volkshochschule SALZBURG

PROGRAMM FRÜHJAHR 2023

FLACHGAU

Stadtführung: Zu Besuch im Kapuzinerkloster

SA 01.04.2023	**10:20 UHR**	**TREFFPUNKT LINZER GASSE**
23-1-64000	1x 2 UE	€ 17.00

Salzburg tanzt - Lebensfreude und Leichtigkeit

MI 12.04.2023	**19:45 UHR**	**EUGENDORF**
23-1-62014	8x 2 UE	€ 89.00

Zelten & Rohrnudeln

SA 15.04.2023	**09:00 UHR**	**LAMPRECHTSHAUSEN**
23-1-84018	1x 2,4 UE	€ 29.00

Nutzen Sie unser Programm. **Alle Kurse online auf www.volkshochschule.at**

volkshochschule SALZBURG

ANIF

Gymnastik 50+
DI 24.01.2023 | 17:50 UHR | ANIF
23-1-87007 | 14x 1,2 UE | € 73.00

Yoga für Anfänger:innen
MI 25.01.2023 | 18:45 UHR | ANIF
23-1-87001 | 16x 1,5 UE | € 129.00

Yoga für Fortgeschrittene
MI 25.01.2023 | 17:30 UHR | ANIF
23-1-87002 | 16x 1,5 UE | € 129.00

Funktionelle Gymnastik 60+ - Für Frauen und Männer
DO 23.02.2023 | 16:45 UHR | ANIF
23-1-87006 | 12x 1,2 UE | € 85.00

HIIT - Hochintensives Intervalltraining
DO 02.03.2023 | 20:00 UHR | ANIF
23-1-87004 | 12x 1,2 UE | € 74.00

ANTHERING

Yoga
MO 20.02.2023 | 18:45 UHR | ANTHERING
23-1-82001 | 12x 1,2 UE | € 81.50

Yoga
DI 21.02.2023 | 18:00 UHR | ANTHERING
23-1-82000 | 10x 1,2 UE | € 75.00

BERGHEIM

Italienisch - A 1/2
DI 21.02.2023 | 19:30 UHR | BERGHEIM
23-1-74000 | 14x 1,5 UE | € 135.50

Italienisch mit Muße - A 2/1
DI 21.02.2023 | 18:00 UHR | BERGHEIM
23-1-74001 | 14x 1,5 UE | € 135.50

Italienisch - A 1/1
MI 22.02.2023 | 17:30 UHR | BERGHEIM
23-1-74002 | 14x 1,5 UE | € 185.50

Yoga - Für Anfänger:innen
DO 23.02.2023 | 17:30 UHR | BERGHEIM
23-1-74006 | 12x 1,5 UE | € 125.50

Yoga - Für Fortgeschrittene
DO 23.02.2023 | 19:00 UHR | BERGHEIM
23-1-74007 | 12x 1,5 UE | € 125.50

ELIXHAUSEN

Vitaltraining - Für Anfänger:innen & Fortgeschrittene
MO 06.02.2023 | 09:45 UHR | ELIXHAUSEN
23-1-61008 | 10x 1,5 UE | € 76.00

Women's special - Zeit für mich - Yoga und Pilates
MI 08.02.2023 | 09:45 UHR | ELIXHAUSEN
23-1-61009 | 10x 1,2 UE | € 76.00

Pilates
MO 20.02.2023 | 18:30 UHR | ELIXHAUSEN
23-1-61003 | 10x 1,5 UE | € 90.50

Pilates
MO 20.02.2023 | 19:45 UHR | ELIXHAUSEN
23-1-61004 | 10x 1,5 UE | € 90.50

Ballett - Für Fortgeschrittene
DI 21.02.2023 | 18:15 UHR | ELIXHAUSEN
23-1-61012 | 10x 1,5 UE | € 170.50

Ballett - Spitzentechnik - Für Fortgeschrittene
DI 21.02.2023 | 19:35 UHR | ELIXHAUSEN
23-1-61013 | 10x 0,5 UE | € 55.00

Pilates
DI 21.02.2023 | 16:15 UHR | ELIXHAUSEN
23-1-61005 | 10x 1,5 UE | € 90.50

Body-Workout - speziell für Männer - Fit in den Feierabend
MI 22.02.2023 | 19:30 UHR | ELIXHAUSEN
23-1-61010 | 10x 1,5 UE | € 108.00

Qi Gong
MI 22.02.2023 | 16:45 UHR | ELIXHAUSEN
23-1-61006 | 12x 1,5 UE | € 128.00

Rückenfit
MI 22.02.2023 | 18:15 UHR | ELIXHAUSEN
23-1-61007 | 10x 1,2 UE | € 72.50

Talk, Talk, Talk - Englisch reden leicht gemacht - B 2
MI 22.02.2023 | 10:00 UHR | ELIXHAUSEN
23-1-61001 | 14x 1,5 UE | € 135.50

Talk, Talk, Talk - Englisch reden leicht gemacht - B 1+
MI 22.02.2023 | 11:30 UHR | ELIXHAUSEN
23-1-61000 | 14x 1,5 UE | € 135.50

ELSBETHEN

Gesundheitsgymnastik
MI 22.02.2023 | 20:00 UHR | ELSBETHEN
23-1-88008 | 12x 1,2 UE | € 83.00

Functional Training - 50 Min für ein komplexes Ganzkörpertraining
DO 23.02.2023 | 19:00 UHR | ELSBETHEN
23-1-88010 | 12x 1 UE | € 71.00

Pilates
DO 23.02.2023 | 08:30 UHR | ELSBETHEN
23-1-88002 | 12x 1,2 UE | € 90.00

Pilates
DO 23.02.2023 | 09:30 UHR | ELSBETHEN
23-1-88003 | 12x 1,2 UE | € 90.00

Yoga
DO 02.03.2023 | 18:00 UHR | ELSBETHEN
23-1-88006 | 14x 1,8 UE | € 146.00

Pilates
MI 03.05.2023 | 18:30 UHR | ELSBETHEN
23-1-88005 | 10x 1,5 UE | € 91.00

EUGENDORF

Gesunder Rücken und starker Beckenboden
DO 09.02.2023 | 10:00 UHR | EUGENDORF
23-1-62006 | 11x 1,2 UE | € 86.00

HIIT - Hochintensives Intervalltraining
MO 20.02.2023 | 18:00 UHR | EUGENDORF
23-1-62009 | 12x 1 UE | € 64.00

HIIT - Hochintensives Intervalltraining
MO 20.02.2023 | 19:00 UHR | EUGENDORF
23-1-62010 | 12x 1 UE | € 64.00

ZUMBA - Join the party!
MO 20.02.2023 | 17:00 UHR | EUGENDORF
23-1-62011 | 12x 1 UE | € 83.00

"No drama, just SAMBA" - Für tanzfreudige Frauen jeden Alters
DI 21.02.2023 | 19:00 UHR | EUGENDORF
23-1-62013 | 12x 1,2 UE | € 87.00

Yoga
DI 21.02.2023 | 18:00 UHR | EUGENDORF
23-1-62001 | 12x 1,5 UE | € 125.50

Yoga
DI 21.02.2023 | 19:20 UHR | EUGENDORF
23-1-62002 | 12x 1,5 UE | € 125.50

ZUMBA - Join the party!
DI 21.02.2023 | 20:10 UHR | EUGENDORF
23-1-62012 | 12x 1 UE | € 83.00

Yoga
MI 22.02.2023 | 17:00 UHR | EUGENDORF
23-1-62003 | 12x 1,5 UE | € 125.50

Yoga
MI 22.02.2023 | 18:15 UHR | EUGENDORF
23-1-62004 | 12x 1,5 UE | € 125.50

Body-Workout Funktionelles Ganzkörpertraining in Intervallen
DO 23.02.2023 | 19:15 UHR | EUGENDORF
23-1-62008 | 10x 1,2 UE | € 78.00

Qi Gong
DO 23.02.2023 | 18:30 UHR | EUGENDORF
23-1-62005 | 10x 1,2 UE | € 87.00

Korbflechten mit Rattan Körbe für Haushalt und Garten
MO 27.03.2023 | 18:00 UHR | EUGENDORF
23-1-62016 | 1x 3,6 UE | € 33.00

Nutzen Sie unser Frühjahrsprogramm.

Alle Kurse online auf www.volkshochschule.at

volkshochschule SALZBURG

"Salzburg tanzt" - Lebensfreude und Leichtigkeit
MI 12.04.2023 | 19:45 UHR | EUGENDORF
23-1-62014 | 8x 2 UE | € 89.00

Japanische Tapas "Izakaya"
MI 12.04.2023 | 18:00 UHR | EUGENDORF
23-1-62019 | 1x 4,5 UE | € 58.50

Naturkosmetik - selbst gemacht!
DO 20.04.2023 | 18:00 UHR | EUGENDORF
23-1-62017 | 1x 3,6 UE | € 36.50

Volleyball
DO 20.04.2023 | 18:30 UHR | EUGENDORF
23-1-62015 | 7x 2 UE | € 83.00

Levante-Küche - Spezialitäten aus dem Nahen Osten
MI 10.05.2023 | 18:00 UHR | EUGENDORF
23-1-62020 | 1x 4,5 UE | € 58.50

Naturapotheke - die Heilkraft heimischer Pflanzen
DO 11.05.2023 | 18:00 UHR | EUGENDORF
23-1-62018 | 1x 3,6 UE | € 36.50

FAISTENAU
Kräuterwanderung am Hintersee - Frühling
DI 18.04.2023 | 16:00 UHR | FAISTENAU
23-1-77003 | 1x 3,5 UE | € 30.00

Frauenkraft im Rhythmus der Natur
MI 31.05.2023 | 16:00 UHR | FAISTENAU
23-1-77005 | 1x 4 UE | € 59.00

Kräuterwanderung am Hintersee - Sommersonnenwende
DI 06.06.2023 | 17:00 UHR | FAISTENAU
23-1-77004 | 1x 3,5 UE | € 30.00

Die Wildkräuter - Hausapotheke
DI 27.06.2023 | 16:00 UHR | FAISTENAU
23-1-77000 | 1x 4 UE | € 65.00

GÖMING
Englisch - Slow Motion - A 1/1 - Kleingruppe!
DI 21.02.2023 | 08:30 UHR | GÖMING
23-1-83027 | 14x 1,5 UE | € 185.50

HALLWANG
Pilates
MO 20.02.2023 | 20:00 UHR | HALLWANG
23-1-60003 | 14x 1,2 UE | € 92.50

Rückenfit
MO 20.02.2023 | 18:45 UHR | HALLWANG
23-1-60002 | 14x 1,2 UE | € 92.50

Gesundheitstraining für den Beckenboden
Für Frauen jeden Alters
DI 21.02.2023 | 18:00 UHR | HALLWANG
23-1-60004 | 12x 1 UE | € 87.00

ZUMBA® - Join the party!
DO 23.02.2023 | 19:00 UHR | HALLWANG
23-1-60005 | 12x 1 UE | € 83.00

Yoga
DO 02.03.2023 | 17:00 UHR | HALLWANG
23-1-60000 | 12x 1,5 UE | € 125.50

Yoga
DO 02.03.2023 | 18:25 UHR | HALLWANG
23-1-60001 | 12x 1,5 UE | € 125.50

HENNDORF
Italienisch - A 2/B1
DI 21.02.2023 | 16:45 UHR | HENNDORF
23-1-67000 | 12x 1,5 UE | € 135.50

Qi Gong und Klangschalen
Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene
DI 21.02.2023 | 17:00 UHR | HENNDORF
23-1-67002 | 10x 1,5 UE | € 133.50

Qi Gong und Klangschalen
Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene
DI 21.02.2023 | 18:30 UHR | HENNDORF
23-1-67003 | 10x 1,5 UE | € 133.50

Levante-Küche - Spezialitäten aus dem Nahen Osten
MI 08.03.2023 | 18:00 UHR | HENNDORF
23-1-67004 | 1x 4,5 UE | € 58.50

HOF
Faszientraining
FR 03.02.2023 | 11:00 UHR | HOF
23-1-76011 | 10x 1,2 UE | € 72.50

Gesundheitsgymnastik & Rückenfit
FR 03.02.2023 | 09:50 UHR | HOF
23-1-76012 | 10x 1,2 UE | € 72.50

Pilates
FR 03.02.2023 | 08:30 UHR | HOF
23-1-76010 | 10x 1,5 UE | € 83.50

Spanisch A 1/3 - Kleingruppe!
DI 21.02.2023 | 18:00 UHR | HOF
23-1-76007 | 10x 1,5 UE | € 132.50

Wirtschaft verstehen: Finanzmärkte / Börsen
Impulsvortrag
DO 23.02.2023 | 18:30 UHR | HOF
23-1-76028 | 1 3 UE | € 22.50

Spontane Malerei in Acryl
Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene
MO 27.02.2023 | 18:30 UHR | HOF
23-1-76025 | 4x 3 UE | € 99.50

HIIT "light"
DI 28.02.2023 | 17:30 UHR | HOF
23-1-76022 | 10x 1,2 UE | € 59.00

Yoga am Abend
DI 28.02.2023 | 18:45 UHR | HOF
23-1-76015 | 10x 1,5 UE | € 89.00

Gesunder Rücken - Starker Beckenboden
MI 01.03.2023 | 16:30 UHR | HOF
23-1-76013 | 7x 1,2 UE | € 49.00

Italienisch - A 1/1 - Für Anfänger:innen - Kleingruppe!
MI 01.03.2023 | 19:30 UHR | HOF
23-1-76002 | 14x 1,5 UE | € 185.50

Progressive Muskelentspannung - Wohlbefinden für Körper und Psyche
MI 01.03.2023 | 09:00 UHR | HOF
23-1-76018 | 5x 1,2 UE | € 59.00

Englisch - Schritt für Schritt - B 1/2
MO 06.03.2023 | 18:00 UHR | HOF
23-1-76000 | 8x 1,5 UE | € 77.50

Yogilates
DO 23.03.2023 | 11:00 UHR | HOF
23-1-76017 | 10x 1,5 UE | € 89.00

Italienisch A 1/3 - Kleingruppe
MI 29.03.2023 | 18:00 UHR | HOF
23-1-76005 | 10x 1,5 UE | € 132.50

Italienisch B 1/2 - Kleingruppe
MI 29.03.2023 | 16:00 UHR | HOF
23-1-76006 | 10x 2 UE | € 157.00

Nordic Walking - Fit bei jedem Wetter
MI 12.04.2023 | 19:00 UHR | HOF
23-1-76019 | 4x 1,2 UE | € 32.50

Malen mit verschiedenen Techniken
Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene
MO 17.04.2023 | 19:00 UHR | HOF
23-1-76026 | 6x 3 UE | € 114.00

Cucina Italiana
DO 01.06.2023 | 17:30 UHR | HOF
23-1-76027 | 1x 4,8 UE | € 58.00

LAMPRECHTSHAUSEN
Step & Work
DI 31.01.2023 | 18:35 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84011 | 12x 1,5 UE | € 94.50

Yoga - Hatha-Yoga für Anfänger:innen
MO 20.02.2023 | 17:30 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84003 | 12x 1,5 UE | € 125.50

Yoga - Hatha-Yoga für leicht Fortgeschrittene
MO 20.02.2023 | 19:00 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84004 | 12x 1,5 UE | € 125.50

ZUMBA - Join the party!
MO 20.02.2023 | 18:45 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84012 | 12x 1 UE | € 83.00

Ausgleichs- und Gesundheitstraining
DI 21.02.2023 | 18:15 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84009 | 10x 1 UE | € 55.00

Body-Workout
DI 21.02.2023 | 19:15 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84010 | 10x 1,5 UE | € 63.00

Italienisch - A 1/3
DI 21.02.2023 | 18:30 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84000 | 14x 1,5 UE | € 185.50

Senior:innengymnastik
DI 21.02.2023 | 17:30 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84008 | 10x 1,2 UE | € 96.50

Altblockflöte für Erwachsene
Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene
MI 01.03.2023 | 17:00 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84021 | 10x 1 UE | € 166.00

Foto-Workshop
SA 04.03.2023 | 14:00 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84015 | 1x 3 UE | € 39.50

Brot backen
SA 11.03.2023 | 09:00 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84016 | 1x 2,4 UE | € 29.00

Sicherheit im Internet
MI 29.03.2023 | 19:30 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84014 | 1x 3 UE | € 24.50

Bauernkrapfen & Festtagsgebäcke
SA 01.04.2023 | 09:00 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84017 | 1x 2,4 UE | € 29.00

Zelten & Rohrnudeln
SA 15.04.2023 | 09:00 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84018 | 1x 2,4 UE | € 29.00

Spätzlevariationen - einfach, schnell, lecker, günstig und regional
SA 29.04.2023 | 09:00 UHR | LAMPRECHTSHAUSEN
23-1-84019 | 1x 2,4 UE | € 29.00

MATTSEE
Rückenfit
MO 20.02.2023 | 19:00 UHR | MATTSEE
23-1-73009 | 10x 1 UE | € 66.00

Nutzen Sie unser Frühjahrsprogramm.

Alle Kurse online auf www.volkshochschule.at

volkshochschule SALZBURG

Yoga - Für Anfänger:innen und leicht Fortgeschrittene

DO 23.02.2023	**20:00 UHR**	**MATTSEE**
23-1-73008	12x 1,5 UE	€ 87.50

Philosophische Abende
Ein Streifzug durch die Philosophie

MO 06.03.2023	**18:30 UHR**	**MATTSEE**
23-1-73000	4x 2,5 UE	€ 75.50

VORTRAG: Die Kunst des Expressionismus

DO 30.03.2023	**18:30 UHR**	**MATTSEE**
23-1-73003	1x 2,5 UE	€ 19.00

Philosophische Abende
Ein Streifzug durch die Philosophie

DI 02.05.2023	**18:30 UHR**	**MATTSEE**
23-1-73001	4x 2,5 UE	€ 75.50

Philosophische Abende
Ein Streifzug durch die Philosophie

MO 10.07.2023	**18:30 UHR**	**MATTSEE**
23-1-73002	3x 2,5 UE	€ 57.00

NEUMARKT

Italienisch - A 2/1 Konversation und Auffrischung

MO 20.02.2023	**18:30 UHR**	**NEUMARKT**
23-1-68001	14x 1,5 UE	€ 135.50

Italienisch - A 2/3

MO 20.02.2023	**17:00 UHR**	**NEUMARKT**
23-1-68000	14x 1,5 UE	€ 185.50

Yoga - Für Anfänger:innen und leicht Fortgeschrittene

MO 20.02.2023	**18:00 UHR**	**NEUMARKT**
23-1-68002	9x 1,5 UE	€ 66.00

Yoga - Für Fortgeschrittene

MO 20.02.2023	**19:30 UHR**	**NEUMARKT**
23-1-68003	9x 1,5 UE	€ 66.00

Gesundheitsgymnastik

DI 21.02.2023	**19:00 UHR**	**NEUMARKT**
23-1-68005	12x 1 UE	€ 72.50

Gesundheitsgymnastik

DI 21.02.2023	**20:00 UHR**	**NEUMARKT**
23-1-68006	12x 1 UE	€ 72.50

Qi Gong und Klangschalen
Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

DO 23.02.2023	**19:00 UHR**	**NEUMARKT**
23-1-68004	10x 1,8 UE	€ 106.00

OBERNDORF

English - grammar, the tenses and more

MO 20.02.2023	**18:00 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83000	14x 1,5 UE	€ 185.50

Italienisch - A 2/3

MO 20.02.2023	**17:00 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83004	14x 1,5 UE	€ 135.50

Italienisch - B 1/1

MO 20.02.2023	**18:30 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83005	14x 1,5 UE	€ 185.50

Rückenfit

MO 20.02.2023	**17:30 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83013	10x 1 UE	€ 55.00

Rückenfit

MO 20.02.2023	**18:30 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83014	10x 1 UE	€ 55.00

Rückenfit

MO 20.02.2023	**19:30 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83015	10x 1 UE	€ 55.00

Englisch - Small talk and more - A 2

DI 21.02.2023	**17:00 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83001	14x 1,5 UE	€ 185.50

Pilates

DI 21.02.2023	**18:00 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83016	14x 1,2 UE	€ 92.00

Yin Yoga

DI 21.02.2023	**19:10 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83011	14x 1,5 UE	€ 117.50

Italienisch - A 1/2

DO 23.02.2023	**19:00 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83007	12x 1,5 UE	€ 135.50

Italienisch - A 2/1

DO 23.02.2023	**17:30 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83006	14x 1,5 UE	€ 185.50

Italienisch - A 2/1 - Kleingruppe!

DO 23.02.2023	**18:30 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83008	14x 1,5 UE	€ 185.50

Body-Workout

FR 24.02.2023	**17:30 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83017	10x 1,5 UE	€ 72.50

Spanisch - B 1/1

DI 28.02.2023	**17:30 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83009	14x 1,5 UE	€ 185.50

Spanisch für den Urlaub - A 1/1

DI 28.02.2023	**19:00 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83010	14x 1,5 UE	€ 185.50

Spinnen am klassischen Spinnrad
Vom Vlies zur fertigen Wolle

DO 09.03.2023	**18:30 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83020	1x 2,4 UE	€ 39.50

Spinnen am klassischen Spinnrad
Vom Vlies zur fertigen Wolle

DO 13.04.2023	**18:30 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83021	1x 2,4 UE	€ 39.50

OBERTRUM

Gymnastik für Senior:innen 50+

MO 06.02.2023	**14:25 UHR**	**OBERTRUM**
23-1-71006	10x 1,2 UE	€ 68.50

Qi Gong

MO 20.02.2023	**19:30 UHR**	**OBERTRUM**
23-1-71005	12x 1,5 UE	€ 128.00

Yoga - Speziell für den Rücken

MO 20.02.2023	**18:00 UHR**	**OBERTRUM**
23-1-71000	10x 1,5 UE	€ 105.00

ZUMBA® Fitness

MI 22.02.2023	**19:10 UHR**	**OBERTRUM**
23-1-71009	12x 1,8 UE	€ 135.00

Yoga

DO 23.02.2023	**19:30 UHR**	**OBERTRUM**
23-1-71001	10x 1,5 UE	€ 105.00

Yoga in der Schwangerschaft

DO 23.02.2023	**17:30 UHR**	**OBERTRUM**
23-1-71002	5x 1,5 UE	€ 76.00

Fit am Computer
Für Neueinsteiger:innen und Ungeübte

DI 07.03.2023	**19:30 UHR**	**OBERTRUM**
23-1-71010	3x 3 UE	€ 176.00

Vortrag: Sicherheit im Internet

DI 28.03.2023	**19:30 UHR**	**OBERTRUM**
23-1-71011	1x 3 UE	€ 24.50

Yoga in der Schwangerschaft

DO 13.04.2023	**17:30 UHR**	**OBERTRUM**
23-1-71003	5x 1,5 UE	€ 76.00

Stadtführung: Zu Besuch im Kapuzinerkloster

SA 01.04.2023	**10:20 UHR**	**SALZBURG STADT**
23-1-64000	1x 2 UE	€ 17.00

SEEHAM

Es ist nie zu spät für Ihre Fitness - Für Senior:innen ohne Altersbeschränkung

DI 21.02.2023	**09:00 UHR**	**SEEHAM**
23-1-73011	10x 1,2 UE	€ 58.00

Yoga am Morgen

DI 21.02.2023	**10:00 UHR**	**SEEHAM**
23-1-73012	10x 1,2 UE	€ 64.50

SEEKIRCHEN

Englisch - Sprachberatung

MO 06.02.2023	**16:00 UHR**	**SEEKIRCHEN**
23-1-64006	1x 2,4 UE	€ 0.00

Alles in Balance - Zeit für mich!

DI 07.02.2023	**18:05 UHR**	**SEEKIRCHEN**
23-1-64036	10x 1,2 UE	€ 67.50

Yogilates - Yoga- und Pilatesübungen, ein harmonisches Duo für Körper & Seele

DI 07.02.2023	**17:00 UHR**	**SEEKIRCHEN**
23-1-64034	10x 1,2 UE	€ 73.00

Alle Kurse online auf www.volkshochschule.at

volkshochschule SALZBURG

Englisch für Anfänger:innen - A 1/1 - Kleingruppe!
MO 20.02.2023 **08:40 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64007 11x 1,5 UE € 107.00

Englisch mit Muße - A 2/2
MO 20.02.2023 **10:00 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64008 11x 2 UE € 135.50

Feldenkrais®-Methode
MO 20.02.2023 **18:15 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64030 10x 1,5 UE € 93.50

Spanisch - A 1/1
MO 20.02.2023 **18:00 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64021 14x 1,5 UE € 185.50

Spanisch - Konversation B 1
MO 20.02.2023 **19:20 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64022 14x 1,5 UE € 185.50

Italienisch - A 1/3 Hybrid
DI 21.02.2023 **19:30 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64015 14x 1,5 UE € 135.50

Italienisch Conversazione - B 1
DI 21.02.2023 **10:30 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64016 14x 1,5 UE € 135.50

Meditation und Achtsamkeitstraining
DI 21.02.2023 **19:30 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64026 12x 1,2 UE € 99.00

Qi Gong
DI 21.02.2023 **18:45 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64027 12x 1,5 UE € 128.00

Englisch - A 2 - Vertiefung
MI 22.02.2023 **17:10 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64009 14x 1,5 UE € 135.50

Englisch - B 1 - Vertiefung
MI 22.02.2023 **18:30 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64010 14x 1,5 UE € 135.50

Französisch - A 1/1
MI 22.02.2023 **19:45 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64013 14x 1,5 UE € 185.50

Französisch - A 2 Vertiefung
MI 22.02.2023 **18:30 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64014 14x 1,5 UE € 185.50

Italienisch - A 1/1
MI 22.02.2023 **10:30 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64017 14x 1,5 UE € 135.50

Italienisch - A 1/3
MI 22.02.2023 **09:00 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64018 14x 1,5 UE € 185.50

Rückenfit
MI 22.02.2023 **18:15 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64031 12x 1 UE € 69.00

Rückenfit
MI 22.02.2023 **19:15 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64032 12x 1,2 UE € 83.00

Italienisch - A 2/1
DO 23.02.2023 **17:15 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64019 14x 1,5 UE € 185.50

Italienisch - B 1/2
DO 23.02.2023 **18:30 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64020 14x 1,5 UE € 135.50

ZUMBA® Fitness
DO 23.02.2023 **19:15 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64038 12x 1,8 UE € 135.00

Englisch - A 2
DO 02.03.2023 **17:10 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64011 12x 1,5 UE € 117.00

Englisch - Small Talk & More B 2
DO 02.03.2023 **18:30 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64012 12x 1,5 UE € 117.00

Frisches Make-up für den Frühling - Die neuen Make-up Trends
DI 07.03.2023 **17:00 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64043 1x 2,4 UE € 57.00

Malen macht stark! Malen und Gestalten für Kinder im Volksschulalter
DI 07.03.2023 **16:00 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64049 4x 2,5 UE € 80.50

Atempausen. Malen in Acryl und Mischtechniken Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene
DO 09.03.2023 **18:30 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64042 4x 3 UE € 120.00

Flechtfrisuren mit Mama oder Papa
DO 09.03.2023 **16:00 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64045 1x 2,4 UE € 42.00

Was ist, wenn mit mir was ist? - Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung & Testament
DO 09.03.2023 **18:30 UHR** **SEEKIRCHEN**
23-1-64004 1x 3 UE € 21.50

STRASSWALCHEN
Pilates - Für Fortgeschrittene
MO 20.02.2023 **19:00 UHR** **STRASSWALCHEN**
23-1-70002 12x 1 UE € 63.00

Yoga
MO 20.02.2023 **20:00 UHR** **STRASSWALCHEN**
23-1-70001 12x 1 UE € 64.50

Rückenfit
DO 23.02.2023 **18:00 UHR** **STRASSWALCHEN**
23-1-70003 10x 1 UE € 66.00

Sportklettern für Anfänger:innen - Für Jugendliche und Erwachsene
MO 06.03.2023 **18:15 UHR** **STRASSWALCHEN**
23-1-70005 4x 2 UE € 84.00

STROBL
Body-Workout - HIIT Training, das Spaß macht!
MI 22.02.2023 **19:45 UHR** **STROBL**
23-1-79001 10x 1,2 UE € 54.00

Malen mit verschiedenen Techniken - Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene
DO 23.02.2023 **18:00 UHR** **STROBL**
23-1-79002 4x 3,5 UE € 122.00

Yoga - Für Anfänger:innen & leicht Fortgeschrittene
MO 06.03.2023 **11:30 UHR** **STROBL**
23-1-79000 10x 1,2 UE € 72.50

THALGAU
Body-Workout / Bodystyling
DI 31.01.2023 **18:30 UHR** **THALGAU**
23-1-80007 14x 1,5 UE € 77.50

Dance & More - Tanzkurs für Erwachsene
DO 02.02.2023 **18:30 UHR** **THALGAU**
23-1-80008 10x 1,2 UE € 88.50

Malen mit verschiedenen Techniken - Anfänger:innen und Fortgeschrittene
MO 20.02.2023 **19:00 UHR** **THALGAU**
23-1-80011 6x 3 UE € 114.00

Englisch - It's time to talk and discuss - A2-B1 Kleingruppe
DI 21.02.2023 **19:00 UHR** **THALGAU**
23-1-80001 10x 1,5 UE € 132.50

Englisch für Anfänger:innen - A 1/1 - Kleingruppe
DI 21.02.2023 **17:30 UHR** **THALGAU**
23-1-80000 10x 1,5 UE € 132.50

Gitarre spielend lernen - Modul 2 - ohne Noten für leicht Fortgeschrittene
DI 28.02.2023 **19:30 UHR** **THALGAU**
23-1-80010 6x 2 UE € 119.00

Sanftes Yoga & Meditation
MI 01.03.2023 **19:00 UHR** **THALGAU**
23-1-80005 10x 1,5 UE € 89.00

Vinyasa Yoga
MI 01.03.2023 **17:30 UHR** **THALGAU**
23-1-80004 10x 1,5 UE € 89.00

Gitarre spielend lernen - Modul 1 ohne Noten für Anfänger:innen
DO 02.03.2023 **19:30 UHR** **THALGAU**
23-1-80009 6x 2 UE € 119.00

Progressive Muskelentspannung
DO 13.04.2023 **19:00 UHR** **THALGAU**
23-1-80006 5x 1,2 UE € 59.00

WALS
HIIT - Hochintensives Intervalltraining
MO 06.02.2023 **18:00 UHR** **WALS**
23-1-86020 16x 0,8 UE € 52.00

Rückenfit
DI 21.02.2023 **17:00 UHR** **WALS**
23-1-86016 12x 1,2 UE € 70.00

Body-Workout
MI 22.02.2023 **18:15 UHR** **WALS**
23-1-86019 12x 1 UE € 55.00

Mama Baby Fitness-Training für Schwangere und Mamas mit Baby (ab 2 Monaten)
MI 22.02.2023 **09:15 UHR** **WALS**
23-1-86005 8x 1,2 UE € 83.00

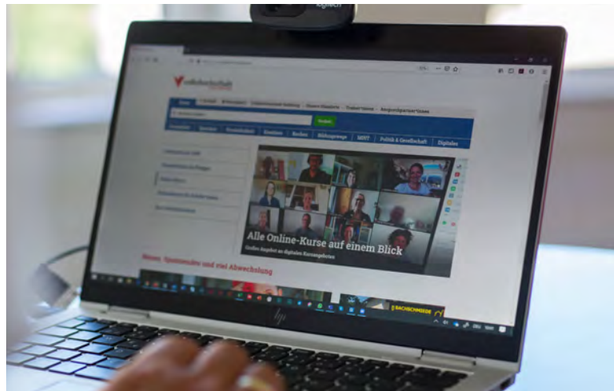
deepWork - Actionreiche Alternative zu Yoga
DO 23.02.2023 **17:30 UHR** **WALS**
23-1-86023 12x 1,2 UE € 69.00

Pilates
DO 23.02.2023 **19:00 UHR** **WALS**
23-1-86013 12x 1,5 UE € 99.00

Yoga für Fortgeschrittene - Kleingruppe
DO 23.02.2023 **19:00 UHR** **WALS**
23-1-86010 7x 1,5 UE € 93.00

ONLINE
Kroatisch - A 1/1
DI 21.02.2023 **15:00 UHR** **ONLINE**
23-1-64024 14x 2 UE € 248.00

Kroatisch - A 2/1
DI 21.02.2023 **16:45 UHR** **ONLINE**
23-1-64023 14x 1,5 UE € 185.50



Nutzen Sie unser Programm. **Alle Kurse online auf www.volkshochschule.at**

SALZBURG (er)leben

volkshochschule SALZBURG

KINDER

ANTHERING

Hip-Hop Dance for Kids - Für Kinder von 7 bis 11 Jahren

DI 21.02.2023	**15:00 UHR**	**ANTHERING**
23-1-82003	12x 1,5 UE	€ 64.00

BERGHEIM

English - Fun in School - 2. Klasse

DI 14.03.2023	**11:35 UHR**	**BERGHEIM**
23-1-74009	12x 1 UE	€ 86.50

English - Play in School - Für Volksschulkinder 1. Klasse

DI 14.03.2023	**13:30 UHR**	**BERGHEIM**
23-1-74008	12x 1 UE	€ 86.50

Fit in English - Für Volksschulkinder 4. Klasse

DI 14.03.2023	**12:30 UHR**	**BERGHEIM**
23-1-74011	12x 1 UE	€ 86.50

Let's learn English - Für Volksschulkinder der 3. Klasse

DI 14.03.2023	**14:20 UHR**	**BERGHEIM**
23-1-74010	12x 1 UE	€ 86.50

BÜRMOOS

Parkour-Workout - Für Kinder ab ca. 9 Jahren, Jugendliche und Erwachsene

FR 24.02.2023	**18:00 UHR**	**BÜRMOOS**
23-1-85004	10x 1,5 UE	€ 90.50

Eltern-Kind-Turnen - Abenteuerspielplatz im Turnsaal - Für Kinder von 5 - 8 Jahren

SA 25.02.2023	**09:30 UHR**	**BÜRMOOS**
23-1-85006	10x 1,5 UE	€ 86.00

Parkour-Workout - Für Kinder ab ca. 9 Jahren, Jugendliche und Erwachsene

SA 25.02.2023	**10:45 UHR**	**BÜRMOOS**
23-1-85005	10x 1,5 UE	€ 90.50

EBENAU

Kinderturnen für Volksschüler:innen - Mach mit, bleib fit!

MO 23.01.2023	**17:10 UHR**	**EBENAU**
23-1-75004	12x 1,2 UE	€ 67.50

Turnen-Tollen-Toben - Für Kindergartenkinder ohne Begleitperson

MO 23.01.2023	**16:00 UHR**	**EBENAU**
23-1-75003	12x 1,2 UE	€ 67.50

Kreative Seifenwerkstatt - Für Kinder von 5 bis 10 Jahren

FR 10.03.2023	**16:40 UHR**	**EBENAU**
23-1-75000	1x 1,8 UE	€ 22.00

Slime & Co - Für kleine und große Kinder von 6 bis 14 Jahren

FR 10.03.2023	**14:30 UHR**	**EBENAU**
23-1-75001	1x 2,5 UE	€ 25.00

ELIXHAUSEN

Fit in English - Für Kinder der 4. Klasse der Volksschule Elixhausen

MO 20.02.2023	**13:35 UHR**	**ELIXHAUSEN**
23-1-61018	12x 1 UE	€ 86.50

Ballett - Grundlagen - Für Kinder ab 8 Jahren

FR 03.03.2023	**17:30 UHR**	**ELIXHAUSEN**
23-1-61023	12x 1 UE	€ 100.50

Ballett - Vorbereitung - Für Kinder ab 4 Jahren

FR 03.03.2023	**16:30 UHR**	**ELIXHAUSEN**
23-1-61022	12x 1 UE	€ 100.50

English - Play in School - Für Kinder der 1. Klasse der Volksschule Elixhausen

MO 06.03.2023	**11:50 UHR**	**ELIXHAUSEN**
23-1-61016	12x 1 UE	€ 86.50

English - Fun in School - Für Kinder der 2. Klasse der Volksschule Elixhausen

FR 10.03.2023	**11:50 UHR**	**ELIXHAUSEN**
23-1-61017	12x 1 UE	€ 86.50

GÖMING

Kreativer Kindertanz - Für Kinder im Kindergartenalter ab 4 Jahren

MO 20.02.2023	**15:00 UHR**	**GÖMING**
23-1-83029	12x 1 UE	€ 63.00

Moderner Kindertanz - Für Kinder im Volksschulalter

MO 20.02.2023	**16:00 UHR**	**GÖMING**
23-1-83030	12x 1,2 UE	€ 73.00

HALLWANG

Turnen - Tollen - Toben - Für Kindergartenkinder (4 bis 6 Jahre) - ohne Begleitperson

MI 22.02.2023	**15:50 UHR**	**HALLWANG**
23-1-60007	14x 1 UE	€ 78.00

Turnen - Tollen - Toben - Für Kindergartenkinder (4 bis 6 Jahre) - ohne Begleitperson

MI 22.02.2023	**16:50 UHR**	**HALLWANG**
23-1-60008	14x 1 UE	€ 78.00

Musik und Tanz für Kinder von 18 Monaten bis 4 Jahren mit Begleitperson

MI 22.02.2023	**14:30 UHR**	**HALLWANG**
23-1-60006	14x 1,2 UE	€ 101.50

HENNDORF

English - Play in School
Für Kinder der 1. Klasse der Volksschule Henndorf

DO 09.03.2023	**12:35 UHR**	**HENNDORF**
23-1-67005	12x 1 UE	€ 86.50

HOF

Englisch für Schüler:innen der 4. Klasse Volksschule

MO 20.02.2023	**16:45 UHR**	**HOF**
23-1-76031	10x 1 UE	€ 61.00

Hip-Hop Dance for Kids - Für Kinder von 7 bis 10 Jahren

MI 22.02.2023	**16:00 UHR**	**HOF**
23-1-76037	10x 1,2 UE	€ 64.50

Englisch für Schüler:innen der 1. Klasse neue Mittelschule (NMS) / Gymnasium (AHS)

DO 23.02.2023	**16:45 UHR**	**HOF**
23-1-76032	10x 1 UE	€ 61.00

Yoga for Kids

DO 02.03.2023	**16:00 UHR**	**HOF**
23-1-76035	8x 1,2 UE	€ 56.00

Yoga for Teens

DO 02.03.2023	**17:15 UHR**	**HOF**
23-1-76036	8x 1,2 UE	€ 56.00

Kunterbuntes Kinderatelier - Drei kreative Nachmittage für Kinder von 6 bis 14 Jahren

FR 24.03.2023	**16:00 UHR**	**HOF**
23-1-76040	3x 3 UE	€ 64.00

LAMPRECHTSHAUSEN

ZUMBA® Kids - Für Kinder von 6 bis 10 Jahren

MO 20.02.2023	**16:45 UHR**	**LAMPRECHTSHAUSEN**
23-1-84026	12x 1 UE	€ 75.00

ZUMBA® Teens - Für Kinder von 11 bis 14 Jahren

MO 20.02.2023	**17:45 UHR**	**LAMPRECHTSHAUSEN**
23-1-84027	12x 1 UE	€ 75.00

Blockflöte - Für Schulkinder ab 6 Jahren
Anfänger:innen und Fortgeschrittene

MI 01.03.2023	**14:00 UHR**	**LAMPRECHTSHAUSEN**
23-1-84022	10x 0,5 UE	€ 162.00

NEUMARKT

Ballett und Bewegungskoordination
Für Kinder ohne Vorkenntnisse ab 4 Jahren

MO 20.02.2023	**16:00 UHR**	**NEUMARKT**
23-1-68009	12x 1 UE	€ 94.00

Ballett und Bewegungskoordination
Für Kinder mit Vorkenntnissen ab 6 Jahren

MO 20.02.2023	**17:00 UHR**	**NEUMARKT**
23-1-68010	12x 1 UE	€ 94.00

OBERNDORF

ZUMBA® Kids - Für Kinder von 7 bis 11 Jahren

MI 22.02.2023	**17:30 UHR**	**OBERNDORF**
23-1-83022	12x 1 UE	€ 75.00

Nutzen Sie unser Frühjahrsprogramm.

Alle Kurse online auf www.volkshochschule.at

volkshochschule SALZBURG

OBERTRUM

Eine Reise durch das Universum
(mit Teleskopbeobachtung) - Für Kinder ab 8 Jahren

DI 21.02.2023	**17:30 UHR**	**OBERTRUM**
23-1-71015	1x 2,4 UE	€ 19.00

Babymassage - Berührt, gestreichelt und massiert werden, das ist Nahrung für Ihr Baby!

DO 09.03.2023	**09:00 UHR**	**OBERTRUM**
23-1-71004	3x 1,5 UE	€ 62.00

Unser Stern "Die Sonne" (inkl. Sonnenbeobachtung)
Für Kinder aller Altersstufen

DI 28.03.2023	**14:00 UHR**	**OBERTRUM**
23-1-71016	1x 2,4 UE	€ 19.00

SEEKIRCHEN

Hip-Hop Dance for Kids - Für Kinder von 7 bis 10 Jahren

MO 20.02.2023	**16:30 UHR**	**SEEKIRCHEN**
23-1-64046	12x 1,2 UE	€ 64.00

Hip-Hop Dance for Teens - Für Kinder von 11 bis 14 Jahren

MO 20.02.2023	**17:40 UHR**	**SEEKIRCHEN**
23-1-64047	12x 1,2 UE	€ 64.00

STRASSWALCHEN

Eltern-Kind-Klettern - Für Kinder von 6 bis 12 Jahren

DI 28.02.2023	**17:00 UHR**	**STRASSWALCHEN**
23-1-70008	4x 2 UE	€ 98.00

Sportklettern Anfängerkurs für Kinder
Für Kinder von 6 bis 12 Jahren

MO 06.03.2023	**16:00 UHR**	**STRASSWALCHEN**
23-1-70007	4x 2 UE	€ 73.00

Basketball KIDS - von 7 bis 10 Jahren

SO 07.05.2023	**15:00 UHR**	**STRASSWALCHEN**
23-1-70009	4x 1 UE	€ 29.50

Basketball TEENS
Für Erwachsene und Jugendliche ab 11 Jahren

SO 07.05.2023	**16:00 UHR**	**STRASSWALCHEN**
23-1-70010	4x 1 UE	€ 29.50

STROBL

Eltern-Kind-Turnen - Für Kinder von 2,5 bis 5 Jahren

MO 20.02.2023	**15:00 UHR**	**STROBL**
23-1-79003	10x 1,2 UE	€ 47.00

Eltern-Kind-Turnen - Für Kinder von 2,5 bis 5 Jahren

MO 20.02.2023	**16:00 UHR**	**STROBL**
23-1-79004	10x 1,2 UE	€ 47.00

THALGAU

Slime & Co - Für kleine und große Kinder
von 6 bis 14 Jahren

FR 14.04.2023	**16:00 UHR**	**THALGAU**
23-1-80017	1x 2,5 UE	€ 25.00

Kreative Seifenwerkstatt - ab 6 bis 14 Jahren

FR 14.04.2023	**18:10 UHR**	**THALGAU**
23-1-80018	1x 1,8 UE	€ 22.00

WALS

Dance Mix - Für Kinder von 9 bis 12 Jahren

MI 01.02.2023	**16:30 UHR**	**WALS**
23-1-86036	10x 1,2 UE	€ 45.00

Salzburger Familien PASS
„15% Nachlass bei Vorlage von Salzburger Familienpass"

Kontakt.

Gerne stehen wir Ihnen während der Öffnungszeiten auch telefonisch und per E-Mail zur Verfügung.

Volkshochschule Flachgau - Seekirchen • 0662/876151-640 • flachgau@volkshochschule.at
Volkshochschule Flachgau-Südwest, Wals • 0662/876151-860 • flachgau-suedwest@volkshochschule.at
Volkshochschule Flachgau-Ost, Hof • 0662/876151-760 • flachgau-ost@volkshochschule.at

Wir sind Klimabündnis Betrieb

Medieninhaber & Herausgeber
Volkshochschule Salzburg, Strubergasse 26,
A-5020 Salzburg, DVR 0000051
Bilder: Volkshochschule Salzburg, istockphoto.com
Druck: Österr.Druckpartner
www.volkshochschule.at

LAND SALZBURG
STADT : SALZBURG
Raiffeisen Salzburg

Druckfehler, Irrtümer, Änderungen vorbehalten