

vhs – Einzelveranstaltungskalender
Januar 2026

| Datum | Uhr | Veranstaltung | Dozent | Ort | Kurs-Nr. | Gebühr |
|---------------------------|-----------|---|---|---|----------|----------------|
| Freitag, 02.01.2026 | 15:30 Uhr | Schneeschuherlebnis im Mondschein mit Einkehr auf der Alm "... weils am Abend einfach no ruhiger und schöner is auf unsere Berg!" | Christian Pichler, ausgeb. Berg- Schneeschuhwander- führer | Treffpunkt: Chiemgau, Inngau, Tirol | W3362 | 55,- |
| Donnerstag, 08.01.2026 | 18:00 Uhr | FaktenSicher für Demokratie: Desinformation entlarven Tipps und Tricks gegen Fake News von den Faktenfindern der Tagesschau | | Online-Kurs | V1103 | ohne Gebühr |
| Freitag, 09.01.2026 | 19:30 Uhr | Sternführung (bloßes Auge): Chiemsee (Rimsting) | Manuel Philipp, Paten der Nacht gGmbH., | Treffpunkt: Greimharting 4, Rimsting, auf dem Parkplatz der Firma Fischer Werkzeugbau | W1106 | 20,- |
| Freitag, 09.01.2026 | 20:45 Uhr | Sternführung (bloßes Auge): Winklmoosalm | Manuel Philipp, Paten der Nacht gGmbH., | Treffpunkt: Platz der Dürnbachhorn- Nostalgie-Sesselbahn | W1107 | 20,- |
| Freitag, 09.01.2026 | 18:15 Uhr | Workshop E-Gitarre für Anfänger/innen und Fortgeschrittene | Thomas Schnabel | Bürgertreff Seeon, Altenmarkter Str. 20, Seeon | W9244 | 30,- |
| Samstag, 10.01.2026 | 09:00 Uhr | Schneeschuherlebnis für Jedermann "... weil's einfach gmäitlicher und stressfreier ist als Skifahren!" | Christian Pichler, ausgeb. Berg- Schneeschuhwander- führer | Treffpunkt: Chiemgau, Tirol, je nach Schneelage | W3360A | 49,- |
| Samstag, 10.01.2026 | 09:00 Uhr | Schneeschuherlebnis mit Rodelspaß "... weil mia einfach alle gerne mal wieder Kinder san" | Christian Pichler, ausgeb. Berg- Schneeschuhwander- führer | Treffpunkt: Chiemgau, Tirol, je nach Schneelage | W3361 | 55,- |
| Samstag, 10.01.2026 | 10:00 Uhr | Digital kreativ: Welt des Podcastings im Zeitalter von Künstlicher Intelligenz – online | Kamilla Nowicki, M. A. | Online-Kurs (Zoom) | V5193 | 30,- |
| Sonntag, 11.01.2026 | 09:00 Uhr | Vogelbeobachtung am Turm in Seebbruck | | Treffpunkt: Vogelbeobachtungs- turm im Kurpark Seebbruck, Römerstraße | W9213 | ohne Gebühr |



vhs – Einzelveranstaltungskalender
Januar 2026

| Datum | Uhr | Veranstaltung | Dozent | Ort | Kurs-Nr. | Gebühr |
|---------------------------|-----------|---|---|--|----------|-------------|
| Montag, 12.01.2026 | 19:30 Uhr | Meditation & Achtsamkeit - Schnupperstunde | Verena Löber, Heilpraktikerin & Ernährungswissenschaftlerin | Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7, Traunreut | W3101 | 12,50 |
| Montag, 12.01.2026 | 18:30 Uhr | KI, Datenschutz & Compliance – was wirklich zählt (2025+) | Arno S. Schimmelpfennig | Online-Kurs (edudip) | V1422 | 25,- |
| Dienstag, 13.01.2026 | 12:30 Uhr | Der individuelle Sanierungsfahrplan (iSFP) im Überblick - online | Martin Korndörfer, Energieberater der Verbraucherzentrale Bayern e. V | Online-Kurs (edudip) | V1239A | ohne Gebühr |
| Donnerstag, 15.01.2026 | 19:00 Uhr | Aus Alt mach Neu: Wie richtig sanieren? - online | Matthias Rösch, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern | Online-Kurs (edudip) | V1236A | ohne Gebühr |
| Freitag, 16.01.2026 | 14:00 Uhr | Die Fermentation ist eine Genussreise und Aromachemie vom Allerfeinsten! | Andrea Illguth | Obereggerhausen 1, 83355 Grabenstätt | W3560 | 135,- |
| Samstag, 17.01.2026 | 09:30 Uhr | Zumba® - Workshop | Gudrun Lutzenberger-Mayr, staatl. geprüfte Sport- und Gymnastiklehrerin | Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7, Traunreut | W3325 | 20,- |
| Sonntag, 18.01.2026 | 09:00 Uhr | Drechselkurs für Einsteiger/innen | Marco Bruckner | Nöstlbach 34, 83132 Pittenhart | W2165 | 115,- |
| Montag, 19.01.2026 | 18:30 Uhr | Testamente gestalten und Steuern sparen - online | Bertram Böhm, Rechts- und Patentanwalt | Online-Kurs (Zoom) | W1321 | 12,- |
| Montag, 19.01.2026 | 19:00 Uhr | Politische Partizipation und Bürgerräte - online | Daniel Oppold | Online-Kurs | V1082 | ohne Gebühr |
| Montag, 19.01.2026 | 12:30 Uhr | Energie sparen im Alltag – Tipps und Tricks - online | Rainer Moll, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern | Online-Kurs (edudip) | V1273 | ohne Gebühr |
| Dienstag, 20.01.2026 | 19:00 Uhr | Dynamische Stromtarife – wann lohnen sie sich? - online | Daniel Eisel, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern | Online-Kurs (edudip) | V1274 | ohne Gebühr |
| Mittwoch, 21.01.2026 | 19:00 Uhr | Teilzeitfalle - wie FRAU trotzdem eine hohe Rente erreichen kann - online | Almut Barnstedt | Online-Kurs (Zoom) | W1313 | ohne Gebühr |
| Mittwoch, 21.01.2026 | 19:30 Uhr | Line Dance - Workshop für Anfänger/innen | Gina Reicheneder, Deutsches Tanzsportabzeichen Silber | Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut | W2827 | 15,- |



vhs – Einzelveranstaltungskalender
Januar 2026

| Datum | Uhr | Veranstaltung | Dozent | Ort | Kurs-Nr. | Gebühr |
|---------------------------|-----------|--|--|--|----------|-------------|
| Mittwoch, 21.01.2026 | 13:00 Uhr | Effizientes Arbeiten mit OneNote Mehr Struktur und Produktivität mit Microsoft OneNote – Tipps & Tricks für den Alltag | Christa Weny | Online-Kurs | V5158 | 39,- |
| Donnerstag, 22.01.2026 | 18:30 Uhr | Vortrag: „Kinderwunsch: Wie Sie sich & Ihren Körper optimal vorbereiten“ | Verena Löber, Heilpraktikerin & Ernährungswissenschaftlerin | Heimathaus, Heimatstube, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 5, Traunreut | W3004 | 12,- |
| Donnerstag, 22.01.2026 | 19:00 Uhr | Bauen mit Holz: Nachhaltiger Rohstoff mit vielen Möglichkeiten - online | Gisela Kienzle, Energieberaterin für die Verbraucherzentrale Bayer | Online-Kurs (edudip) | V1264 | ohne Gebühr |
| Donnerstag, 22.01.2026 | 18:00 Uhr | FaktenSicher für Demokratie: Erinnerungskultur Journalismus und gesellschaftliche Verantwortung: Das Projekt „Stolpersteine NRW“ | | Online-Kurs | V1104 | ohne Gebühr |
| Donnerstag, 22.01.2026 | 17:00 Uhr | Kochkurs: „Spanischer Abend – Tapas, Paella & süße Verführung“ | Johannes Lehrer, Küchenmeister, Diätetisch geschulter Koch | Kernhaus, Lärchenstraße 1, 83349 Freutsmoos | W3939A | 85,- |
| Donnerstag, 22.01.2026 | 16:00 Uhr | Englisch - Beratung und Einstufung | Nicola Fastner, M. A. | VHS, Raum 3, 1. OG, Rathausplatz 7, Traunreut | W4200 | ohne Gebühr |
| Freitag, 23.01.2026 | 18:00 Uhr | Vortrag: „Hilfestellungen bei psychischen Belastungen“ | Katrin Pletschacher | IG Metall, Kantstraße 11, Traunreut | W3028 | 12,- |
| Freitag, 23.01.2026 | 12:30 Uhr | Heizungserneuerung: Wie packt man's richtig an? - online | Gisela Kienzle, Energieberaterin für die Verbraucherzentrale Bayer | Online-Kurs | V1251A | ohne Gebühr |
| Samstag, 24.01.2026 | 09:00 Uhr | Social Media Werkstatt - für Fortgeschrittene | Freiwilligenagentur | Kath. Kreisbildungswerk, Vonfichtstr. 1, Traunstein | W1602 | 10,- |
| Sonntag, 25.01.2026 | 10:00 Uhr | Kizomba Beginner Bootcamp | Martina Kufer | Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7, Traunreut | W2858 | 20,- |



vhs – Einzelveranstaltungskalender
Januar 2026

| Datum | Uhr | Veranstaltung | Dozent | Ort | Kurs-Nr. | Gebühr |
|---------------------------|-----------|--|--|--|----------|----------------|
| Sonntag, 25.01.2026 | 14:30 Uhr | Excel - Basics - online | Thilo Herzau, IT-Kaufmann | Online-Kurs (Zoom) | W5144 | 48,- |
| Montag, 26.01.2026 | 18:30 Uhr | Das Unternehmertestament - online | Bertram Böhm, Rechts- und Patentanwalt | Online-Kurs (Zoom) | W1327 | 12,- |
| Mittwoch, 28.01.2026 | 19:00 Uhr | Der Taiwankonflikt - Entwicklungen und Akteure - online | Angela Stanzel | Online-Kurs | W1083 | ohne Gebühr |
| Donnerstag, 29.01.2026 | 18:30 Uhr | Vortrag: „Zyklusbalance: Ernährung, Bewegung & Entspannung im Einklang mit Deinem Zyklus“ | Verena Löber, Heilpraktikerin & Ernährungswissen- schaftlerin | Heimathaus, Heimatstube, Joh.- Hinrich-Wichern-Str. 5, Traunreut | W3005 | 12,- |
| Donnerstag, 29.01.2026 | 19:00 Uhr | Fördermöglichkeiten in der kleinen WEG - online | Eva Langhein, Energieberaterin für die Verbraucherzentrale Bayer | Online-Kurs | V1263 | ohne Gebühr |
| Freitag, 30.01.2026 | 14:30 Uhr | Filmnachmittag im Seniorencafé - (Künstlerporträt) | Landesmediendienste Bayern e. V. | Seniorencafé, Traunwalchner Str. 1, Traunreut | W1700 | 5,- |
| Freitag, 30.01.2026 | 18:30 Uhr | Esel-Wanderung - Mondscheintour für Erwachsene und Kinder ab 8 Jahren | Tamara Wadler, Soziale Arbeit (BA), Umwelt- und Erlebnispädagogin | Treffpunkt: Pension Holneich, Holneich 2, 83362 Surberg/Lauter | W3395 | 39,- |
| Samstag, 31.01.2026 | 09:00 Uhr | Digital fit: Fotos vom Smartphone an den PC übertragen und sichern | Jonas Gmeiner, Fachinformatiker | VHS, Raum W1, Marienstr. 20, Traunreut | W5176 | 10,- |
| Samstag, 31.01.2026 | 09:00 Uhr | Schneeschuherlebnis mit Rodelspaß "... weil mir einfach alle gerne mal wieder Kinder sind" | Christian Pichler, ausgeb. Berg- Schneeschuhwander- führer | Treffpunkt: Chiemgau, Tirol, je nach Schneelage | W3361A | 55,- |
| Samstag, 31.01.2026 | 09:00 Uhr | Schneeschuherlebnis für Jedermann "... weil's einfach gernatlicher und stressfreier ist als Skifahren!" | Christian Pichler, ausgeb. Berg- Schneeschuhwander- führer | Treffpunkt: Chiemgau, Tirol, je nach Schneelage | W3360B | 49,- |
| Samstag, 31.01.2026 | 14:00 Uhr | Drechselkurs für Einsteiger/innen | Marco Bruckner | Nöstlbach 34, 83132 Pittenhart | W2165A | 115,- |
| Samstag, 31.01.2026 | 14:00 Uhr | Klang erleben - Archaische Instrumente | Elen Caglayan, Klangtherapeutin | Studio für Fitness & Entspannung, Joh.- Hinrich-Wichern-Str. 7, Traunreut | W2715 | 20,- |



vhs – Einzelveranstaltungskalender
Januar 2026

| Datum | Uhr | Veranstaltung | Dozent | Ort | Kurs-Nr. | Gebühr |
|-------|-----|---------------|--------|-----|----------|--------|
|-------|-----|---------------|--------|-----|----------|--------|

Bitte beachten Sie:

- Bitte kommen Sie **nicht** in die vhs, wenn Sie **Erkältungssymptome** haben.
- 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>

