30-20:45 Uhr   7 Termine   129,29 €
<b>Computer Einsteigerkurs</b> (OFTG50101) Mo., 19.01.26   09:15-11:30 Uhr   7 Termine   129,29 €	<b>Excel - Grundlagen</b> (OFTG50105) Di., 27.01.26   18:30-20:45 Uhr   7 Termine   129,37 €
<b>Einsteigerkurs für Smartphone &amp; Tablet (Android)</b> (OFTG50131/34/32) Di., 27.01. o. 24.02. o. 31.03.26   13:30-16:30 Uhr   1 Termin   22,00 €	<b>Ich &amp; mein Smartphone/Tablet - Einzelschulung</b> (OFTG50141/42/43) Di., 27.01. o. 24.02. o. 31.03.26   17:00-17:45 Uhr   1 Termin   36,00 €
<b>ewefotobuch - Vom Digitalbild zum Fotobuch</b> (OFTG50107) Di., 17.03.26   13:30-15:45 Uhr   3 Termine   49,50 €	<b>Onlinebanking (am Beispiel der Sparkasse Leipzig)</b> (OFTG50137) Mi., 18.03.26   10:00-11:30 Uhr   1 Termin   kostenfrei
<b>Computer Aufbaukurs</b> (OFTG50103) Do., 19.03.26   18:30-20:45 Uhr   5 Termine   82,50 €	<b>Excel - Aufbaukurs</b> (OFTG50106) Di., 31.03.26   18:30-20:45 Uhr   7 Termine   129,37 €

### Volkshochschule Nordsachsen

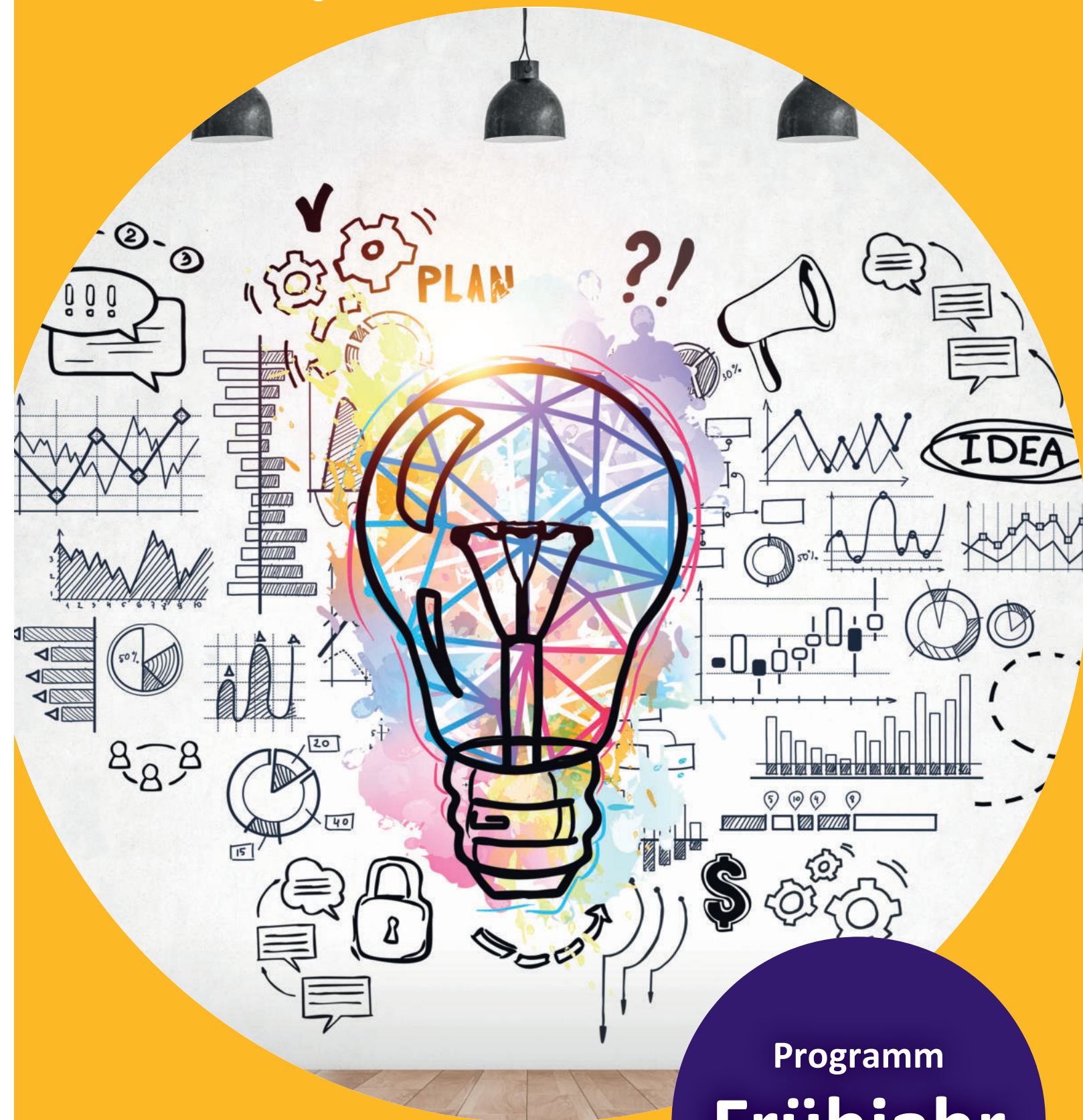
Puschkinstr. 3  
04680 Torgau  
Tel.: 03421 / 758 - 7221  
E-Mail: [torgau@vhs-nordsachsen.de](mailto:torgau@vhs-nordsachsen.de)

### Öffnungszeiten:

Dienstag 09:00 - 12:00 Uhr | 13:00 - 18:00 Uhr  
Donnerstag 09:00 - 12:00 Uhr | 13:00 - 18:00 Uhr  
(in den Ferien bis 16:00 Uhr)

### Unsere Geschäftsstellen:

<b>Eilenburg</b> Dr.-Külz-Ring 9 04838 Eilenburg Tel.: 03421 / 758- 7211	<b>Delitzsch</b> Wittenberger Str. 1 04509 Delitzsch Tel.: 03421 / 758- 7232	<b>Schkeuditz</b> Amtsgasse 11 04435 Schkeuditz Tel.: 03421 / 758- 7251	<b>Taucha</b> Dewitzer Str. 33/35 04425 Taucha Tel.: 03421 / 758- 7261	<b>Oschatz</b> Am Zeugamt 3 04758 Oschatz Tel.: 03421 / 758- 7241
---	---	--	---	--



Programm  
**Frühjahr**  
2026

*Gemeinsam lernen, gemeinsam wachsen -  
deine Reise beginnt bei uns!*




GESUNDHEIT		●	krankenkassengefördert
<b>Fit mit dem Pezziball</b> (OFTG30204) Mo., 05.01.26   19:00-20:00 Uhr   12 Termine   68,80 €	<b>Hatha Yoga „Einatmen, ausatmen, lächeln“</b> (OFTG30123) Mi., 07.01.26   20:15-21:45 Uhr   15 Termine   129,00 €		
<b>Intelligentes med. QiGong - Schnuppertermin</b> (OFTG30143) Do., 08.01.26   16:45-17:45 Uhr   1 Termin   6,30 €	<b>Latino-Dance-Aerobic</b> (OFTG30205) Do., 08.01.26   18:15-19:15 Uhr   12 Termine   68,80 €		
<b>Hatha Yoga für Einsteiger</b> (OFTG30111) ● Mo., 12.01.26   13:45-15:15 Uhr   12 Termine   120,00 €	<b>Hatha Yoga für Anfängerinnen</b> (OFTG30106/12/15) ● Di., 13.01.26   12:45 o. 16:15 o. 18:00 Uhr   8 Termine   80,00 €		
<b>Kräftigende Beckenbodengymnastik für Frauen</b> (OFTG30251/52) ● Di., 13.01. o. 14.04.26   19:45-20:45 Uhr   12 Termine   80,00 €	<b>Progressive Muskelentspannung</b> (OFTG30102) ● Mi., 14.01.26   19:15-20:45 Uhr   10 Termine   100,00 €		
<b>Ayur-Yoga</b> (OFTG30119) Mi., 14.01.26   19:15-20:45 Uhr   10 Termine   86,00 €	<b>Taijiquan für Einsteiger</b> (OFTG30145) Mi., 14.01.26   17:30-19:00 Uhr   10 Termine   86,00 €		
<b>Qigong für Einsteiger</b> (OFTG30141/42) ● Do., 15.01.26   18:15 o. 19:30 Uhr   12 Termine   80,00 €	<b>Zhineng QiGong - Intelligentes med. QiGong</b> (OFTG30144) Do., 15.01.26   16:45-17:45 Uhr   15 Termine   86,00 €		
<b>Hatha Yoga für Einsteiger</b> (OFTG30109) ● Mo., 26.01.26   12:15-13:45 Uhr   10 Termine   100,00 €	<b>Kräftigende Beckenbodengymnastik für Frauen</b> (OFTG30250) ● Mi., 28.01.26   16:45-17:45 Uhr   12 Termine   80,00 €		
<b>Rückenfit (mit Pilates- und Yogaelementen)</b> (OFTG30257) Mi., 28.01.26   17:45-18:45 Uhr   12 Termine   80,00 €	<b>Entspannungstechniken/Stressbewältigung</b> (OFTG30150) Di., 03.02.26   09:00-14:30 Uhr   1 Termin   119,00 €		
<b>Wassergymnastik</b> (OFTG30218/19) Mo., 09.02.26   14:45 o. 15:30 Uhr   12 Termine   78,00 €	<b>Hatha Yoga für Anfängerinnen</b> (OFTG30107/13/16) Di., 10.03.26   12:45 o. 16:15 o. 18:00 Uhr   8 Termine   80,00 €		
<b>Selbstverteidigung für Frauen</b> (OFTG30291) Sa., 21.03.26   09:00-12:00 Uhr   2 Termine   69,00 €	<b>Yoga und TaiChi</b> (OFTG30147) Fr., 10.04.26   12:30-14:00 Uhr   4 Termine   34,40 €		
<b>Kräftigende Aqua-Gymnastik</b> (OFTG30216/17) ● Di., 14.04.26   17:45 o. 18:45 Uhr   12 Termine   90,00 €	<b>Wassergymnastik</b> (OFTG30238/40) Di., 14.04.26   16:00 o. 16:45 Uhr   12 Termine   78,00 €		
<b>Autogenes Training</b> (OFTG30101) ● Mi., 15.04.26   19:15-20:45 Uhr   8 Termine   80,00 €	<b>Taijiquan für Einsteiger</b> (OFTG30146) Mi., 15.04.26   17:30-19:00 Uhr   10 Termine   86,00 €		

KULTUR UND GESTALTEN	
<b>Nähen lernen von A-Z</b> (OFTG20911) Mi., 07.01.26   18:00-20:15 Uhr   6 Termine   63,00 €	<b>Schmuckdesign - Eigene Schmuckstücke gestalten</b> (OFTG21002/03) Mi., 07.01. o. 04.02.26   18:15-20:30 Uhr   2 Termine   41,00 €
<b>Tanzen OHNE Partner - Schnuppertermin</b> (OFTG20505) Do., 08.01.26   15:30-16:30 Uhr   1 Termin   6,10 €	<b>Gitarre spielen (ohne Noten)</b> (OFTG21307/08) Di., 13.01.26   17:00 o. 18:00 Uhr   12 Termine   42,00 €
<b>Einstieg in die Ölmalerei</b> (OFTG20702) Mi., 14.01.26   18:00-19:30 Uhr   6 Termine   62,00 €	<b>Tanzen OHNE Partner</b> (OFTG20506) Do., 15.01.26   15:30-16:30 Uhr   15 Termine   80,00 €
<b>Orientalischer Tanz/Bauchtanz</b> (OFTG20522) Mo., 19.01.26   18:00-19:30 Uhr   10 Termine   80,00 €	<b>Line-Dance für Anfänger</b> (OFTG20501) Di., 20.01.26   15:45-16:45 Uhr   12 Termine   64,00 €
<b>Line-Dance Aufbaukurs</b> (OFTG20502) Di., 20.01.26   16:45-17:45 Uhr   15 Termine   80,00 €	<b>Raus aus dem Korsett - Rein in die Lebendigkeit</b> (OFTG20507) Fr., 30.01.26   17:00-19:15 Uhr   1 Termin   13,80 €
<b>Weidengeflecht hält Frühjahrsblüher</b> (OFTG21001) Di., 03.02.26   18:00-21:00 Uhr   1 Termin   65,00 €	<b>Torten dekorieren für Einsteiger (Motto: Valentinstag)</b> (OFTG30501) Sa., 07.02.26   09:00-13:30 Uhr   1 Termin   69,50 €
<b>Dudelsack spielen - Schnupperkurs für Anfänger</b> (OFTG20800) Sa., 07.02.26   09:30-16:30 Uhr   2 Termine   99,00 €	<b>Gitarre spielen (ohne Noten) - Aufbaukurs I &amp; II</b> (OFTG21309/11) Mo., 23.02.26   17:00 o. 18:00 Uhr   12 Termine   42,00 €
<b>Figuren häkeln leicht gemacht</b> (OFTG21004) Di., 24.02.26   18:15-20:15 Uhr   6 Termine   76,00 €	<b>Klöppeln - das ist Spitze!</b> (OFTG21005) Mo., 02.03.26   15:15-17:30 Uhr   5 Termine   52,50 €
<b>Heilsames Intuitives Malen (nach Ulrike Hirsch)</b> (OFTG20704) Di., 03.03.26   18:00-19:30 Uhr   6 Termine   42,00 €	<b>Nähen lernen von A-Z</b> (OFTG20912) Mi., 04.03.26   18:00-20:15 Uhr   6 Termine   63,00 €

<b>Kulturgut Bier - Biervielfalt erleben</b> (OFTG21401) Fr., 13.03.26   18:00-21:00 Uhr   1 Termin   29,00 €	<b>Torten dekorieren für Einsteiger (Motto: Ostern)</b> (OFTG30502) Sa., 14.03.26   09:00-13:30 Uhr   1 Termin   69,50 €
<b>Percussion-Workshop: Westafrikanische Rhythmen</b> (OFTG21304) Sa., 14.03.26   12:00-17:00 Uhr   1 Termin   49,90 €	<b>Einführung in den historischen Tanz</b> (OFTG21301) Sa., 21.03.26   09:00-12:00 Uhr   1 Termin   16,00 €
<b>Landschaftsmalerei im Frühling</b> (OFTG20706) Mi., 15.04.26   17:00-18:30 Uhr   6 Termine   62,00 €	<b>Workshop Fluid Acrylic Painting</b> (OFTG20703) Fr., 24.04.26   17:30-20:30 Uhr   1 Termin   58,20 €

SPRACHEN	
<b>Arabische Schrift lernen</b> (OFTG40102) Fr., 09.01.26   17:00-18:00 Uhr   12 Termine   48,00 €	<b>Englisch Grundkurs A1.4</b> (OFTG40611) Fr., 16.01.26   16:00-17:30 Uhr   15 Termine   105,00 €
<b>Englisch für Anfänger</b> (OFTG40600) Mi., 28.01.26   16:30-18:00 Uhr   10 Termine   70,00 €	<b>Englisch A2 vacation &amp; conversation</b> (OFTG40608) Mi., 04.02.26   18:00-19:30 Uhr   17 Termine   136,00 €
<b>Englisch für Anfänger</b> (OFTG40602) Mo., 23.02.26   17:45-19:15 Uhr   12 Termine   84,00 €	<b>Polnisch A1 Einsteigerkurs</b> (OFTG41700) Mo., 23.02.26   16:15-17:45 Uhr   12 Termine   84,00 €
<b>Russisch für Einsteiger</b> (OFTG41900) Mo., 23.02.26   16:00-17:30 Uhr   10 Termine   70,00 €	<b>Arabisch A1</b> (OFTG40101) Mi., 25.02.26   18:00-19:30 Uhr   12 Termine   84,00 €
<b>Französisch A1.2</b> (OFTG40801) Mi., 25.02.26   16:30-18:00 Uhr   12 Termine   84,00 €	<b>Englisch für die Reise</b> (OFTG40603) Do., 26.02.26   17:45-19:15 Uhr   12 Termine   84,00 €
<b>Deutsche Gebärdensprache für Hörende (DGS I)</b> (OFTG42801) Fr., 27.02.26   17:00-19:15 Uhr   10 Termine   270,00 €	<b>Englisch für Anfänger (A1.2)</b> (OFTG40601) Mo., 02.03.26   16:15-17:45 Uhr   12 Termine   84,00 €
<b>Englisch Aufbaukurs A2</b> (OFTG40607) Mo., 02.03.26   18:00-19:30 Uhr   12 Termine   84,00 €	<b>Spanisch Grundkurs A1.2</b> (OFTG42202) Di., 03.03.26   16:30-18:00 Uhr   12 Termine   81,60 €
<b>Englisch B2 vacation &amp; conversation</b> (OFTG40609) Mo., 09.03.26   17:30-19:00 Uhr   13 Termine   104,00 €	<b>Englisch für Senioren (Wiedereinstieg)</b> (OFTG40610) Mi., 11.03.26   15:15-16:45 Uhr   12 Termine   84,00 €

JUNGE VHS & ELTERN	
<b>Turnen für Kids (3 - 4 Jahre)</b> (OFTG30261) Do., 08.01.26   16:15-17:00 Uhr   8 Termine   24,00 €	<b>Turnen für Kids (5 - 6 Jahre)</b> (OFTG30262) Do., 08.01.26   17:00-17:45 Uhr   8 Termine   24,00 €
<b>Kleinkindschwimmen (1 - 3 Jahre)</b> (OFTG30282) Do., 08.01.26   15:15-16:00 Uhr   8 Termine   82,90 €	<b>Mama-Baby-Yoga</b> (OFTG30241/42) Di., 13.01. o. 10.03.26   10:30-12:00 Uhr   8 Termine   96,00 €
<b>Hatha Yoga für Schwangere</b> (OFTG30103/04) ● Di., 13.01. o. 10.03.26   14:30-16:00 Uhr   8 Termine   80,00 €	<b>Turnen für Kids (3 - 4 Jahre)</b> (OFTG30266) Mi., 14.01.26   15:30-16:15 Uhr   12 Termine   36,00 €
<b>Kindertanz ab 4 Jahren</b> (OFTG20510) Fr., 23.01.26   15:30-16:15 Uhr   12 Termine   36,00 €	<b>Kindertanz ab 5 Jahren</b> (OFTG20511) Fr., 23.01.26   16:15-17:00 Uhr   12 Termine   36,00 €
<b>Kindertanz ab 8 Jahren</b> (OFTG20512) Fr., 23.01.26   17:00-17:45 Uhr   12 Termine   36,00 €	<b>Wassergewöhnungskurs (3 - 6 Jahre)</b> (OFTG30263/64) Do., 05.03.26   15:00 o. 15:30 Uhr   9 Termine   29,10 €
<b>Selbstverteidigung für Kinder - Workshop</b> (OFTG30268) Fr., 10.04.26   09:00-12:00 Uhr   1 Termin   5,00 €	<b>Mathematik Abiturniveau (Grund- &amp; Leistungskurs)</b> (OFTG70201/02) Mo, 16.02.26   08:00 o. 11:00 Uhr   5 Termine   62,00 €



Entdecken Sie auch unsere große Auswahl an Online-Kursen.

Flexibel, vielfältig, überall.

