

Datum	Uhr	Veranstaltung	Dozent	Ort	Kurs-Nr.	Gebühr
Dienstag, 02.11.2021	18:00 Uhr	"Mein einzigartiges Merkmal" - online	Ute Feldges	vhs-online: Zoom-Live aus allgemeinem Meetingraum	M5025	30,-
Mittwoch, 03.11.2021	13:30 Uhr	Knigge für Kids von 8 bis 12 Jahren für Alltag und Schule	Sophie R. Schönhofer, Schul- und Kinderpädagogin	VHS Raum 7	M7002	18,50
Donnerstag, 04.11.2021	14:00 Uhr	Zauberhafte Physik - Spielend leicht (7 bis 10 Jahre)	Barbara Martin, Dipl.-Ing. (FH)	VHS Raum 4	M7100	7,-
Donnerstag, 04.11.2021	19:00 Uhr	Bewegung, Sport und Training bei chronischen Schmerzen	Carsten Schmid	VHS Raum 7	M3300	10,-
Samstag, 06.11.2021	09:00 Uhr	Rechtliche Grundlagen für Vereinsvorstände	Markus Laymann	Casino des Landratsamtes, Papst- Benedikt_XVI.-Platz, Traunstein	M1113	ohne Gebühr
Samstag, 06.11.2021	09:30 Uhr	Das Hohelied der Liebe, das Geheimnis glücklicher Paare	Susanne Maria Schumacher, Journalistin, Coach	Abtei Frauenwörth auf der Fraueninsel	M1212	55,-
Samstag, 06.11.2021	10:00 Uhr	Wie funktioniert die Osteopathie und wo hilft sie?	Wilfried Gröbner, Osteopath, Heilpraktiker	VHS Raum 7	M3009	36,-
Samstag, 06.11.2021	14:00 Uhr	Entrümpeln & Ausmisten - wie und warum befreie ich mich von unnötigem Ballast?	Katrin Crone	VHS Raum 4	M1350	29,-
Samstag, 06.11.2021	16:15 Uhr	Wieder schlecht geschlafen? Das Schlafzimmer gestalten als Ort der Ruhe und Regeneration	Katrin Crone	VHS Raum 4	M1351	29,-
Sonntag, 07.11.2021	13:00 Uhr	Bogenschießen auf der Alm	Elke Hofmann	Treffpunkt: Hotel Haus Feichtner am Eingang in Reit i	M1590E	39,-
Montag, 08.11.2021	17:30 Uhr	Kizomba Schnupperstunde	Yuliia Aigner	Studio für Fitness & Entspannung, Johann- Hinrich-Wichern-Str. 7	M2860	ohne Gebühr
Montag, 08.11.2021	18:30 Uhr	Erben und Schenken - Testamente und Übergaben gestalten - online	Bertram Böhm, Rechts- und Patentanwalt	vhs-online: Zoom-Live aus allgemeinem Meetingraum	M1130	12,-
Montag, 08.11.2021	18:45 Uhr	Bachata Schnupperstunde	Yuliia Aigner	Studio für Fitness & Entspannung, Johann- Hinrich-Wichern-Str. 7	M2862	ohne Gebühr
Montag, 08.11.2021	19:00 Uhr	Achtsamkeit statt Angst: Vortrag und Gespräch über Corona	Herbert Buchner, Religionslehrer	VHS Raum 7	M1231	10,-

Datum	Uhr	Veranstaltung	Dozent	Ort	Kurs-Nr.	Gebühr
Montag, 08.11.2021	19:00 Uhr	Kopernikus und Vesalius - Wissenschaftliche Umbrüche in Astronomie und Medizin	Martin Schneider, M. A.	VHS Raum 7	M1012	8,-
Montag, 08.11.2021	19:30 Uhr	Corona war einmal: "Die Botschaften unserer Kinder"	Stefan Weisflog	VHS Raum W2	M1201	10,-
Dienstag, 09.11.2021	14:00 Uhr	Filmnachmittag für Senioren - Literaturverfilmung	Landesmediendienste Bayern e. V.	VHS Raum 7	M1066	2,-
Dienstag, 09.11.2021	18:00 Uhr	Mit Sonne rechnen - online	Verbraucher Zentrale Bayern e. V.	vhs-online: vhs-cloud- Live aus allgemeinem Meetingraum	M1439A	ohne Gebühr
Dienstag, 09.11.2021	18:00 Uhr	Vortrag: Resilienz - so stärken Sie Ihre persönliche Widerstandskraft	Martina Huber, Zertifizierte Resilienztrainerin	VHS Raum 7	M1220	20,-
Dienstag, 09.11.2021	19:00 Uhr	Stress-Löser Natur - Wie uns Naturerlebnisse helfen, unseren Stress in den Griff zu bekommen	Steve Windisch, Psychologe und Lerntherapeut	vhs-online: Zoom-Live aus allgemeinem Meetingraum	M1214	7,-
Dienstag, 09.11.2021	19:00 Uhr	Kann meine Heizung die Wetter-App lesen? Das Internet der Dinge im smarten Zuhause - online	Dozenten-Team	online	M1047	ohne Gebühr
Dienstag, 09.11.2021	19:30 Uhr	Erbrecht und Testament	Georg Mehler, Notar	VHS Raum 7	M1136	8,-
Mittwoch, 10.11.2021	17:30 Uhr	Feine Hausmannskost	Ingrid Frank	Werner-von-Siemens- Mittelschule, Schulküche (K01), 83301 Traunreut	M3905	16,-
Mittwoch, 10.11.2021	18:00 Uhr	"Homo consumens- ich bin was ich kaufe?!" Was mein Konsum mit dem Klimawandel zu tun hat	Verbraucher Zentrale Bayern e. V.	VHS Raum 7	M1451	ohne Gebühr
Mittwoch, 10.11.2021	18:00 Uhr	Wie können wir unsere Selbstheilungskräfte und unser Immunsystem stärken?	Bettina Schlegel- Krogloth, Diätassistentin	VHS Raum 7	M3316	10,-
Mittwoch 10.11.2021	18:30 Uhr	Salsa Los Angeles Style - Schnupperstunde	Yuliia Aigner	Studio für Fitness & Entspannung, Johann- Hinrich-Wichern-Str. 7	M2857	0.0,-
Mittwoch, 10.11.2021	19:00 Uhr	Stoffwindel Workshop	Evi Heigermoser, Zertifizierte Stoffwindel Beraterin	Studio für Fitness & Entspannung, Johann- Hinrich-Wichern-Str. 7	M3380	40,-

Datum	Uhr	Veranstaltung	Dozent	Ort	Kurs-Nr.	Gebühr
Mittwoch, 10.11.2021	19:00 Uhr	Die Nach-Corona-Zeit - die Zukunft nach dem Virus - mehrere Szenarien zur besseren Orientierung in einer stürmischen Zeit - online	Christian Winklmeier, Politikwissenschaftler, Bachelor of Arts	online	M1030	12,-
Mittwoch, 10.11.2021	19:30 Uhr	Astronomie und Ausbreitung der Landwirtschaft	Astronomie im Chiemgau e. V.	Solarstromsternwarte, Oberreith 6a, 83567 Unterreit	M1021C	10,-
Donnerstag, 11.11.2021	18:00 Uhr	Pasta, Pasta, Pasta	Johannes Lehrer, Küchenmeister, Diätetisch geschulter Koch	Kernhaus, Lärchenstraße 1, 83349 Freutsmoos	M3939G	68,-
Donnerstag, 11.11.2021	19:00 Uhr	"Sind Religionen gefährlich?" Kein Weltfrieden ohne Religionsfrieden	Georg Spindler, Diakon	VHS Raum 7	M1071	8,-
Freitag, 12.11.2021	15:00 Uhr	Säure-Basen-Balance - gesund und schlank	Lydia Pohl, Kosmetikerin, Ernährungsberaterin	Kosmetikinstitut Lydia Pohl, Werner-von- Siemens-Straße 32a	M3947	42,-
Freitag, 12.11.2021	17:00 Uhr	Indische Thali	Elizabeth Sörensen- Jacob	Werner-von-Siemens- Mittelschule, Schulküche (K01), 83301 Traunreut	M3912	21,-
Freitag, 12.11.2021	18:00 Uhr	Räuchern mit Kräutern im Jahreskreis unseres Lebens	Andrea Illguth	Obereggerhausen 1, 83355 Grabenstätt	M3372	55,-
Freitag, 12.11.2021	19:00 Uhr	Line Dance - Schnupper- Workshop	Gina Reicheneder	Studio für Fitness & Entspannung, Johann- Hinrich-Wichern-Str. 7	M2828	12,-
Freitag, 12.11.2021	19:00 Uhr	Vom Auslachen zum Anlachen Die Veredelung von Heiterkeit in der europäischen Kulturgeschichte	Prof. Dr. rer. soc. Martin Doehlemann	VHS Raum 7	M1080	8,-
Freitag, 12.11.2021	20:00 Uhr	PhiloSalon! - Was ist Verantwortung?	Stefanie Rieger	Online-Kurs	M1163	5,-
Samstag, 13.11.2021	09:00 Uhr	Klassische Bildhauerei in Holz - Schnupperkurs	Hubert Janson, Holzbildhauer	Atelier Janson, Gewerbering 4, 83370 Seeon	M2150B	135,-
Samstag, 13.11.2021	09:00 Uhr	Mobility Flow	Beate Benner, Fitness- Trainerin	Studio für Fitness & Entspannung, Johann- Hinrich-Wichern-Str. 7	M3088	20,-
Samstag, 13.11.2021	09:30 Uhr	Japanisch zum Kennenlernen	Mihoko Hogger-Seki	VHS Raum 4	M4500	38,-

Datum	Uhr	Veranstaltung	Dozent	Ort	Kurs-Nr.	Gebühr
Samstag, 13.11.2021	10:00 Uhr	DASMAXIMUM KunstGegenwart: Ein Blick hinter die Kulissen	Dr. Maria Schindelegger	Treffpunkt: DASMAXIMUM, Fridtjof-Nansen-Str. 16, 83301 Traunreut	M2101	10,-
Samstag, 13.11.2021	10:00 Uhr	"Machtspiele der Männer. Nicht mit Ihnen!" Stärke und Durchsetzung für Frauen im Beruf	Joachim Giesen, Coach	VHS Raum 7	M5016	49,-
Samstag, 13.11.2021	14:00 Uhr	Faszien Training mit der Black Roll	Ursula Küspert, Physiotherapeutin	Studio für Fitness & Entspannung, Johann- Hinrich-Wichern-Str. 7	M3091	25,-
Sonntag, 14.11.2021	10:00 Uhr	Fotografieren mit Spiegelreflex- und Systemkamera - Theorie und Praxis	Christopher Busch, Fotograf	VHS Raum 7	M2401	50,-
Sonntag, 14.11.2021	14:00 Uhr	Faszination Ton - Schnupperkurs	Katharina Herrmann	VHS Raum W2	M2140	36,-
Sonntag, 14.11.2021	14:30 Uhr	Beauty Yoga "die Essenz des Frau Seins"	Kerstin Wirth, zertifizierte Yogalehrerin & Ausbilderin für Yoga	Studio für Fitness & Entspannung, Johann- Hinrich-Wichern-Str. 7	M3050	18,-
Montag, 15.11.2021	19:00 Uhr	Schenken und Erben aus steuerlicher Sicht - Vortrag	Dr. Christian Mayerlechner	VHS Raum 7	M1135	10,-
Montag, 15.11.2021	19:00 Uhr	Online-Kochkurs: "Abwehrstark in die kalte Jahreszeit" - Live- Kochen mit Elina & Nana	Susanne Bernegger- Flintsch	online	M3909	15,-
Dienstag, 16.11.2021	19:00 Uhr	Handlettering - Workshop	Klaus Lebek	VHS Raum 4	M2136	20,-
Donnerstag, 18.11.2021	18:00 Uhr	Spanische Küche	Johannes Lehrer, Küchenmeister, Diätetisch geschulter Koch	Kernhaus, Lärchenstraße 1, 83349 Freutsmoos	M3939H	58,-
Donnerstag, 18.11.2021	19:00 Uhr	Kräutertees selbst gemischt	Andrea Rieplhuber, Kräuterpädagogin	Steinstraße 4, 83308 Trostberg	M3936	24,-
Donnerstag, 18.11.2021	19:00 Uhr	Eine digitale Gesellschaft - Fluch oder Segen? Eine Vision für das Jahr 2030 - online	Christian Winklmeier, Politikwissenschaftler, Bachelor of Arts	vhs-online: Microsoft Teams Live aus allgemeinem Meetingraum	M1040	12,-
Donnerstag, 18.11.2021	19:00 Uhr	5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen und was wir für unser Leben heute daraus lernen können!	Herbert Buchner, Religionslehrer	VHS Raum 7	M1235	10,-
Freitag, 19.11.2021	17:00 Uhr	Sagen, Mythen und Geschichte(n) der Münchener Altstadt - online	Barbara Feige, Stadtführerin	vhs-online: Zoom-Live aus allgemeinem Meetingraum	M2008	5,-

Datum	Uhr	Veranstaltung	Dozent	Ort	Kurs-Nr.	Gebühr
Freitag, 19.11.2021	17:30 Uhr	Orientalische vegetarische Küche	Sara Schmid	Werner-von-Siemens- Mittelschule, Schulküche (K01), 83301 Traunreut	M3924	19,-
Samstag, 20.11.2021	09:30 Uhr	Wunscherfüllungswerksta tt auf der Fraueninsel Ich bereue nichts im Leben - außer dem, was ich nicht getan habe	Susanne Maria Schumacher, Journalistin, Coach	Abtei Frauenwörth auf der Fraueninsel	M1211	63,-
Samstag, 20.11.2021	09:30 Uhr	Zumba® - Workshop	Gudrun Lutzenberger- Mayr, staatl. geprüfte Sport- und Gymnastiklehrerin	Studio für Fitness & Entspannung, Johann- Hinrich-Wichern-Str. 7	M3162	20,-
Samstag, 20.11.2021	10:00 Uhr	Seminar: Resilienztraining - so stärken Sie Ihre persönliche Widerstandskraft	Martina Huber, Zertifizierte Resilienztrainerin	VHS Raum 7	M1221	49,-
Samstag, 20.11.2021	10:00 Uhr	Frauensache(n): Von unseren Müttern und Großmüttern - denn aus den Wurzeln kommt unsere Kraft	Dr. med Anja Engelsing	Abteil Frauenwörth auf der Fraueninsel	M3315	80,-
Samstag, 20.11.2021	11:00 Uhr	PhiloCafé! - Was ist der Sinn des Lebens?	Stefanie Rieger	Café Schöne Helene, Trostberg	M1152	0.0,-
Samstag, 20.11.2021	14:00 Uhr	Zeit für mich - Yoga ein Weg zur Stressbewältigung	Nicole Wagner, Yogalehrerin BDY/EYU; Coach und Dipl. Kauffrau	Studio für Fitness & Entspannung, Johann- Hinrich-Wichern-Str. 7	M3056	30,-
Montag, 22.11.2021	18:00 Uhr	Impulsvortrag Ikigai: Dein guter Grund, morgens aufzustehen	Sabine Zimmermann, Sinn-Coach und Trainerin für Persönlichkeitsentwcklg.	VHS Raum 7	M1217	10,-
Montag, 22.11.2021	19:00 Uhr	Bartbalsam - Geheimwaffe der Bartpflege	Rainer Secker	Werner-von-Siemens- Mittelschule, Schulküche (K01), 83301 Traunreut	M3945	18,-
Montag, 22.11.2021	19:00 Uhr	Hugo Grotius und die Anfänge des Völkerrechts	Dr. phil. Stefan Schmitt	VHS Raum 4	M1015	8,-
Montag, 22.11.2021	19:30 Uhr	"Erdbeben Corona" - Trümmerhaufen oder Neuaufbau?	Stefan Weisflog	VHS Raum 7	M1202	10,-
Dienstag, 23.11.2021	18:00 Uhr	"Die ersten 100 Tage im neuen Job" - online	Dieter Feldges, Dipl. Betriebswirt	vhs-online: Zoom-Live aus allgemeinem Meetingraum	M5028	30,-
Dienstag, 23.11.2021	18:00 Uhr	Kryptowährungen - Bitcoins und seine Alternativen - online	Hartmut Nehme	vhs-online: Zoom-Live aus allgemeinem Meetingraum	M1102	15,-

Datum	Uhr	Veranstaltung	Dozent	Ort	Kurs-Nr.	Gebühr
Dienstag, 23.11.2021	18:30 Uhr	"Das Unternehmertestament" - online	Bertram Böhm, Rechts- und Patentanwalt	online	M1132	12,-
Dienstag, 23.11.2021	19:00 Uhr	Förderprogramme für Wohngebäuden beim Bauen und energetisch Sanieren	Peter Pospischil, Dipl.-Phys.	VHS Raum 4	M1434	ohne Gebühr
Dienstag, 23.11.2021	19:00 Uhr	Lesung aus Max Mannheimer: "Spätes Tagebuch"	Michael Stacheder, Regisseur und Schauspieler	VHS Raum 7	M1017	12,-
Mittwoch, 24.11.2021	18:00 Uhr	Japanisches Fastfood: Ramen und Gyoza - vegetarisch	Mihoko Hogger-Seki	Werner-von-Siemens-Mittelschule, Schulküche (K01), 83301 Traunreut	M3931	16,-
Mittwoch, 24.11.2021	18:30 Uhr	Zeitökonomisch kochen - bringt die Freude am Kochen zurück - online	Michaela Maria Peringer, Zertifizierte Ernährungsberaterin	vhs-online: vhs.cloud-Live aus allgemeinem Meetingraum	M3902	12,-
Mittwochs, 24.11.2021	19:00 Uhr	Rolle der Medien - Macht der Medien - Zukunft der Medien - online	Christian Winklmeier, Politikwissenschaftler, Bachelor of Arts	vhs-online: Microsoft Teams-Live aus allgemeinem Meetingraum	M1041	12,-
Mittwoch, 24.11.2021	19:30 Uhr	Astronomie in Griechenland	Astronomie im Chiemgau e. V.	Solarstromsternwarte, Oberreith 6a, 83567 Unterreit	M1021D	10,-
Donnerstag, 25.11.2021	18:00 Uhr	Neue Freundschaften und Kontakte im Internet knüpfen - online	Hartmut Nehme	vhs-online: Zoom-Live aus allgemeinem Meetingraum	M1230	15,-
Donnerstag, 25.11.2021	18:00 Uhr	Die deutsche Nord- und Ostseeküste mit dem Fahrrad	Alois Hackermeier	Heimathaus, Johann-Hinrich-Wichern-Straße 5	M2021	10,-
Donnerstag, 25.11.2021	18:00 Uhr	Steak Grillkochkurs	Johannes Lehrer, Küchenmeister, Diätetisch geschulter Koch	Kernhaus, Lärchenstraße 1, 83349 Freutsmoos	M3939I	68,-
Freitag, 26.11.2021	17:00 Uhr	Indische Küche: Weihnachtsmenü	Elizabeth Sörensen-Jacob	Werner-von-Siemens-Mittelschule, Schulküche (K01), 83301 Traunreut	M3920	21,-
Samstag, 27.11.2021	09:00 Uhr	TriYoga® Basics - Workshop	Cornelia Oehlschlägel, Yogalehrerin BYV, TriYoga®	Studio für Fitness & Entspannung, Johann-Hinrich-Wichern-Str. 7	M3037	20,-
Samstag, 27.11.2021	09:30 Uhr	Die Innere Burg - bei sich selbst zuhause sein Biografischer Jahresrückblick in der Abtei Frauenwörth	Susanne Maria Schumacher, Journalistin, Coach	Abtei Frauenwörth auf der Fraueninsel	M2461	55,-
Samstag, 27.11.2021	10:00 Uhr	Intensiv-Workshop-Ikigai: Vier Fragen, die dein Leben verändern	Sabine Zimmermann, Sinn-Coach und Trainerin für Persönlichkeitsentwicklg.	VHS Raum 4	M1218	49,-

Datum	Uhr	Veranstaltung	Dozent	Ort	Kurs-Nr.	Gebühr
Montag, 29.11.2021	18:30 Uhr	Erben und Schenken - Testamente und Übergaben gestalten - online	Bertram Böhm, Rechts- und Patentanwalt	vhs-online: Zoom-Live aus allgemeinem Meetingraum	M1131	12,-
Montag, 29.11.2021	19:30 Uhr	Noch einmal Kind sein - wäre das nicht schön?	Stefan Weisflog	VHS Raum 7	M1203	10,-
Montag, 29.11.2021	19:30 Uhr	Mietrecht I - Informationen und Tipps rund um das Mietverhältnis	Alexander Blobner, Rechtsanwalt	VHS Raum 4	M1138	10,-
Dienstag, 30.11.2021	18:00 Uhr	"Mitarbeiterführung - vom Kollegen zum Vorgesetzten" - online	Dieter Feldges, Dipl. Betriebswirt	vhs-online: Zoom-Live aus allgemeinem Meetingraum	M5027	30,-
Dienstag, 30.11.2021	19:00 Uhr	Exotismus, Orientalismus und "Primitivismus" in der Kunst der Moderne (1800 - 1914)	Dr. phil. Stefan Schmitt	VHS Raum 7	M1014	8,-

Bitte beachten Sie:

- Bitte melden Sie sich **RECHTZEITIG** einige Tage vor Kursbeginn an!
Auf diese Weise können wir Sie auch stets über aktuelle Entwicklungen informieren!
 - **Aufgrund der aktuellen Hygienevorschriften können Vorträge nur nach vorheriger Anmeldung besucht werden!**
 - Bitte kommen Sie **nicht** in die vhs, wenn Sie **Erkältungssymptome** haben und betreten Sie die vhs bei Ankunft und beim Verlassen sowie auf den Gängen mit einer geeigneten **Mund-Nasen-Bedeckung!**
 - Veranstaltungen, bei denen absehbar ist, dass die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden wird, müssen wir **STORNIEREN!** Eine rechtzeitige Anmeldung erleichtert uns die Arbeit, den Referentinnen und Referenten die Planung und erspart Ihnen womöglich eine Absage der gewünschten Veranstaltung!
 - Bitte erkundigen Sie sich rechtzeitig vor Veranstaltungsbeginn über den Veranstaltungsort und die Anfahrts- und Zugangsmöglichkeiten. Hinweise hierzu finden Sie in den jeweiligen Kursbeschreibungen, auf unserer Homepage unter <http://www.vhs-traunreut.de/index.php?id=124>, für Veranstaltungen im Stadtgebiet von Traunreut im Programmheft auf Seite 6 und für EDV auch im Vorspann des Programmbereichs.
- Es gelten die 3 G Regelungen!**

