



Volkshochschule-Musikschule  
Bad Homburg v. d. Höhe



FRÜHJAHR  
SOMMER  
2025

Kurse und Veranstaltungen  
Friedrichsdorf



GESCHICHTE UND UMWELT

Rundgang durch Burgholzhausen

Die heute den Ortskern von Burgholzhausen prägenden Fachwerkhäuser stammen zumeist aus dem 16. und 17. Jahrhundert, als das Dorf noch eine Umwehrung aus Palisade, Gebüch und Wächtergang besaß. Im 16. und 17. Jahrhundert dominierten dann ständig wechselnde Herrschaftsverhältnisse und Religionsstreitigkeiten das Leben der Bewohner. Diese führten schließlich dazu, dass Burgholzhausen im 18. Jahrhundert über drei Goteshäuser (katholisch, lutherisch, reformiert) verfügte. Für einen so kleinen Ort war das ungewöhnlich – heute verdankt man diesem Umstand zwei schöne Dorfkirchen, die beim Rundgang ebenfalls besucht werden.

**D101167** Karin Halfmann  
Freitag, 16.05.2025, 17:00–18:30 Uhr  
Friedrichsdorf, Treffpunkt: Haupteingang der Ev. Kirche Burgholzhausen, Alt Burgholzhausen 22  
1 Termin – Gebühr 10,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende

Die Welt der keltischen Oppida

Die großen keltischen Stadtanlagen, wie das Heidetränkoppidum oder das Oppidum auf dem Dünsberg, entstanden relativ spät in der keltischen Geschichte um 120 v. Chr. Wie kam es dazu, und weshalb geschah dies gerade in dieser Phase? Welche Bedeutung hatten sie für die Stämme, in deren Gebieten sie lagen, und inwiefern ähnelten sie den mediterranen Städten? Der Vortrag geht auf diese und weitere Fragen ein.

**D101300** Michael Schmidt  
Montag, 28.04.2025, 19:30–21:00 Uhr  
Friedrichsdorf, Seminarraum Ökosiedlung, Am Eisspeicher 3 (neben der Bäckerei)  
1 Termin – Gebühr 10,00 EUR

Expedition Waldboden:  
Kleine Tiere ganz groß  
Für Familien mit Kindern  
ab 6 Jahren



Wie viele Tiere leben in einem Kubikmeter Boden? So viele, wie es Menschen auf der Erde gibt! Aber was machen diese winzigen Lebewesen den ganzen Tag? Und wieso sind sie für den Boden so wichtig?



Begleite uns auf eine spannende Expedition zu den kleinen Tieren des Waldes, denen wir mit Becherlupen und Sieben nachspüren. Heute darf es also etwas dreckig werden! (Kinder bitte mit erwachsenen Begleitpersonen).

**D113043** Jan Wacker  
Sonntag, 18.05.2025, 10:00–12:00 Uhr  
Friedrichsdorf, Treffpunkt Eulen-Spielplatz in Seulberg am Ende der Hardtwaldallee  
1 Termin – Gebühr 12,00 EUR, ermäßigt 8,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

**Am 6. Juli 2025 bieten wir die kleine Wanderung „Zeitreise in der Wetterau: Auf dem kulturhistorischen Wanderweg zum Kloster Arnsburg“ an. Mehr Infos im Gesamt-Programmheft oder unter [www.vhs-badhomburg.de](http://www.vhs-badhomburg.de)**

FITNESS

Einführung in Okinawa-Karate

In Zusammenarbeit mit TV Seulberg 1898 e.V. Karate mal nicht als Wettkampfsport, sondern als klassische Kampfkunst! Lernen Sie im TV Seulberg mit Shogen-Ryu-Okinawa-Karate einen authentischen Karate-Stil der Okinawa-Inseln mit Schwerpunkt auf Selbstverteidigung und der eigenen persönlichen Entwicklung kennen.

Alle Techniken orientieren sich an natürlichen Bewegungen und werden entspannt, aber koordiniert und effektiv ausgeführt. Shogen-Ryu ist dadurch gesundheitserhaltend und -fördernd und bietet gleichzeitig die Grundlage für eine effektive Abwehr.

Es eignet sich gleichermaßen für Erwachsene (ab 18), „Mittelalte“ und Senior:innen. Es finden keine Wettkämpfe statt.

**D300069** TV Seulberg 1898 e.V.  
freitags, 20:00–21:30 Uhr  
Beginn: Fr, 07.02.2025  
Friedrichsdorf, Hardtwaldhalle des TV Seulberg, Landwehrstr. 5a  
6 Termine – Gebühr 55,00 EUR, keine Ermäßigung  
mind. 6 Teilnehmende



ZUMBA® Fitness

ZUMBA® Fitness ist das einzige Tanz- und Fitnessprogramm zu lateinamerikanischer Musik, bei dem heiße internationale Musik von Grammy-Gewinnern mit ansteckenden Moves aus Fitnesspartyprogrammen kombiniert wird. Seit seiner Einführung im Jahr 2001 hat sich das ZUMBA-Programm zum größten und erfolgreichsten Tanz- und Fitnessprogramm der Welt entwickelt. Es erwarten Sie exotische Klänge zu kraftvollen Latino-Rhythmen und internationalen Beats. Werden Sie fit und gewinnen Sie mehr Energie! Der Einstieg ist einfach, das Training ist effektiv und Spaß macht es ohnehin.

**D302040** Addy Margelen Rojas Garavito  
mittwochs, 20:00–21:00 Uhr  
Beginn: Mi, 05.02.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule, Gymnastikraum  
19 Termine – Gebühr 139,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende

Pilates

Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken, die Körpermitte, im Pilates auch „Powerhouse“ genannt. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Die Bewegungen werden bewusst und mit Konzentration ausgeführt. Die Übungen sind effektiv und zeigen rasch Erfolge. Gut für alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen. Keine Vorkenntnisse nötig. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe oder Socken, Übungsmatte, Decke, Handtuch, flaches Kissen.

**D302131** Ana Morch  
mittwochs, 18:15–19:30 Uhr  
Beginn: Mi, 05.02.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg, Herrenhofstr. 1  
16 Termine – Gebühr 151,00 EUR  
6–8 Teilnehmende



## YOGA

## Hatha-Yoga

Körperübungen und -haltungen (Asanas) zur Dehnung, Kräftigung und für mehr Beweglichkeit; Körperwahrnehmung mit dem Atem zur (Tiefen-)Entspannung, Beruhigung des Geistes, Stärkung der Gesundheitskompetenzen für die stressreduzierte Gestaltung des Alltags. Für Einsteiger:innen und Teilnehmende mit Yoga-Erfahrung. Bitte lockere Kleidung, eine Decke, ein kleines Kissen sowie eine Yoga- oder Isomatte mitbringen!

**D301300** Christine Ewen  
mittwochs, 18:30–19:45 Uhr  
Beginn: Mi, 05.02.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule,  
Gymnastikraum  
17 Termine – Gebühr 139,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

**D301304** Durga Guntz  
dienstags, 19:00–20:30 Uhr  
Beginn: Di, 18.02.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg,  
Herrenhofstr. 1  
14 Termine – Gebühr 159,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende

**D301310** Durga Guntz  
donnerstags, 19:00–20:30 Uhr  
Beginn: Do, 20.02.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg,  
Herrenhofstr. 1  
13 Termine – Gebühr 147,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende

**D301315** Durga Guntz  
montags, 09:30–11:00 Uhr  
Beginn: Mo, 10.03.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg,  
Herrenhofstr. 1  
11 Termine – Gebühr 115,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

**D301321** Durga Guntz  
dienstags, 10:30–12:00 Uhr  
Beginn: Di, 18.02.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg,  
Herrenhofstr. 1  
14 Termine – Gebühr 145,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

## ENGLISCH

## Englisch A2.2 – Endlich Zeit für Englisch

## Let's Enjoy English A2.2 ab Lektion 1

Für fortgeschrittene Anfänger:innen: Sie haben bereits Grundkenntnisse und möchten Ihre Sprachkenntnisse in einem moderaten Lerntempo erweitern? Mit ausreichend Zeit können Sie Vokabular und Grammatik kommunikativ und alltagsnah erweitern.

**Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.2, Klett, ISBN 978-3-12-501639-2 (Printausgabe)**

**D406521** Ulrike Müller-Hugenschmidt  
donnerstags, 18:00–19:30 Uhr  
Beginn: Do, 06.02.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule,  
Färberstraße 10, Raum E003  
15 Termine – Gebühr 150,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende  
Anmeldung bis 03.02.2025



**Besuchen Sie uns auch im Internet!**

Das aktuelle Programm mit der Übersicht aller Sprachkurse finden Sie auf unserer Website [www.vhs-badhomburg.de](http://www.vhs-badhomburg.de)



## FRANZÖSISCH

## Französisch A1.1 von Anfang an Voyages neu A1 ab Lektion 1

Für Anfänger:innen ohne Vorkenntnisse: Lebensnaher und kommunikativer Einstieg in die Sprache in einem normalen Lerntempo.

**Lehrbuch: Voyages neu A1, ISBN 978-3-12-529412-7**

Bitte erkundigen Sie sich vor dem Kauf des Buches, ob der Kurs durchgeführt werden kann.

**D408126** Ulrike Müller-Hugenschmidt  
dienstags, 17:30–19:00 Uhr  
Beginn: Di, 11.02.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule,  
Färberstraße 10, Raum E003  
14 Termine – Gebühr 140,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende  
Anmeldung bis 06.02.2025

Französisch A2.1  
Voyages neu A2 ab Lektion 3

Für leicht fortgeschrittene Anfänger:innen nach abgeschlossener Niveaustufe A1: Sie verfügen über Grundkenntnisse (auch aus länger zurückliegendem Unterricht) und möchten Ihre Sprachkenntnisse lebensnah und kommunikativ zu einem soliden Basiswissen erweitern. Der Kurs beginnt mit einem A2-Buch und eignet sich auch als Neubeginn auf fortgeschrittenem Anfängerniveau.

**Lehrbuch: Voyages neu A2, Klett, ISBN 978-3-12-529422-6**

**D408428** Ulrike Müller-Hugenschmidt  
dienstags, 09:00–10:30 Uhr  
Beginn: Di, 04.02.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg,  
Herrenhofstr. 1  
15 Termine – Gebühr 171,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 30.01.2025

## Französisch B1+ Konversation und Ausbau

## Voyages neu B1 ab Lektion 10

Für Teilnehmende mit guten Sprachkenntnissen: Der Kurs dient der Vertiefung und Erweiterung fortgeschrittener Sprachkenntnisse. Im Vordergrund steht das freie Sprechen und der möglichst selbstständige Umgang mit der Sprache anhand aktueller Texte und interessanter Themen. Aber auch Wortschatz und Grammatik werden gefestigt und reaktiviert.

**Lehrbuch: Voyages neu B1, Klett, ISBN 978-3-12-529431-8** (Für Quereinsteiger: Der Kauf des angegebenen Buches ist für diesen Kurs nicht mehr erforderlich.)

**D408795** Emmanuelle Müller  
donnerstags, 09:30–11:00 Uhr  
Beginn: Do, 06.02.2025  
Friedrichsdorf, Forum Köppern, Dreieichstr. 22  
15 Termine – Gebühr 171,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 03.02.2025

## Französisch C1 Conversation

Avec des textes soigneusement choisis comme base, ce cours doit vous offrir plus de sécurité dans l'expression orale, dans la discussion et dans la présentation de petits exposés.

**D408947** Odile Espitalier  
mittwochs, 09:30–11:00 Uhr  
Beginn: Mi, 05.02.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg,  
Herrenhofstr. 1  
15 Termine – Gebühr 150,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende  
Anmeldung bis 30.01.2025

**ITALIENISCH****Italienisch A1.1 von Anfang an  
Allegro nuovo A1 ab Lektion 1**

Für Anfänger:innen ohne Vorkenntnisse:  
Lebensnaher und kommunikativer Einstieg in  
die Sprache.

**Lehrbuch: Allegro nuovo A1, Klett,  
ISBN 978-3-12-525590-6**

Bitte erkundigen Sie sich vor dem Kauf des  
Buches, ob der Kurs durchgeführt werden  
kann.

**D409126** Patrizia Zampini Yoon  
dienstags, 09:00–10:30 Uhr  
Beginn: Di, 11.02.2025  
Friedrichsdorf, Taunusresidenz, Seniorentreff  
15 Termine – Gebühr 150,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende  
Anmeldung bis 06.02.2025

**Italienisch A1.4 am Abend  
Allegro nuovo A1 ab Lektion 9**

Für fortgeschrittene Anfänger:innen mit  
Grundkenntnissen: Lebensnahe und kom-  
munikative Erweiterung von grundlegenden  
Sprachkenntnissen. Der Kurs beendet das  
Lehrbuch der A1, wiederholt und festigt  
wichtige Inhalte am Ende der Stufe vor dem  
Beginn eines Lehrwerks auf A2-Niveau.

**Lehrbuch: Allegro nuovo A1, Klett,  
ISBN 978-3-12-525590-6** (Für Quereinstei-  
ger: Der Kauf des A1-Buches ist für diesen  
Kurs nicht mehr erforderlich.)

**D409365** Tiziana Pretara  
montags, 19:00–20:30 Uhr  
Beginn: Mo, 03.02.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule,  
Färberstraße 10, Raum E002  
15 Termine – Gebühr 150,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende  
Anmeldung bis 30.01.2025

**Italienisch A2.1– Endlich Zeit  
für Italienisch****Allegro nuovo A2 ab Lektion 2**

Für fortgeschrittene Anfänger:innen: Sie  
haben bereits Grundkenntnisse und möchten  
Ihre Sprachkenntnisse in einem moderaten  
Lerntempo erweitern? Mit ausreichend Zeit  
können Sie Vokabular und grammatische  
Kenntnisse kommunikativ und alltagsnah  
erweitern und dabei viel über die italienische  
Lebenskultur erfahren.

**Lehrbuch: Allegro nuovo A2, Klett, ISBN  
978-3-12-525593-7**

**D409424** Patrizia Zampini Yoon  
dienstags, 10:30–12:00 Uhr  
Beginn: Di, 11.02.2025  
Friedrichsdorf, Taunusresidenz,  
Seniorentreff  
15 Termine – Gebühr 150,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende  
Anmeldung bis 06.02.2025

**Italienisch B1.1 am Abend  
Dieci B1 ab Lektion 4**

Für fortgeschrittene Lernende mit guten  
Grundkenntnissen (nach Abschluss eines  
A2-Lehrwerks): Kurse der Stufe B1 bauen  
Ihre sprachlichen Fähigkeiten in einem  
normalen Lerntempo solide und vor allem  
kommunikativ aus. Sie festigen Ihre Gram-  
matikkenntnisse und erweitern Ihren aktiven  
Wortschatz mit interessanten Themen.

**Lehrbuch: Dieci B1, Hueber,  
ISBN 978-3-19-025647-1**

**D409624** Tiziana Pretara  
montags, 17:30–19:00 Uhr  
Beginn: Mo, 03.02.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule,  
Färberstraße 10, Raum E002  
15 Termine – Gebühr 171,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 30.01.2025

**COMPUTER FÜR SCHÜLER:INNEN****Tastschreiben  
Für Schüler:innen ab 9 Jahren**

Die Kinder lernen mit zehn Fingern am  
eigenen Notebook blind zu schreiben. Die  
multi-sensorische Methode verzahnt die  
Sinneskanäle Sehen, Hören und Fühlen. Eine  
Geschichte, Symbole und Farben aktivieren  
beide Hirnhälften. Spiele und Entspannung  
ermöglichen ganzheitliches Lernen.  
Bitte mitbringen: Notebook, Netzkabel,  
Schreibzeug, Pausensnack.  
Die VHS stellt für den Kurs das Buch „Tast-  
schreiben heute“ (Herdt-Verlag) zur Verfügung,  
das von den Teilnehmenden zum Preis von  
15,00 Euro erworben werden kann.

**E501111** Michaela Schrage  
Montag, 06.01. bis Freitag, 10.01.2025,  
jeweils 9:15 bis 13:00 Uhr  
Friedrichsdorf, Seminarraum Ökosiedlung,  
Am Eisspeicher 3 (neben der Bäckerei)  
5 Termine – Gebühr 124,00 EUR,  
keine Ermäßigung  
mind. 6 Teilnehmende

**D501110** Michaela Schrage  
Montag, 07.04. bis Freitag, 11.04.2025,  
jeweils 9:15 bis 13:00 Uhr  
Friedrichsdorf, Seminarraum Ökosiedlung,  
Am Eisspeicher 3 (neben der Bäckerei)  
5 Termine – Gebühr 124,00 EUR,  
keine Ermäßigung  
mind. 6 Teilnehmende

**Besuchen Sie uns auch im Internet!**

Das aktuelle Programm mit allen Kursen für  
Kinder und Jugendliche gibt's jederzeit unter  
[www.vhs-badhomburg.de](http://www.vhs-badhomburg.de)



Folgen Sie uns außerdem auf Facebook (VHS Bad Homburg)  
oder Instagram (vhsbadhomburg) und verpassen Sie keine  
Neuigkeiten.

# Anmeldung für eine Veranstaltung der VHS Bad Homburg (Anmeldung auch über [www.vhs-badhomburg.de](http://www.vhs-badhomburg.de) möglich)

Füllen Sie bitte das Anmeldeformular vollständig aus und senden Sie es an eine Geschäftsstelle der VHS.

**Falls Sie eine Gebührenermäßigung beantragen, fügen Sie bitte den entsprechenden Nachweis bei.**

## Einzugsermächtigung für SEPA-Lastschrift:

Hiermit ermächtige ich den Volksbildungskreis, die Gebühr(en), bis auf Widerruf, zu Lasten folgenden Kontos einzuziehen:

IBAN: DE / / / / /

Name der Bank/BIC

Kontoinhaber:in (falls abweichend)

Ich erkläre mich mit den Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der Volkshochschule Bad Homburg einverstanden (einsehbar unter <https://www.vhs-badhomburg.de/agb>)

Datum, Ort und Unterschrift

Kurs-Nr./Kurs-Titel bzw. Unterrichtsfach\*

Name (surname, family name)\*

Vorname (first name)\* und Altersgruppe\*

unter 18  18–24  25–34  35–49  50–64  65–74  75 u. älter

Erziehungsberechtigte:r/Name und Vorname\*

Straße/Hausnummer\*

PLZ/Ort\*

Telefon\* (Festnetz/Mobil)

E-Mail\* \* Pflichtfelder

Wie haben Sie von unserem Kursangebot erfahren?

- Programmheft
- Homepage
- Newsletter
- Facebook/Instagram
- Flyer/Aushang
- Zeitung
- Dozent:in
- Freunde/Bekannte
- Ich bin Stammkunde
- Sonstiges



**Leitung der Außenstelle Friedrichsdorf: Susanne Horn**  
Elisabethenstraße 4–8, 61348 Bad Homburg, Telefon: 06172 23006, [info@vhs-badhomburg.de](mailto:info@vhs-badhomburg.de)

Datenschutzklärung: [www.vhs-badhomburg.de/datenschutzerklaerung](http://www.vhs-badhomburg.de/datenschutzerklaerung)

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