

| KULTUR UND GESTALTEN                                                                                                         |                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Einführung in den historischen Tanz</b> (OHTG21303)<br>So., 23.08.26   14:00-17:00 Uhr   1 Termin   16,00 €               | <b>Ladydance - Tanzen OHNE Partner - Schnuppertermin</b> (OHTG20505)<br>Do., 27.08.26   15:30-16:30 Uhr   1 Termin   kostenfrei |
| <b>Line-Dance Aufbaukurs</b> (OHTG20502)<br>Di., 01.09.26   16:45-17:45 Uhr   15 Termine   80,00 €                           | <b>Schmuckdesign</b> (OHTG21003/05/06/08)<br>Mi., 02./23.09./07./21.10.26   18:15-20:30 Uhr   1 Termin   28,50 €                |
| <b>Ladydance - Tanzen OHNE Partner</b> (OHTG20506)<br>Do., 03.09.26   15:30-16:30 Uhr   12 Termine   64,00 €                 | <b>Gitarre spielen (ohne Noten) - Aufbaukurs I</b> (OHTG21309)<br>Mo., 07.09.26   17:00-17:45 Uhr   10 Termine   35,00 €        |
| <b>Gitarre spielen (ohne Noten)</b> (OHTG21307/08)<br>Di., 08.09.26   17:00 o. 18:00 Uhr   10 Termine   35,00 €              | <b>Schmuckdesign</b> (OHTG21004/07)<br>Mi., 09.09. o. 14.10.26   18:15-20:30 Uhr   1 Termin   40,50 €                           |
| <b>Klöppeln - das ist Spitze!</b> (OHTG21010)<br>Mo., 14.09.26   15:30-17:45 Uhr   5 Termine   52,50 €                       | <b>Orientalischer Tanz/Bauchtanz</b> (OHTG20521)<br>Mo., 14.09.26   18:00-19:30 Uhr   12 Termine   96,00 €                      |
| <b>Pastellstudien in der Natur (am Großen Teich)</b> (OHTG20705)<br>Mi., 16.09.26   17:00-18:30 Uhr   5 Termine   50,00 €    | <b>Fotografie leicht gemacht - für Einsteiger</b> (OHTG21101)<br>Do., 17.09.26   18:00-20:15 Uhr   4 Termine   59,40 €          |
| <b>Einführung in den historischen Tanz</b> (OHTG21304)<br>Sa., 19.09.26   14:00-17:00 Uhr   1 Termin   16,00 €               | <b>Line-Dance für Anfänger</b> (OHTG20501)<br>Di., 22.09.26   15:45-16:45 Uhr   12 Termine   64,00 €                            |
| <b>Percussion-Workshop</b> (OHTG21301/02)<br>So., 27.09. o. 08.11.26   13:00-18:00 Uhr   1 Termin   58,00 €                  | <b>Heilsames Intuitives Malen (nach Ulrike Hirsch)</b> (OHTG20704)<br>Di., 29.09.26   18:00-19:30 Uhr   6 Termine   42,00 €     |
| <b>Einstieg in die Öl- und Acrylmalerei</b> (OHTG20701)<br>Mi., 30.09.26   18:00-19:30 Uhr   6 Termine   62,00 €             | <b>Kulturgut Bier - Biervielfalt erleben</b> (OHTG21401/02)<br>Fr., 09.10. o. 13.11.26   18:00-21:00 Uhr   1 Termin   29,00 €   |
| <b>Dudelsack spielen leicht gemacht - Schnupperkurs</b> (OHTG20800)<br>Sa., 24.10.26   09:30-16:30 Uhr   2 Termine   99,00 € | <b>Nähen lernen von A-Z</b> (OHTG20912)<br>Mi., 28.10.26   18:00-20:15 Uhr   5 Termine   52,50 €                                |
| <b>Stricken für Anfänger</b> (OHTG20703)<br>Do., 29.10.26   16:30-18:30 Uhr   6 Termine   56,00 €                            | <b>Workshop Fluid Acrylic Painting</b> (OHTG20706)<br>Fr., 06.11.26   17:00-20:00 Uhr   1 Termin   58,20 €                      |
| <b>Weihnachtliches Weidenflechten</b> (OHTG21000)<br>Mi., 11.11.26   18:00-21:00 Uhr   1 Termin   65,00 €                    | <b>Jonglagekurs für Erwachsene</b> (OHTG20401)<br>Fr., 11.12.26   16:00-21:00 Uhr   1 Termin   39,80 €                          |

+++ **Vorschau** +++ Imkerlehrgang für Neueinsteiger & Anfänger (PFTG10401) | Sa., 23.01.27 | 09:00-14:00 Uhr 



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

[www.vhs-nordsachsen.de](http://www.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><br>Dr.-Külz-Ring 9<br>04838 Eilenburg<br>Tel.: 03421 / 758- 7211 | <b>Delitzsch</b><br>Eisenbahnstr. 14<br>04509 Delitzsch<br>Tel.: 03421 / 758- 7232 | <b>Schkeuditz</b><br>Amtsgasse 11<br>04435 Schkeuditz<br>Tel.: 03421 / 758- 7251 | <b>Taucha</b><br>Dewitzer Str. 33/35<br>04425 Taucha<br>Tel.: 03421 / 758- 7261 | <b>Oschatz</b><br>Am Zeugamt 3<br>04758 Oschatz<br>Tel.: 03421 / 758- 7241 |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes. Die Volkshochschule Nordsachsen wird durch den Landkreis Nordsachsen und durch Spenden der Sparkasse Leipzig gefördert



[www.vhs-nordsachsen.de](http://www.vhs-nordsachsen.de)

Geschäftsstelle Torgau



Programm  
**Herbst  
Winter  
2026**

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



| GESUNDHEIT                                                                                                                                          |                                                                                                                                            | ● krankenkassengefördert |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <b>Backkurs Cake Pops</b> (OHTG30503/04)<br>Sa., 22.08. o. 07.11.26   09:00-12:30 Uhr   1 Termin   41,90 €                                          | <b>Bodystyling - Bauch-Beine-Po</b> (OHTG30200/01/02)<br>Mo., 24.08.26   16:30 o. 17:45 o. 19:00 Uhr   12 Termine   68,80 €                |                          |
| <b>Die leisen Signale des Lebens</b> (OHTG30177/78)<br>Di., 25.08. o. Mi., 26.08.26   17:30-19:00 Uhr   1 Termin   kostenfrei                       | <b>Kindergesundheit - Hilfsmittel der Naturheilkunde</b> (OHTG30350)<br>Mi., 26.08.26   17:00-19:15 Uhr   1 Termin   kostenfrei            |                          |
| <b>Zhineng QiGong - kostenfreier Schnuppertermin</b> (OHTG30143)<br>Do., 27.08.26   16:45-17:45 Uhr   1 Termin   kostenfrei                         | <b>Entspannt durchatmen &amp; neue Energien gewinnen</b> (OHTG30171/74)<br>Do., 27.08. o. 19.11.26   20:00-21:30 Uhr   6 Termine   56,40 € |                          |
| <b>Meditation &amp; andere Entspannungstechniken</b> (OHTG30176)<br>Mo., 31.08.26   10:30-11:30 Uhr   12 Termine   68,80 €                          | <b>Hatha Yoga für Einsteiger</b> (OHTG30110/11)<br>Mo., 31.08.26   12:15 o. 13:45 Uhr   12 Termine   120,00 €                              |                          |
| <b>Entspannung mit Klangschalen</b> (OHTG30130)<br>Mi., 02.09.26   16:15-17:15 Uhr   3 Termine   22,80 €                                            | <b>Stunde der Entspannung - Stressbewältigung</b> (OHTG30100)<br>Mi., 02.09.26   17:30-19:00 Uhr   10 Termine   80,00 €                    |                          |
| <b>Progressive Muskelentspannung</b> (OHTG30101) ●<br>Mi., 02.09.26   19:15-20:45 Uhr   10 Termine   100,00 €                                       | <b>Zhineng QiGong - Ausgeglichenheit &amp; Entspannung</b> (OHTG30144)<br>Do., 03.09.26   16:45-17:45 Uhr   12 Termine   68,80 €           |                          |
| <b>„Bewegung hält fit“ - Bewegungsmix</b> (OHTG30254)<br>Mo., 07.09.26   15:15-16:15 Uhr   12 Termine   68,80 €                                     | <b>Wassergymnastik</b> (OHTG30220/21)<br>Mo., 07.09.26   16:30 o. 17:15 Uhr   12 Termine   78,00 €                                         |                          |
| <b>Fit mit dem Pezziball</b> (OHTG30205)<br>Mo., 07.09.26   19:00-20:00 Uhr   15 Termine   86,00 €                                                  | <b>Hatha Yoga</b> (OHTG30109/17) ●<br>Di., 08.09.26   16:15 o. 18:00 Uhr   10 Termine   100,00 €                                           |                          |
| <b>Innerlich stark bleiben in bewegten Zeiten</b> (OHTG30170)<br>Di., 08.09.26   18:30-20:00 Uhr   6 Termine   55,20 €                              | <b>Hatha Yoga</b> (OHTG30115/16) ●<br>Do., 10.09.26   16:30 o. 18:15 Uhr   12 Termine   120,00 €                                           |                          |
| <b>Backkurs Brandteig - Eclairs und Windbeutel</b> (OHTG30501/02)<br>Sa., 12.09. o. 28.11.26   09:00-13:00 Uhr   1 Termin   45,60 €                 | <b>Detox - Was steckt hinter dem Gesundheitstrend?</b> (OHTG30302)<br>Di., 15.09.26   16:00-18:15 Uhr   1 Termin   12,90 €                 |                          |
| <b>Rückengesundheit, Koordination &amp; Gleichgewicht</b> (OHTG30251/53)<br>Mi., 23.09.26   15:30 o. 18:00 Uhr   9 Termine   51,60 €                | <b>Was ist Vitametik? - Informationsveranstaltung</b> (OHTG30301)<br>Di., 29.09.26   18:00-19:30 Uhr   1 Termin   11,40 €                  |                          |
| <b>Qigong für Einsteiger</b> (OHTG30141/46) ●<br>Do., 08.10.26   18:15 o. 19:30 Uhr   12 Termine   80,00 €                                          | <b>Torten dekorieren für Einsteiger</b> (OHTG30505/06)<br>Sa., 10.10. o. 19.12.26   09:00-13:30 Uhr   1 Termin   69,50 €                   |                          |
| <b>Wassergymnastik</b> (OHTG30236)<br>Mi., 14.10.26   18:30-19:15 Uhr   12 Termine   78,00 €                                                        | <b>Selbstverteidigung auf Taekwondo-Basis</b> (OHTG30292)<br>Do., 15.10.26   13:00-16:00 Uhr   1 Termin   34,40 €                          |                          |
| <b>Yoga und TaiChi</b> (OHTG30164)<br>Fr., 16.10.26   12:30-14:00 Uhr   4 Termine   51,20 €                                                         | <b>Qigong für Einsteiger</b> (OHTG30142) ●<br>Mi., 28.10.26   16:15-17:15 Uhr   12 Termine   80,00 €                                       |                          |
| <b>Die eigene Leichtigkeit spüren, Resonanzen erleben</b> (OHTG30172/73)<br>Do., 29.10. o. Fr., 30.10.26   19:45 o. 17:00 Uhr   3 Termine   52,20 € | <b>Grundlagen der klassischen Homöopathie</b> (OHTG30300)<br>Sa., 14.11.26   09:00-15:30 Uhr   1 Termin   69,00 €                          |                          |
| <b>Dance Yoga Workshop</b> (OHTG30180)<br>Sa., 14.11.26   09:00-12:00 Uhr   1 Termin   17,20 €                                                      | <b>Selbstverteidigung für Frauen</b> (OHTG30291)<br>Sa., 21.11.26   09:00-12:00 Uhr   2 Termine   69,00 €                                  |                          |

## POLITIK, GESELLSCHAFT UND UMWELT

|                                                                                                                                        |                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Easy Urlaublooks und Sommerglow</b> (OHTG10610)<br>Mi., 19.08.26   18:30-20:00 Uhr   1 Termin   24,00 €                             | <b>Selbst-, Zeit- und Stressmanagement</b> (OHTG10660)<br>Di., 01.09.26   09:00-14:30 Uhr   1 Termin   119,00 €           |
| <b>Vom Wald zum Tisch - Pilzwanderung &amp; Kochen</b> (OHTG14012)<br>So., 20.09.26   10:00-16:00 Uhr   1 Termin   51,40 €             | <b>Wake-Up-Make-Up - Tages-Make-up leicht gemacht</b> (OHTG10611)<br>Mi., 23.09.26   18:30-20:00 Uhr   1 Termin   24,00 € |
| <b>Traumاسensibler Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten</b> (OHTG10722)<br>Fr., 25.09.26   17:00-20:30 Uhr   1 Termin   42,00 €        | <b>Rund um den Wolf - Kompakte Fakten</b> (OHTG10401)<br>Mo., 28.09.26   18:30-20:45 Uhr   1 Termin   9,90 €              |
| <b>Droht ein neuer „Faschismus“? Vortrag &amp; Diskussion</b> (OHTG10001)<br>Do., 01.10.26   19:00-20:30 Uhr   1 Termin   kostenfrei   | <b>Der moderne Knigge</b> (OHTG10661)<br>Mo., 05.10.26   09:00-14:30 Uhr   1 Termin   119,00 €                            |
| <b>Gesprächsrunde mit Prof. Constanze Geiert, Justiz StMin.</b> (OHTG10002)<br>Mo., 05.10.26   19:00-20:30 Uhr   1 Termin   kostenfrei | <b>Pilzwanderung</b> (OHTG14011)<br>So., 11.10.26   10:00-13:45 Uhr   1 Termin   16,50 €                                  |

|                                                                                                                                   |                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Smokey Eyes</b> (OHTG10612)<br>Mi., 21.10.26   18:30-20:00 Uhr   1 Termin   24,00 €                                            | <b>Vom Wald zum Tisch - Pilzwanderung &amp; Kochen</b> (OHTG14013)<br>Do., 25.10.26   10:00-16:00 Uhr   1 Termin   51,40 €         |
| <b>Mit KI Ziele leichter erreichen</b> (OHTG10003)<br>Mo., 02.11.26   19:00-20:30 Uhr   1 Termin   kostenfrei                     | <b>Hochsensibilität: Potenziale erkennen &amp; entfalten</b> (OHTG10603)<br>Do., 12.11.26   18:00-19:30 Uhr   1 Termin   6,60 €    |
| <b>Individuelle Farb- &amp; Typberatung oder Stilberatung</b> (OHTG10630)<br>Sa., 21.11.26   08:30-10:45 Uhr   1 Termin   97,50 € | <b>Festliches Weihnachts- und Silvester-Make-up</b> (OHTG10613)<br>Mi., 25.11.26   18:30-20:45 Uhr   1 Termin   36,00 €            |
| <b>Migräne verstehen - den eigenen Umgang finden</b> (OHTG10604)<br>Do., 26.11.26   18:00-19:30 Uhr   1 Termin   6,60 €           | <b>Bedürfnisse, Gefühle &amp; zwischenmenschl. Beziehungen</b> (OHTG10621)<br>Sa., 28.11.26   10:00-13:00 Uhr   1 Termin   19,60 € |
| <b>Sexualität ehrlich kommunizieren - ein Kurs für Frauen</b> (OHTG10622)<br>Sa., 28.11.26   13:30-16:30 Uhr   1 Termin   19,60 € | <b>Psychologie in Alltags- und Berufsfragen</b> (OHTG10711)<br>Di., 01.12.26   09:00-14:30 Uhr   2 Termine   232,00 €              |

## SPRACHEN

|                                                                                                                            |                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Spanisch B1 - Konversation und Alltagssprache</b> (OHTG42202)<br>Do., 03.09.26   17:30-19:00 Uhr   10 Termine   80,00 € | <b>Spanisch Grundkurs A1</b> (OHTG42201)<br>Di., 08.09.26   18:00-19:30 Uhr   12 Termine   81,60 €                    |
| <b>Französisch für Anfänger</b> (OHTG40801)<br>Do., 10.09.26   16:30-18:00 Uhr   10 Termine   70,00 €                      | <b>Englisch für Fortgeschrittene B1</b> (OHTG40607)<br>Fr., 11.09.26   17:45-19:15 Uhr   12 Termine   84,00 €         |
| <b>Englisch für die Reise</b> (OHTG40610)<br>Mo., 14.09.26   16:15-17:45 Uhr   12 Termine   84,00 €                        | <b>Englisch B2 vacation &amp; conversation</b> (OHTG40609)<br>Mo., 14.09.26   17:30-19:00 Uhr   15 Termine   120,00 € |
| <b>Englisch für Anfänger</b> (OHTG40601)<br>Mo., 14.09.26   17:45-19:15 Uhr   10 Termine   70,00 €                         | <b>Arabisch Anfänger</b> (OHTG40100)<br>Mi., 16.09.26   18:00-19:30 Uhr   10 Termine   70,00 €                        |
| <b>Englisch A2 vacation &amp; conversation</b> (OHTG40608)<br>Mi., 16.09.26   18:00-19:30 Uhr   12 Termine   96,00 €       | <b>Norwegisch A1.3</b> (OHTG41501)<br>Do., 08.10.26   16:30-18:00 Uhr   15 Termine   150,00 €                         |
| <b>Schwedisch A2 für Wiedereinsteiger</b> (OHTG42001)<br>Do., 08.10.26   18:00-19:30 Uhr   15 Termine   150,00 €           | <b>Polnisch A1 Einsteigerkurs</b> (OHTG41700)<br>Do., 29.10.26   16:15-17:45 Uhr   12 Termine   84,00 €               |

## COMPUTER UND BERUF

|                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Computer Einsteigerkurs</b> (OHTG50100)<br>Mo., 24.08.26   09:30-11:45 Uhr   7 Termine   129,29 €                                  | <b>Einsteigerkurs Smartphone &amp; Tablet (Android)</b> (OHTG50131/32/33)<br>Di., 25.08. o. 29.09. o. 27.10.26   13:30-16:30 Uhr   1 Termin   22,00 € |
| <b>Einzelschulung Smartphone/Tablet</b> (OHTG50141/42/43)<br>Di., 25.08. o. 29.09. o. 27.10.26   17:00-17:45 Uhr   1 Termin   36,00 € | <b>Excel - Grundlagen</b> (OHTG50108)<br>Di., 08.09.26   18:30-20:45 Uhr   7 Termine   129,37 €                                                       |
| <b>Computer Aufbaukurs</b> (OHTG50105/06)<br>Mi., 09.09. o. 28.10.26   16:00-18:15 Uhr   5 Termine   82,50 €                          | <b>Computer Einsteigerkurs</b> (OHTG50102)<br>Do., 17.09.26   18:30-20:45 Uhr   7 Termine   129,29 €                                                  |
| <b>cewe Fotobuch - Vom Digitalbild zum Fotobuch</b> (OHTG50112)<br>Mi., 23.09.26   09:30-11:45 Uhr   3 Termine   49,50 €              | <b>Computer Einsteigerkurs</b> (OHTG50101)<br>Mi., 28.10.26   09:30-11:45 Uhr   7 Termine   129,29 €                                                  |
| <b>Onlinebanking</b> (OHTG50137)<br>Mi., 04.11.26   10:00-11:30 Uhr   1 Termin   kostenfrei                                           | <b>Excel - Aufbaukurs</b> (OHTG50109)<br>Di., 10.11.26   18:30-20:45 Uhr   7 Termine   129,37 €                                                       |

## JUNGE VHS & ELTERN

|                                                                                                          |                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kindertanz ab 4 Jahren</b> (OHTG20510)<br>Fr., 28.08.26   15:30-16:15 Uhr   12 Termine   36,00 €      | <b>Kleinkindschwimmen (1-3 Jahre)</b> (OHTG30282/83)<br>Do., 03.09. o. 05.11.26   15:15-16:00 Uhr   6 Termine   63,80 €       |
| <b>Eltern-Kind-Yoga (4-7 Jahre)</b> (OHTG30103)<br>Do., 24.09.26   15:30-16:15 Uhr   6 Termine   43,80 € | <b>Selbstverteidigung auf Taekwondo-Basis (6-12 Jahre)</b> (OHTG30268)<br>Do., 15.10.26   09:00-12:00 Uhr   1 Termin   5,00 € |

## Newsletter

Per E-Mail informieren wir Sie über Neuigkeiten und interessante Angebote.



## Online-Kurse

Entdecken Sie unsere große Auswahl an Online-Kursen: flexibel, vielfältig, überall.

