



HERBST  
WINTER  
2025

Kurse und Veranstaltungen  
Friedrichsdorf



## GESCHICHTE UND UMWELT

### Farben, Flanell und feine Hüte – Geschichte der Friedrichsdorfer Textilfabrikation Thematische Führung im Philipp-Reis- Haus

Französische Glaubensflüchtlinge, Hugenotten, brachten die Textilverarbeitung in den Taunus und stellten in der 1687 neu gegründeten Kolonie Friedrichsdorf zunächst maschinell Strümpfe her, später spezialisierten sie sich auf Leinen und Flanell. Die Nachfrage war so groß, dass man die Zuarbeiten weit in die Region vergab. Das Färben allerdings behielt man im Ort, um die geheimen Rezepte, wie man aus exotischen Zutaten lichtechte Farben herstellt, nicht zu verraten.

Bis in die Mitte des 19. Jahrhunderts prägten die Textilmanufakturen und Färbhäuser das Ortsbild. Mit der Textilkrise löste ein neuer Wirtschaftszweig die aufwändige Handarbeit ab: Noch in den 1950er Jahren stellte die Firma Rousselet 2.000 Hüte täglich für den Export her.

Die Führung durch die Ausstellung des Philipp-Reis-Hauses beleuchtet diesen wichtigen Teil der Friedrichsdorfer Wirtschaftsgeschichte.

#### C101173

Samstag, 22.11.2025, 15:00–16:15 Uhr  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Haus,  
Hugenottenstr. 93  
1 Termin – Gebühr 8,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

**Am 24. September 2025 bieten wir  
die Führung „Friedberg – Reichs-  
stadt und Adelsrepublik“ an.  
Mehr Infos im Gesamt-Programmheft  
oder unter [www.vhs-badhomburg.de](http://www.vhs-badhomburg.de)**

### Caesars Weg nach Gallien: Der Beginn des Kriegs 58 v. Chr.

Um 60 v. Chr. geriet Rom durch Berichte aus Gallien unter Druck: Die Helvetier planten einen Auszug aus ihrem Siedlungsgebiet, und der germanische Heerführer Ariovist mischte sich im Auftrag der Sequaner in die Machtverhältnisse ein. Die Erinnerung an frühere Einfälle in römisches Gebiet sorgte für Alarmstimmung. Julius Caesar erhielt das Kommando in Gallien – offiziell zur Stabilisierung, tatsächlich aber auch zur Stärkung seiner eigenen Position. Der Vortrag beleuchtet die Ausgangslage und Caesars erste Schritte zur Machtsicherung.

#### C101317 Michael Schmidt

Dienstag, 18.11.2025, 19:30–21:00 Uhr  
Friedrichsdorf, Seminarraum Ökosiedlung,  
Am Eisspeicher 3 (neben der Bäckerei)  
1 Termin – Gebühr 10,00 EUR

### Wolf, Wildschwein & Co: Spurensuche im Wald Für Familien mit Kindern ab 6 Jahren



Die Tage werden kürzer, die Blätter fallen, das Wetter wird nasser. Aber gerade jetzt, mit matschigem Boden im Wald, lassen sich die Spuren der Tiere leichter finden. Also auf zur Detektivsuche durch den herbstlichen Wald! Vielleicht finden wir einen Malbaum, eine Suhle, Losung oder Trittsiegel. Lasst uns herausfinden, welches Tier hier zu Besuch war. Und auch wenn wir keine gute Fährte finden, können wir unsere eigenen Spuren verewigen und sie als Gipsabdruck mit nach Hause nehmen. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten, es kann matschig werden! Die Anmeldung ist jeweils für ein Kind ab sechs Jahren. Begleitende Eltern sind inklusive, bitte nur die teilnehmenden Kinder anmelden.

Samstag, 25.10.2025, 14:30–16:30 Uhr  
Friedrichsdorf, Treffpunkt am Parkplatz  
der Hardtwaldschule, Landwehrstr. 6  
1 Termin – Gebühr 17,00 EUR pro Kind  
(inkl. Materialkosten), keine Ermäßigung  
mind. 7 Teilnehmende

## PFLEGE UND SELBSTSORGE

### Angehörige pflegen – sich selbst nicht vergessen

Wenn die Pflege eines Angehörigen zum Alltag gehört, bleibt oft wenig Raum für die eigenen Bedürfnisse. Doch wie lässt sich die Belastung verringern, ohne dass die Qualität der Pflege leidet? Der Vortrag zeigt auf, welche Rahmenbedingungen und Möglichkeiten dazu beitragen können, mehr Lebensqualität für alle Beteiligten zu schaffen. Neben wertvollen Informationen gibt es Raum für Fragen.

Referentin: Katrin Fink, Diplom-Sozialarbeiterin, Resilienzcoach, Autorin und städtische Beauftragte für ältere Menschen und Menschen mit Behinderung in Oberursel.

#### C300223 Katrin Fink

Freitag, 07.11.2025, 19:00–20:15 Uhr  
Friedrichsdorf, Seminarraum Ökosiedlung,  
Am Eisspeicher 3 (neben der Bäckerei)  
1 Termin – Gebühr 12,00 EUR, inkl. Handout  
mind. 8 Teilnehmende

## BEWEGUNG UND FITNESS

### ZUMBA® Fitness

ZUMBA® Fitness ist das einzige Tanz- und Fitnessprogramm zu lateinamerikanischer Musik, bei dem heiße internationale Musik von Grammy-Gewinnern mit ansteckenden Moves kombiniert wird. Seit seiner Einführung hat sich ZUMBA 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.

C302040 Addy Margelen Rojas Garavito  
mittwochs, 20:00–21:00 Uhr  
Beginn: Mi, 03.09.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule,  
Gymnastikraum  
14 Termine – Gebühr 103,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende



### Taekwondo Training für Eltern und Kinder Gemeinsam trainieren, Selbstbewusst- sein und Körpergefühl aufbauen



In Zusammenarbeit mit TV Seulberg 1898 e.V. Eltern mit Kindern ab acht Jahren trainieren gemeinsam Taekwondo und lernen Selbstverteidigung! Der Kurs bietet die Möglichkeit, die Grundlagen unter Anleitung eines Taekwondo-Schwarzgurt-Trainers kennen zu lernen: Einführung in Taekwondo, grundlegende Faust- und Fußtechniken, richtiges Fallen und Grundlagen der Selbstverteidigung. Keine Vorkenntnisse nötig! Für den Einstieg reicht lockere Sportkleidung. Trainiert wird barfuß oder mit leichten Hallenschuhen.

#### C300069 Martin Wroblinski

freitags, 18:00–19:00 Uhr  
Beginn: Fr, 24.10.2025  
Friedrichsdorf, Hardtwaldhalle des  
TV Seulberg, Landwehrstr. 5a  
6 Termine – Gebühr 49,00 EUR, pro Erwach-  
senem (bis 2 Kinder inkl.), keine Ermäßigung

### 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.

#### C302131 Ana Morch

mittwochs, 18:15–19:30 Uhr  
Beginn: Mi, 10.09.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg,  
Herrenhofstr. 1  
13 Termine – Gebühr 123,00 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!

**C301300** Christine Ewen  
mittwochs, 18:30–19:45 Uhr  
Beginn: Mi, 20.08.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule,  
Gymnastikraum  
14 Termine – Gebühr 116,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

**C301304** Durga Guntz  
dienstags, 19:00–20:30 Uhr  
Beginn: Di, 23.09.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg,  
Herrenhofstr. 1  
10 Termine – Gebühr 113,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende

**C301310** Durga Guntz  
donnerstags, 19:00–20:30 Uhr  
Beginn: Do, 25.09.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg,  
Herrenhofstr. 1  
10 Termine – Gebühr 113,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende

**C301315** Durga Guntz  
montags, 09:30–11:00 Uhr  
Beginn: Mo, 22.09.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg,  
Herrenhofstr. 1  
10 Termine – Gebühr 105,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

**C301321** Durga Guntz  
dienstags, 10:30–12:00 Uhr  
Beginn: Di, 23.09.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg,  
Herrenhofstr. 1  
10 Termine – Gebühr 105,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

## ENGLISCH

## Englisch A2.2 – Endlich Zeit für Englisch

## Let's Enjoy English A2.2 ab Lektion 6

Dieser Kurs für fortgeschrittene Anfänger ist darauf ausgerichtet, Ihre Kommunikationsfähigkeit weiterzuentwickeln. Ziele sind eine bessere Verständigung in typischen Alltagssituationen und die themenbezogene Erweiterung Ihres Wortschatzes. Die Teilnehmenden erhalten die Möglichkeit, das Erlernte in abwechslungsreichen Übungen anzuwenden.  
**Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.2, Klett, ISBN 978-3-12-501639-2 (Printausgabe)**

**C406521** Ulrike Müller-Hugenschmidt  
donnerstags, 18:00–19:30 Uhr  
Beginn: Do, 18.09.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule,  
Färberstraße 10 Raum E003  
12 Termine – Gebühr 120,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende  
Anmeldung bis 15.09.2025



## 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, Klett, ISBN 978-3-12-529412-7**  
Bitte erkundigen Sie sich vor dem Kauf des Buches, ob der Kurs durchgeführt werden kann.

**C408126** Ulrike Müller-Hugenschmidt  
dienstags, 18:00–19:30 Uhr  
Beginn: Di, 16.09.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule,  
Färberstraße 10 Raum E003  
12 Termine – Gebühr 120,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende  
Anmeldung bis 11.09.2025

## Französisch A2.2 Voyages neu A2 ab Lektion 6

Für leicht fortgeschrittene Anfänger, die ihre Sprachkenntnisse in einem moderaten Lerntempo erweitern möchten und mehr über die französische Lebenskultur erfahren möchten. Wichtige Lerninhalte werden durch abwechslungsreiche Übungen wiederholt und gefestigt.

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

**C408528** Ulrike Müller-Hugenschmidt  
dienstags, 09:00–10:30 Uhr  
Beginn: Di, 16.09.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg,  
Herrenhofstr. 1  
12 Termine – Gebühr 144,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 11.09.2025



## Französisch B1+ Konversation und Ausbau

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.

**C408795** Emmanuelle Müller  
donnerstags, 09:30–11:00 Uhr  
Beginn: Do, 11.09.2025  
Friedrichsdorf, Forum Köppern,  
Dreieichstraße 22  
13 Termine – Gebühr 156,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 04.09.2025

## 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.

**C408947** Odile Espitalier  
mittwochs, 09:30–11:00 Uhr  
Beginn: Mi, 10.09.2025  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg,  
Herrenhofstr. 1  
13 Termine – Gebühr 130,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende  
Anmeldung bis 04.09.2025

**Besuchen Sie uns auch im Internet!**

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





## 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.

**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.

**B409126** Patrizia Zampini Yoon  
dienstags, 09:00–10:30 Uhr  
Beginn: Di, 03.02.2026  
Friedrichsdorf, Taunusresidenz, Seniorentreff  
15 Termine – Gebühr 150,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende  
Anmeldung bis 29.01.2026

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

Für fortgeschrittene Anfänger mit Grund-  
kenntnissen: Lebensnahe und kommunikative  
Erweiterung von grundlegenden Sprach-  
kenntnissen. Der Kurs beendet das Lehrbuch  
der A1, wiederholt und festigt wichtige Inhalte  
am Ende der Stufe vor dem Beginn eines  
Lehrwerks auf A2-Niveau. Auch ideal vor  
einem Wiedereinstieg in das Niveau A2.

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

(Für Quereinsteiger: Der Kauf des A1-Buches  
ist für diesen Kurs nicht mehr erforderlich.)

**C409365** Tiziana Pretara  
montags, 19:00–20:30 Uhr  
Beginn: Mo, 08.09.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule,  
Färberstraße 10 Raum E002  
13 Termine – Gebühr 156,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 04.09.2025

### Italienisch A2.1 – Endlich Zeit für Italienisch

#### Allegro nuovo A2 ab Lektion 4

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**

**C409429** Patrizia Zampini Yoon  
dienstags, 10:30–12:00 Uhr  
Beginn: Di, 16.09.2025  
Friedrichsdorf, Taunusresidenz,  
Seniorentreff  
12 Termine – Gebühr 144,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 11.09.2025

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

Für fortgeschrittene Lernende mit guten  
Grundkenntnissen: 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**

**C409624** Tiziana Pretara  
montags, 17:30–19:00 Uhr  
Beginn: Mo, 08.09.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule,  
Färberstraße 10 Raum E002  
13 Termine – Gebühr 130,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende  
Anmeldung bis 04.09.2025

## SPANISCH

### Spanisch A1.1 von Anfang an Con gusto nuevo A1 ab Lektion 1

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

**Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett,  
ISBN 978-3-12-514671-6**

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

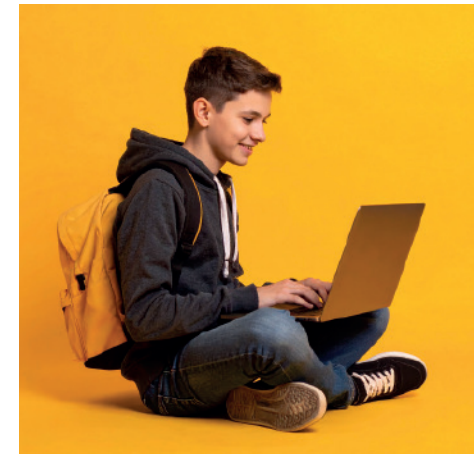
**C422128** Alvaro Rubina  
donnerstags, 17:00–18:30 Uhr  
Beginn: Do, 11.09.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule,  
Färberstraße 10 Raum E001  
13 Termine – Gebühr 130,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende  
Anmeldung bis 04.09.2025

### Spanisch A2.1 Con gusto nuevo A2 ab Lektion 1

Für leicht fortgeschrittene Anfänger:innen:  
Kommunikativer Ausbau von grundlegenden  
Sprachkenntnissen für alle, die das Niveau A1  
abgeschlossen oder vergleichbare Vorkennt-  
nisse haben. Der Kurs beginnt mit einem  
A2-Lehrbuch und eignet sich auch als Neube-  
ginn auf fortgeschrittenem Anfängerniveau.

**Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett,  
ISBN 978-3-12-514677-8**

**C422424** Alvaro Rubina  
donnerstags, 18:30–20:00 Uhr  
Beginn: Do, 11.09.2025  
Friedrichsdorf, Philipp-Reis-Schule,  
Färberstraße 10 Raum E001  
13 Termine – Gebühr 156,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende  
Anmeldung bis 04.09.2025



## COMPUTER FÜR SCHÜLER:INNEN

### Tastatschreiben 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 „  
Tastatschreiben heute“ (Herdt-Verlag) zur  
Verfügung, das von den Teilnehmenden zum  
Preis von 15,00 Euro erworben werden kann.

**C501100** Michaela Schrage  
Friedrichsdorf, Alte Schule Seulberg  
Montag, 13.10. bis Freitag, 17.10.2025,  
jeweils 9:15 bis 13:00 Uhr  
5 Termine – Gebühr 124,00 EUR,  
keine Ermäßigung  
mind. 6 Teilnehmende

**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/BICKontoinhaber:in (falls abweichend)

Ich erkläre mich mit den Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der Volkshochschule Bad Homburg einverstanden (einschreibbar 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\*PIZ/Ort\*

---

Telefon \* (Festnetz/Mobil)

E-Mail \*

---

\* Pflichtfelder

Wie haben Sie von unserem Kursangebot erfahren?

|                          |                    |
|--------------------------|--------------------|
| <input type="checkbox"/> | Programmheft       |
| <input type="checkbox"/> | Homepage           |
| <input type="checkbox"/> | Newsletter         |
| <input type="checkbox"/> | Facebook/Instagram |
| <input type="checkbox"/> | Flyer/Aushang      |
| <input type="checkbox"/> | Zeitung            |
| <input type="checkbox"/> | Dozent:in          |
| <input type="checkbox"/> | Freunde/Bekannte   |
| <input type="checkbox"/> | Ich bin Stammkunde |
| <input type="checkbox"/> | 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)

Datenschutzzerklärung: [www.vhs-badthomburg.de/datenschutzzerklaerung](http://www.vhs-badthomburg.de/datenschutzzerklaerung)

**www.vhs-badhomburg.de**