



HERBST  
WINTER  
2026

Kurse und Veranstaltungen  
Neu-Anspach • Usingen  
Wehrheim



KULTUR, GESCHICHTE UND FERNE LÄNDER

Exkursion: Geländedenkmäler um die Saalburg  
Spurensuche im Gelände: Limes und Wallanlagen

Die Saalburg dürfte fast jeder schon einmal besucht haben. Doch finden sich in den Wäldern im Umfeld des alles überstrahlenden Römerkastells gleich mehrere eher unbekannte, jedoch hochinteressante archäologische Denkmäler. Unter anderem werden wir uns im Rahmen der Exkursion die Preußenschanze, die Gickelsburg, die Limesanlagen zwischen Saalburg und Lochmühle sowie die Schanze beim Kloster Thron ansehen. Bitte Proviant und festes Schuhwerk mitnehmen.

262D03-26 Michael Schmidt  
Samstag, 26.09.2026, 10:00–15:30 Uhr  
Treffpunkt: Haupteingang Saalburg  
1 Termin – Gebühr 20,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende

Nachtwächterführung in Usingen  
Ein abendlicher Streifzug durch die Stadtgeschichte

Begeben Sie sich mit Stadtführer Andreas Hofmann auf einen nächtlichen Spaziergang durch die Gassen Usingens. Er schlüpft in die Rolle des Turmwächters Hanns Christian Zinkeisen, der zu Beginn des 17. Jahrhunderts in Usingen seinen Dienst versah. Begleitet wird er von der Magd Sybilla, die ihm humorvoll auf die Finger schaut und Acht gibt, dass niemand vom Wege abkommt. Lassen Sie sich überraschen von wissenswerten Fakten und zahlreichen Anekdoten, die die beiden mit im Gepäck haben. In Zusammenarbeit mit der Stadt Usingen und dem Geschichtsverein Usingen.

262D03-32  
Mittwoch, 09.12.2026, 18:00–19:15 Uhr  
Treffpunkt: Usingen, Schlossplatz  
1 Termin – entgeltfrei  
mind. 8 Teilnehmende

Führung: Der Schinderhannes und andere dunkle Geschichten aus dem Taunus  
Eine räuberische Zeitreise im Herbstwald

Räuber und Gesetzlose prägten über Jahrhunderte auch den Taunus. Diese Wanderung führt in eine Zeit, in der die Wälder Rückzugsraum, Handelsweg und gefährliches Terrain zugleich waren. Zuerst werden wir das frühe Räubertum im Allgemeinen beleuchten: Warum bot gerade die Taunus-Region hierfür besonders günstige Bedingungen?



Im Mittelpunkt steht die Geschichte des Schinderhannes und seiner Gefolgsleute im späten 18. Jahrhundert. Die Führung verbindet lebendig und anschaulich historische Fakten mit atmosphärischen Einblicken in die damalige Zeit. Gut begehbare Wanderstrecke (ca. 5 km) – bitte an festes Schuhwerk, wetterangepasste Kleidung und eine Flasche Wasser denken.

262D03-30 Klaus Weber  
Sonntag, 25.10.2026, 10:00–12:30 Uhr  
Altweilnau, Treffpunkt: historischer Stadtturm  
1 Termin – Gebühr 28,00 EUR



Hinter den Kulissen – Orte und Geschichten

Es gibt im Taunus versteckte Orte, die man auf gewöhnlichem Wege kaum erreicht. Spannendes und Einzigartiges liegt oft im Verborgenen, fernab der üblichen Wege. Auch schätzen kreative Köpfe für ihr Schaffen häufig ein stilles Kämmerlein, ihr eigenes Atelier oder andere Rückzugsorte.

Die VHS lädt Sie ein, diese besonderen Orte und Menschen kennenzulernen. Entdecken Sie ihre Geschichten und werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen – ermöglicht durch die, die sich dort auskennen und ihre Türen für uns öffnen.

Führung: Das Quarzitwerk im Köpperner Tal

Viele haben die helle Felswand im Wald aus der Ferne gesehen. Von außen kaum zu erahnen sind jedoch die gewaltigen Dimensionen des Quarzitwerks. Die Führung bietet die seltene Gelegenheit, das Gelände aus nächster Nähe kennenzulernen.



Das 1899 gegründete Werk ist heute der größte Quarzitbruch Europas. Das Gestein, das auch andernorts im Taunus vorkommt, ist zwischen Köppern und Wehrheim besonders homogen und aufgrund seiner Zusammensetzung unter anderem hitzebeständig und vielseitig nutzbar.



Sie erfahren mehr über Geologie, Industriegeschichte und moderne Rohstoffgewinnung: von Sprengungen und Großmaschinen bis zur Verarbeitung des hellen, harten Gesteins.

262D03-20 Jan Wacker  
Samstag, 19.09.2026, 10:00–12:00 Uhr  
1 Termin – Gebühr 10,00 EUR  
mind. 12 Teilnehmende

262D03-21 Matthias Pieren  
Samstag, 19.09.2026, 11:30–13:30 Uhr  
1 Termin – Gebühr 10,00 EUR  
mind. 12 Teilnehmende

Treffpunkt: HOLCIM Taunus Quarzitwerk Saalburg im Köpperner Tal, Parkplatz am Werkseingang (oberhalb des Bahn-Haltepunktes Saalburg-Lochmühle an der Zufahrtsstraße zum Firmengelände)



## Gemeinsam unterwegs

NEU

### Internationale Wanderung

Spaziergehen und ins Gespräch kommen: Bei dieser leichten Wanderung treffen sich Menschen aus verschiedenen Ländern und Kulturen – und alle, die hier zuhause sind. Die Strecke (ca. 7–8 km) ist gut machbar. Unterwegs gibt es Zeit für Austausch, beim gemeinsamen Picknick können mitgebrachte Snacks geteilt werden – gerne auch etwas Landestypisches aus der eigenen Küche. Bitte Getränk und Besteck mitbringen. Die Teilnahme ist kostenlos, Anmeldung erforderlich.



In Zusammenarbeit mit dem Verein zur Förderung internationaler Beziehungen Neu-Anspach e.V. (VzFiB).

**262D03-16** Dr. Volker Mohn  
Sonntag, 13.09.2026,  
15:00–17:30 Uhr  
Neu-Anspach,  
Treffpunkt  
am Parkplatz  
'Am Steinchen',  
Steinchesweg (Ende der Feldbergstr.)  
1 Termin – entgeltfrei



### Sütterlin: Die altdeutsche Schrift lesen und verstehen Eine Einführung

Die Sütterlin-Schrift wurde 1911 vom Berliner Graphiker Ludwig Sütterlin entwickelt. In vielen Familien schlummern noch Zeugnisse dieser Schrift aus vergangenen Zeiten: Urkunden, Briefe der Großeltern, Kochrezepte oder Ortschroniken. Doch ohne Vorkenntnisse ist es alles andere als einfach, den Inhalt auch nur ansatzweise zu verstehen. In diesem Kurs erlernen Sie Grundkenntnisse der Sütterlinschrift bzw. verwandter Schriftarten. Teilnehmende, die die Schrift neu erlernen oder vorhandene Kenntnisse auffrischen möchten, sind herzlich willkommen.

**262D05-10** Matthias Stappel  
Dienstag, 10.11.2026, 18:30–21:00 Uhr  
Dienstag, 17.11.2026, 18:30–21:00 Uhr  
Wehrheim, Limeschule Pavillon, Raum 2  
(neben Turnhalle, Gebäude Rotes Kreuz),  
bitte Parkplatz am Bürgerhaus nutzen.  
2 Termine – Gebühr 38,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende

### Troja: Historische Spuren und homerische Dichtung

Troja gilt heute als historisch belegt – doch was lässt sich über die Stadt und einen möglichen historischen Kern des Trojanischen Krieges tatsächlich sagen? Am ersten Termin des Kurses steht das archäologische Troja im Mittelpunkt: Ausgrabungen, Befunde und aktuelle Deutungen. Der zweite Termin richtet den Blick auf das homerische Troja: die Welt der Ilias, ihre Figuren und ihre Wirkungsgeschichte. Für alle, die Mythos und Geschichte differenziert einordnen möchten. Auch eine Teilnahme an einem einzelnen Termin (Abendkasse, 10,00 Euro) ist möglich.

**262D05-18** Michael Schmidt  
Montag, 28.09.2026, 19:30–21:00 Uhr  
Montag, 26.10.2026, 19:30–21:00 Uhr  
Wehrheim, Limeschule Pavillon, Raum 2  
(neben Turnhalle, Gebäude Rotes Kreuz),  
bitte Parkplatz am Bürgerhaus nutzen.  
2 Termine – Gebühr 19,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende

### Eine kleine Geschichte der Zauberkunst

Bei der Zauberkunst ging es längst nicht immer um reine Unterhaltung. Im 18. Jahrhundert waren Zaubertricks Mittel der Täuschung und des Betrugs der breiten Bevölkerung. Von Aufklärern wie Wiegleb hingegen wurden naturwissenschaftliche Anleitungen zu Zaubertricks veröffentlicht, um die Gesellschaft vom Joch des Aberglaubens zu befreien.



Der Zauberkünstler und Historiker Convin Splettsen nimmt das Publikum mit auf eine spannende Reise in die Geschichte der Magie. In seiner Vortragssperformance kombiniert er wissenschaftlichen Vortrag, Zauberkunst und szenische Lesung, um Geschichte lebendig werden zu lassen.

Unter dem Titel ‚keller.geist.reich‘ laden wir zu besonderen Abenden in den Usinger Untergrund: Von Lesung bis Musik, von Film bis Diskussion:  
Wir schaffen Raum für Austausch und gute Gespräche.



Veranstalter:  
Katholische Erwachsenenbildung Hochtaunus, Stadt Usingen und VHS Bad Homburg.

**262D05-50** Convin Splettsen  
Donnerstag, 17.09.2026, 19:00–20:30 Uhr,  
Einlass ab 18:30 Uhr  
Usingen, Kulturkeller Oktave7  
im Bembel & Gretel, Marktplatz 7  
1 Termin – Gebühr 5,00 EUR



### Zaubern lernen Einführung in die Kunst der Illusion (ab 16 Jahren)

Dieses magische Wochenende bietet eine Einführung in verschiedene Sparten der Zauberkunst. Techniken und Kunststücke mit Karten, Münzen, Seile und das Gedankenlesen werden vermittelt und geübt. Die Kunststücke können auf einer Bühne oder im engen Kreis am Tisch vorgeführt werden. Alle erhalten die Möglichkeit, Kunststücke vor der Gruppe zu präsentieren. Die Kunststücke können schon nach dem Wochenende vorgeführt werden.



Bitte ein Sakko/Blazer mitbringen. Die Requisiten sind in der Kursgebühr inbegriffen.

**262E55-56** Convin Splettsen  
Samstag, 12.09.2026, 11:00–17:00 Uhr  
Sonntag, 13.09.2026, 11:00–17:00 Uhr  
Neu-Anspach, Bürgerhaus  
2 Termine – Gebühr 99,00 EUR  
(inkl. 25 Euro Materialkosten)  
mind. 7 Teilnehmende



### Die „Selbstbetrachtungen“ eines Philosophenkaisers – Marcus Aurelius und sein Buch Neu-Anspacher Kulturabende

Der römische Kaiser Marcus Aurelius nimmt in der Ideengeschichte der Antike eine Sonderstellung ein. Als „Philosoph auf dem Kaiserthron“ verkörpert er die seltene Verbindung höchster politischer Macht mit der philosophischen Verpflichtung zur stoischen Ethik.



Seine „Selbstbetrachtungen“ bieten keine systematische Theorie der Stoa, sondern die Selbstvergewisserung einer praktischen Haltung: Philosophisches Denken dient hier als Instrument zur Bewältigung krisenhafter Realitäten – von Grenzkriegen bis zur Antoninischen Pest. Gerade darin liegt bis heute die besondere Wirkung dieses Textes.

**262D05-58** Dieter Dorth  
Mittwoch, 21.10.2026, 19:00–20:30 Uhr  
Neu-Anspach, Bürgerhaus  
1 Termin – Gebühr 10,00 EUR

### Taunus anno dazumal: Bembel, Bleu und Bajonett



Der Taunus und Frankreich teilen sich eine lange und wechselvolle Geschichte. Erste verbindende Elemente finden sich bereits vor über 2.000 Jahren, als die Gebiete als Teil verschiedener Provinzen zum Römischen Reich gehörten. Von den Hugenotten über die Ausläufer der Französischen Revolution bis hin zu den Weltkriegen im 20. Jahrhundert – die Beziehung zu Frankreich hat eine bewegte Vergangenheit.



Der beständige Austausch im Herzen von Europa verlief nicht immer friedlich, führte aber doch mit der Zeit zu einem immer stärkeren Zusammenwachsen: Seien es Sprache, Stadtgründungen, Rechtssystem oder Freiheitskämpfe – in der hessischen Geschichte ist Frankreich heute nicht wegzudenken. In diesem Vortrag begeben sich Felix Burghardt und Alexander Maser auf eine kleine Rundfahrt durch die hessisch-französische Geschichte mit einem Fokus auf die Taunusregion. Interessierte können aber unbesorgt sein, denn einer von beiden kann auch kein Französisch.

**262D05-64** Felix Burghardt, Alexander Maser  
Mittwoch, 04.11.2026, 19:00–20:30 Uhr  
Neu-Anspach, Bürgerhaus, Kleiner Saal  
1 Termin – Gebühr 12,00 EUR

### Grönland: Im Reich der Eisberge Neu-Anspacher Kulturabende

Schon vor Jahren hat Anuschka Dinter-Mathei sich in Grönland verliebt. Die eisige Insel im hohen Norden fasziniert: Ob mit dem Kajak zwischen den Eisbergen paddeln, Besuche bei wilden Schlittenhunden oder ein Spaziergang zwischen den bunten Häusern der Siedlungen.



An diesem Abend geht es aber nicht nur um beeindruckende Bilder, sondern auch um die Begegnungen mit den Grönländern und ihrer spannenden, teils sehr bewegenden Geschichte.

**262D05-70** Anuschka Dinter-Mathei  
Dienstag, 17.11.2026, 19:00–20:30 Uhr  
Neu-Anspach, Bürgerhaus  
1 Termin – Gebühr 10,00 EUR



**Bitte beachten Sie: Viele Vorträge beginnen früher als bisher. Die jeweilige Anfangszeit finden Sie direkt in der Kursbeschreibung.**



### Auguste Rodin – der Impressionist unter den Bildhauern Neu-Anspacher Kulturabende

Auguste Rodin gilt als Wegbereiter der modernen Bildhauerei. Berühmt wurde er mit Skulpturen wie „Der Denker“ oder dem monumentalen „Höllentor“. Anders als viele Bildhauer seiner Zeit strebte Rodin nicht nach glatten, idealisierten Formen. Ihn interessierten Bewegung, Ausdruck und das lebendige Spiel von Licht und Schatten auf der Oberfläche. Seine Figuren wirken oft wie Momentaufnahmen – voller Spannung und innerer Dynamik.



Der Vortrag stellt Rodins wichtigste Werke vor und zeigt, warum seine Kunst als Aufbruch in die Moderne gilt.

**262D05-81** Dr. Dieter Tino Wehner  
Mittwoch, 09.12.2026, 19:00–20:30 Uhr  
Neu-Anspach, Bürgerhaus  
1 Termin – Gebühr 10,00 EUR



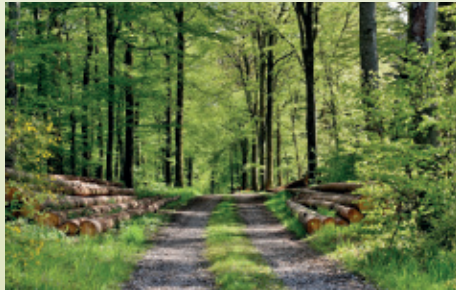
## DIE WILDNIS NEBENAN: NATUR IM TAUNUS

Dichte Wälder, stille Seen, malerische Täler: Im Taunus ist noch viel weitgehend unberührte Natur zu finden. Viele Pflanzen- und Tierarten finden hier einen Rückzugsort. Ob im Seminarraum oder in der Natur: Bei uns lernen kleine und große Naturfreund:innen alles über Flora und Fauna unserer Region!

### Perspektivwechsel im Wald – eine kreative Entdeckungswanderung



Der Wald ist mehr als nur eine Kulisse zum Spaziergehen. Auf einer kurzen Wanderung entdecken wir ihn bewusst neu. Mit kleinen Übungen, Beobachtungsaufgaben und einfachen Landart-Methoden schärfen wir unsere Wahrnehmung und wechseln immer wieder die Perspektive.



Welche Farben, Formen und Besonderheiten lassen sich entdecken, wenn man genauer hinschaut? Der Kurs lädt dazu ein, den Wald entschleunigt zu erleben, kreativ zu werden und gemeinsam neue Blickwinkel auf Natur und Umgebung zu entwickeln.

**262D14-60** Jonathan Guggenbichler  
Sonntag, 20.09.2026, 14:30–17:30 Uhr  
Neu-Anspach (Rod am Berg), Treffpunkt: Parkplatz Jammerhecke  
1 Termin – Gebühr 25,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende

### Was steckt im Boden? Forschen, fühlen, gestalten



#### Familienworkshop in der SoLaWi Stolze Gärtner

Wie sieht eigentlich der Boden unter unseren Füßen aus? Im Gemüsegarten der Solidarischen Landwirtschaft nehmen wir ihn genauer unter die Lupe: Wir untersuchen Proben, entdecken kleine Bodenlebewesen und klären, was guten Boden ausmacht. Erde wird mit allen Sinnen erfahrbar – von Struktur und Geruch bis zur Farbe. Aus Naturpigmenten gestalten die Kinder eigene kleine Kunstwerke zum Mitnehmen.



Nebenbei wird verständlich, warum gesunder Boden die Grundlage für gutes Gemüse ist. Kleine Snacks aus dem Anbau inklusive. Für Kinder mit erwachsener Begleitung. Bitte festes Schuhwerk, wettergerechte Kleidung, Frühstück, Wasser, Sonnenschutz mitbringen.

**262B65-65** Gerborg Böde, Andrés Palmero  
Dienstag, 06.10.2026, 09:30–12:00 Uhr  
Neu-Anspach, SoLaWi Stolze Gärtner,  
Treffpunkt: Wanderparkplatz am Hasenweg,  
Ortsausgang Brombach, Richtung Rod a. Berg  
1 Termin – Gebühr 23,00 EUR pro Kind  
(erw. Begleitperson inklusive), nur die Kinder anmelden, keine Ermäßigung möglich  
mind. 5 Teilnehmende

### Pilzwanderung – typische Arten im heimischen Wald

Pilze gehören weder zu den Pflanzen noch zu den Tieren – sie bilden eine ganz eigene Gruppe. Sie zersetzen totes Material und räumen so den Wald auf. Einige Arten arbeiten als Symbionten mit Bäumen und Pflanzen zusammen. Auf einem zweieinhalbstündigen Spaziergang machen wir uns auf die Suche nach typischen Arten. Auch Pilz-Neulinge sind willkommen!



Die Wanderung dient NICHT dem Sammeln von Speisepilzen. Vielmehr wird anhand der Pilzfunde besprochen, was die wichtigsten Bestimmungsmerkmale von Pilzen sind und worauf man beim Sammeln achten muss. Bitte mitbringen: luftdurchlässiges Körbchen, Taschenmesser, wetterangepasste Kleidung und feste Schuhe.

**262D14-75** Heike Schürmann  
Samstag, 10.10.2026, 10:00–12:30 Uhr  
Treffpunkt: Wehrheim, Wanderparkplatz Am Schlink, Ortsausgang von Wehrheim Richtung Pfaffenwiesbach  
1 Termin – Gebühr 25,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

#### Besuchen Sie uns auch im Internet!

Alle Angebote zu „Die Wildnis nebenan: Natur im Taunus entdecken“ finden Sie auf unserer Website.



### Feuer machen ohne Feuerzeug Outdoor-Grundlagen im Herbstwald



Wenn es im Herbst früher dunkel wird, bekommt Feuer eine besondere Bedeutung. In diesem Outdoor-Kurs lernen Sie, wie Menschen früher Feuer entfacht haben, ganz ohne Feuerzeug. Wir sprechen über die Voraussetzungen für ein gutes Feuer, sammeln Holz, testen Zunder und probieren verschiedene Zündtechniken aus. Schritt für Schritt entsteht so ein echtes Lagerfeuer.



Zum Abschluss backen wir Stockbrot am eigenen Feuer. Der Kurs findet draußen statt, wetterfest gekleidet sind auch kühle Herbsttage kein Hindernis.

**262D14-85** Jonathan Guggenbichler  
Samstag, 14.11.2026, 14:00–17:00 Uhr  
Wehrheim (Pfaffenwiesbach),  
Treffpunkt: Parkplatz am Reitplatz  
1 Termin – Gebühr 39,00 EUR pro erwachsenem Teilnehmenden (1–2 Kinder sind inklusive), keine Ermäßigung möglich  
mind. 8 Teilnehmende



RECHT UND FINANZEN

Richtig vorsorgen mit Vollmacht und Patientenverfügung

Eine Krankheit oder ein Unfall kann dazu führen, dass wir wichtige Entscheidungen nicht mehr selbst treffen können. In einem solchen Fall hilft eine Vorsorgevollmacht oder eine Patientenverfügung.



In seinem Vortrag erklärt Rechtsanwalt Christian Winter, wie diese Dokumente richtig erstellt werden. Vor- und Nachteile, Unterschiede zur gesetzlichen Betreuung sowie die erforderlichen Formalia werden besprochen.

262D17-60 Christian Winter
Mittwoch, 04.11.2026, 19:00–20:30 Uhr
Neu-Anspach, Bürgerhaus
1 Termin – Gebühr 14,00 EUR
mind. 6 Teilnehmende

Richtig erben und vererben

In diesem Vortrag lernen Sie die Grundzüge des Erbrechts kennen und Sie erfahren, welche Gestaltungsmöglichkeiten Sie haben. Weitere Themen sind die richtige Erstellung eines Testaments, Regelungen zum Pflichtteilsrecht und zur Erbschaftssteuer sowie Möglichkeiten der Steuerersparnis.

262D17-72 Christian Winter
Donnerstag, 24.09.2026, 19:00–20:30 Uhr
Usingen, Saalburgschule, Raum 210
1 Termin – Gebühr 14,00 EUR
mind. 6 Teilnehmende

KOSMOS, ERDE, ZAHLEN- WELTEN

In zwei Stunden um die Welt: Ein Abenteuer mit Karte, Kompass und Teamgeist Für Kinder von 8–12 Jahren



Wo liegt eigentlich New York? Wie weit ist es von Europa nach Afrika? Auf einer großen Weltkarte am Boden erkunden die Kinder spielerisch Länder, Städte und Kontinente. Sie lösen Rätsel, finden Orte und üben, mit Karte und Kompass umzugehen. Dabei erfahren sie Spannendes über unsere Erde und lernen, sich gemeinsam zu orientieren. Wissen, Bewegung und Teamgeist sorgen für zwei abwechslungsreiche Stunden. Wer mag, kann als Begleitperson dabeibleiben.

262B65-70 Larysa Galchuk
Samstag, 21.11.2026, 15:30–17:30 Uhr
Neu-Anspach, Grundschule am Hasenberg, Goldammerweg 2, Gymnastikraum
1 Termin – entgeltfrei
mind. 5 Teilnehmende

Zahlenwelten – von Null bis Unendlich Philosophische und historische Zugänge zur Mathematik

Ein Reiskorn auf dem Schachbrett, das sich Feld für Feld verdoppelt – am Ende entstehen unvorstellbar große Zahlen. Solche Beispiele zeigen, wie Zahlen unsere Vorstellungskraft herausfordern. Der Vortrag verbindet anschauliche Gedankenexperimente mit Geschichte: von frühen Zahlensystemen über die Einführung der Null bis zu grundlegenden Ideen der Mathematik. Auch das Unendliche wird thematisiert – verbunden mit der Frage, ob es ein Unendliches gibt oder gar mehrere. Zahlen sind längst nicht nur Werkzeuge, sondern auch ein Schlüssel zum Verständnis der Welt.

262D15-87 Günter Meyer
Donnerstag, 12.11.2026, 19:00–20:30 Uhr
Neu-Anspach, Bürgerhaus
1 Termin – Gebühr 10,00 EUR
mind. 8 Teilnehmende

SPIELERISCH CLEVER

Taunus spielt! Der Brettspieltag in Usingen

Lust auf gemeinsames Brettspielen in netter Runde? Dann laden wir Sie herzlich zu „Taunus spielt“ ein, einem Tag voller Spiele für alle Generationen. Von Klassikern bis zu Neuheiten der Spielermessen steht eine bunte Auswahl an Brettspielen bereit. Eigene Spiele können gerne mitgebracht werden.



Falls gewünscht, erklären Spielprofis die Regeln oder spielen selbst mit. Erleben Sie einen Tag voller Spaß, Spannung und Strategie und knüpfen Sie neue Kontakte zu Gleichgesinnten.

Auch wer nur für ein paar Stunden vorbeischauen möchte, ist herzlich willkommen – eine Teilnahme ist flexibel möglich und lohnt sich!

Veranstalter: Usinger Spielerei zusammen mit der VHS Bad Homburg.

262D18-55
Sonntag, 01.11.2026,
10:00–18:00 Uhr
Usingen, Bürgerhaus Eschbach
1 Termin – entgeltfrei



SEGELFLIEGEN

Segelfliegen in Theorie und Praxis

Mit einem Segelflugzeug kann man ohne Motor-kraft weite Strecken zurücklegen und große Höhen erreichen. In diesem Kurs lernen Sie, wie dies physikalisch möglich ist: Welche natürlichen Kräfte halten ein Flugzeug in der Luft? Und wie funktionieren Flugzeuginstrumente und Steuerung? Zudem erfahren Sie das Wichtigste über Meteorologie und Navigation als Grundlage für jeden Flug. Wir schauen uns an, wie die Ausbildung zum Segelflugpiloten abläuft und wie Segelflug als Leistungssport funktioniert. Die VHS haftet nicht für Unfälle, Teilnahme auf eigene Gefahr.



In Zusammenarbeit mit dem LSC Bad Homburg e. V.

Zum Schluss können Sie das Erlernte bei zwei Starts im Doppelsitzer mit einem Fluglehrer auf dem Flugplatz Neu-Anspach praktisch ausprobieren. Der Termin wird individuell vereinbart und ist in der Gebühr enthalten.

B114805 Peter Frisch
Donnerstag, 27.08.2026, 19:00–20:30 Uhr
Donnerstag, 03.09.2026, 19:00–20:30 Uhr
Donnerstag, 10.09.2026, 19:00–20:30 Uhr
Donnerstag, 17.09.2026, 19:00–20:30 Uhr
Donnerstag, 24.09.2026, 19:00–20:30 Uhr
Wehrheim-Obernheim, Vereinshaus des LSC Bad Homburg, Westerfelder Straße (am Flugplatz Anspach)
5 Termine – Gebühr 106,00 EUR, keine Ermäßigung möglich
mind. 5 Teilnehmende



PSYCHOLOGIE | PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

**Systemisches Coaching in Bewegung – eine Beziehungsanalyse**

Begleiten Sie mich auf einen Vormittag der Selbstreflektion. Dieser Kurs ermöglicht es, eine zwischenmenschliche Beziehung, auf beruflicher oder privater Ebene, im Selbstcoaching neu zu betrachten. Durch die Übungen wird eine innere Analyse/Sortierung der Situation möglich und es können neue Impulse zum künftigen Umgang gewonnen werden.



Wir nutzen im Coaching die Bewegung (Spaziergang), um die Gedanken in Schwung zu bringen und die Dinge aus anderen Blickwinkeln zu betrachten – raus aus dem Trott. Auch für Coaching-Einsteigende zum Reinschnuppern geeignet. Bitte mitbringen: festes Schuhwerk

Die Dozentin ist systemischer Coach.

**262F14-62** Mirjam Siebel  
Samstag, 26.09.2026, 10:00–13:00 Uhr  
Usingen, Treffpunkt: Friedrich-Stengel-Str.13 (im Wendehammer),  
Wohngebiet Schleichenbach  
1 Termin – Gebühr 32,00 EUR  
mind. 4 Teilnehmende

**Pandastark – in der Ruhe liegt die Kraft**



**Achtsamkeitstraining aus der Reihe „Brandstark“ für Kinder von sechs bis zehn Jahren**

Pandastark ist ein Achtsamkeits- und Resilienztraining für Kinder. Es stärkt Selbstwahrnehmung, innere Ruhe und emotionale Kompetenz. Durch spielerische Übungen, Fantasiereisen und Meditationen in Form kleiner Geschichten, erlernen die Kinder wie sie bei sich selbst bleiben, Ruhe finden und in schwierigen Situationen gelassen reagieren. Sie lernen Grenzen zu spüren, für sich einzustehen und respektvoll miteinander umzugehen.

- Ziele des Pandastark-Programms:
- Gefühle erkennen und verstehen
  - Innere Ruhe, emotionale Stärke
  - Selbstvertrauen aufbauen
  - Grenzen wahren, respektvoll handeln
  - Achtsamkeitsübungen, Fantasiereisen, Atemübungen
  - Gesprächs- und Reflexionsmethoden

Elterninfo: 09.10.2026, 14:00–14:30 Uhr.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yogamatte, Sitzkissen, Wasser und Pausensnack.

Das Training der Kinder findet ohne Eltern statt. Zur Elterninformation am Ende des Trainings sind alle Eltern herzlich eingeladen. Hier erhalten Sie wichtige Informationen und ein Handout für zuhause.

Die Dozentin ist zertifizierte Trainerin für Resilienz und Selbstbehauptung, staatlich anerkannte Erzieherin sowie Trainerin für Achtsamkeit, Meditation und Fantasiereisen.

**262A31-52** Elisa Brand  
24.10.2026, 10:00–14:00 Uhr  
25.10.2026, 10:00–14:30 Uhr  
Neu-Anspach, Grundschule am Hasenberg, Goldammerweg 2, Gymnastikraum  
2 Termine – Gebühr 64,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende



LITERATUR

**Bücher, die bewegen  
Literatur gemeinsam entdecken im Lesekreis Wehrheim**

Sie lesen gerne Romane und moderne Belletristik? Sie würden gerne mit anderen Gleichgesinnten über Ihre Lieblingsbücher reden? Dann sind Sie hier richtig! Jeden Monat lesen wir gemeinsam ein Buch und plaudern darüber in lockerer Runde. Es geht um den Spaß am Lesen und darüber, sich auszutauschen und andere Bücherfreunde kennenzulernen.



Bitte besorgen Sie sich vorab „Neujahr“ von Julia Zeh und „Dreimeterdreißig“ von Jacqueline Scheiber und lesen Sie sie zeitnah, damit wir sie bei den Treffen besprechen können. Weitere Lektüre wird gemeinsam ausgesucht, gerne auch Krimis, historische Romane etc.

**262D08-52** Monika Caparelli-Hippert  
sonntags, 15:00–16:30 Uhr  
Beginn: So, 13.09.2026  
Wehrheim, Bürgerhaus, Bücherei  
5 Termine – Gebühr 55,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende

**Bunte Blätter – die Bücher dieses Herbstes**

„Ich teile alle Bücher in zwei Sorten ein: solche, die mir gefallen, und solche, die mir nicht gefallen. Ein anderes Kriterium habe ich nicht!“ (Anton Tschechow)



Das soll das Motto unseres Kurses sein. Aus dem Meer der Neuerscheinungen wählen wir gemeinsam lesenswerte Lektüre. Die Schriftstellerin Virginia Woolf schrieb einmal, sie denke, der Himmel bestehe aus ununterbrochenem Lesen – eine wunderbare Vorstellung. Es gibt nur wenige Beschäftigungen im Leben, die so unterhaltsam, abwechslungsreich, spannend, lustig oder auch traurig und berührend sein können wie das Lesen eines richtig guten Buches.

**262D08-64** Marlies Schwarze  
mittwochs, 19:30–21:00 Uhr  
Beginn: Mi, 16.09.2026  
Neu-Anspach, Buchhandlung Weddigen  
6 Termine – Gebühr 52,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende



**MALEN | BLAUFÄRBen**

**Aquarellieren: Faszination Farbe**

Sie lernen grundlegende und experimentelle Techniken des Aquarellierens kennen. Gleichzeitig haben Sie die Möglichkeit, ein Bildthema wirkungsvoll zu gestalten.



Anhand von Bildbeispielen versuchen wir, unsere eigene Ausdrucksform zu finden und die verschiedenen Techniken in individuelle Aussagen umzusetzen. Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Pinsel, Papier. Materialbesprechung in der ersten Stunde.

**262E01-61** Christa Gierth  
mittwochs, 09:00–12:00 Uhr  
Beginn: Mi, 16.09.2026  
Usingen, Bürgerhaus Eschbach  
10 Termine – Gebühr 192,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende

**Einfach mal Blau machen  
Mit Indigo auf Zeitreise**

Blaufärben ist eine der ältesten Technik, um Textilien zu färben und hat sich zeitgleich in vielen Kulturen entwickelt. Im Kurs können mitgebrachte Textilien auf verschiedene Arten gefaltet, gepresst und abgebunden werden, dann erfolgt die Färbung in einem Farbbad nach historischem Rezept mit echtem Indigo. Gefärbt werden können Shirts, Tücher, Kissenbezüge etc. (max. 4–5 Teile/Person). Sie sollten aus Naturfasern bestehen. Synthefasern färben sich nicht an, Mischgewebe lassen sich nur bedingt färben. Die Textilien sollten sauber und nicht weichgespült sein. Neuware vorher mindestens einen Tag einweichen und bei 60 Grad waschen.



Mitzubringende Materialien: Gummihandschuhe und Arbeitskleidung.  
Es entstehen zusätzlich Materialkosten in Höhe von 10,00 Euro pro Person.

**262E12-60** Tanja Muth  
Sonntag, 01.11.2026, 11:00–16:00 Uhr

**262E12-61** Tanja Muth  
Sonntag, 08.11.2026, 11:00–16:00 Uhr

Wehrheim, Heinrich-Kielhorn-Schule  
1 Termin – Gebühr je Kurs 33,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende



**TÖPFERKURSE**

**Töpfern für Kids und Teens**



**Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene von 7 –14 Jahren**

Ton lässt sich nach belieben formen, verändern und gestalten. In diesem Kurs lernt ihr die Grundtechniken der Aufbaukeramik kennen. Wir arbeiten ohne Drehscheibe. Ob fantasievolle Figuren für drinnen oder draußen, eigene Müslischüsseln oder Trinkbecher, setzt eure eigenen kreativen Ideen um oder lasst euch durch Vorschläge der Kursleitung inspirieren.



Alle Objekte werden gebrannt und von euch mit speziellen Keramikfarben glasiert. Dadurch erzielt ihr tolle farbliche Effekte und der Ton wird wasserdicht und langlebiger. Es entstehen zusätzlich Materialkosten von ca. 25,00 Euro.

**262B02-51** Sabine Breidenbach  
donnerstags, 15:30–17:30 Uhr  
Beginn: Do, 20.08.2026  
Wehrheim, Heinrich-Kielhorn-Schule  
5 Termine – Gebühr 70,00 EUR,  
keine Ermäßigung möglich  
mind. 7 Teilnehmende

**Töpfern für Erwachsene  
Aufbaukeramik**

Dieser Kurs ist sowohl für Anfänger:innen als auch für Fortgeschrittene geeignet. Sie haben die Möglichkeit, Ihre eigenen kreativen Ideen umzusetzen oder sich durch Vorschläge inspirieren zu lassen. Wir arbeiten mit unterschiedlichen Aufbautechniken, z. B. aus einem Klumpen oder Tonplatten, ohne Drehscheibe.



Es werden verschiedene Techniken zur Oberflächengestaltung unserer Objekte eingesetzt, mit denen man interessante Effekte erzielen kann. Es entstehen zusätzlich Kosten für Ton, Glasuren und Brennen.

**262E05-66** Sabine Breidenbach  
mittwochs, 19:00–21:30 Uhr  
Beginn: Mi, 19.08.2026  
Wehrheim, Heinrich-Kielhorn-Schule  
6 Termine – Gebühr 107,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende



## YOGA

## Yoga in Usingen

## 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!

**262F26-93** Sandy Lehmann  
montags, 18:00–19:30 Uhr  
Beginn: Mo, 17.08.2026  
Usingen, Bürgerhaus Eschbach  
14 Termine – Gebühr 147,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

**262F26-95** Sandy Lehmann  
montags, 19:30–21:00 Uhr  
Beginn: Mo, 17.08.2026  
Usingen, Bürgerhaus Eschbach  
14 Termine – Gebühr 147,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

## Yoga in Wehrheim

## Hatha-Yoga mit Klang – mit sanften, entspannenden Klängen der Gitarre und den traditionellen Mantras

**262F25-74** Martina Bielaczek  
dienstags, 18:00–19:30 Uhr  
Beginn: Di, 18.08.2026  
Wehrheim, Alte Kirche Obernhain  
16 Termine – Gebühr 162,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

## Yoga in Neu-Anspach

## Hatha-Yoga

**262F26-85** Sabine Huth  
donnerstags, 11:15–12:45 Uhr  
Beginn: Do, 10.09.2026  
Neu-Anspach, Bürgerhaus, Kleiner Saal  
13 Termine – Gebühr 124,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende

**262F26-88** Sabine Huth  
donnerstags, 09:30–11:00 Uhr  
Beginn: Do, 10.09.2026  
Neu-Anspach, Bürgerhaus, Kleiner Saal  
13 Termine – Gebühr 124,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende

**262F26-91** Jürgen Weigardt  
donnerstags, 19:45–21:15 Uhr  
Beginn: Do, 27.08.2026  
Neu-Anspach, Dorfgemeinschaftshaus  
Rod am Berg, Höhenstraße 1  
15 Termine – Gebühr 143,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende

## Yoga Sanft

Yoga in jedem Alter – in diesem Sinne lädt der Kurs Menschen ein, die eine harmonische Verbindung von Körperübungen mit dem eigenen Atem erfahren möchten. Körper, Atem und Geist verbinden sich beim sanften und konzentrierten Üben. Die ausgleichende Wirkung von Yoga kann so erfahren werden. Eine Lockerung und Kräftigung des Körpers stellen sich als gewünschte Nebenwirkung ein. Auch Späteinsteiger:innen und weniger gelenkige Menschen sind willkommen und können sich in die sanfte Übungsform einfinden. Bitte lockere Kleidung, eine Decke, eine Isomatte sowie ein Kissen mitbringen!

**262F25-57** Martina Bielaczek  
donnerstags, 18:00–19:30 Uhr  
Beginn: Do, 27.08.2026  
Neu-Anspach, Dorfgemeinschaftshaus  
Rod am Berg, Höhenstraße 1  
15 Termine – Gebühr 152,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

## ENTSPANNUNGSTECHNIKEN

## Alexander-Technik: entspannt und beweglich durch den Alltag

„Wenn ihr aufhört, das Falsche zu tun, geschieht das Richtige von selbst.“ (F. M. Alexander)  
Im Laufe des Lebens entwickeln wir Bewegungs- und Haltungsmuster, die den Körper unnötig belasten – oft mit Verspannungen oder Schmerzen als Folge. In diesem Kurs lernen Sie die Alexander-Technik kennen und erfahren, wie Sie sich im Alltag leichter, aufrechter und mit weniger Anstrengung bewegen können.



Nach einer kurzen Einführung arbeiten wir praktisch, schauen uns typische Bewegungsabläufe an und erproben alltagstaugliche Wege, diese zu verbessern. Bitte mitbringen: Matte und vier Taschenbücher (als Kopfstütze bei Übungen).

**262F21-54** Mercedes van Gunsteren  
Samstag, 21.11.2026, 14:30–17:30 Uhr  
Samstag, 28.11.2026, 14:30–17:30 Uhr  
Neu-Anspach, Bürgerhaus  
2 Termine – Gebühr 48,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende

## Autogenes Training – Gelassenheit im Alltag erlernen

Autogenes Training ist ein bewährtes Entspannungsverfahren, das leicht zu erlernen und vielseitig anwendbar ist. Durch gezielte Autosuggestion wird eine tiefe Entspannung für Körper und Geist erreicht. Das hilft, Stress gelassener zu begegnen, die Konzentration zu verbessern und neue Kraft zu schöpfen. Die Übungen wirken besonders nachhaltig, wenn sie regelmäßig in den Alltag integriert werden.

Der Kompaktkurs vermittelt die Grundlagen des Autogenen Trainings und befähigt die Teilnehmenden, die Übungen selbstständig im Alltag anzuwenden. Bitte mitbringen: Gymnastik- oder Yogamatte, evtl. Kissen, Decke und warme Socken.

**262F21-66** Andrea Thum  
Sonntag, 18.10.2026, 14:00–17:30 Uhr  
Sonntag, 25.10.2026, 14:00–17:30 Uhr  
Usingen, Bürgerhaus Eschbach  
2 Termine – Gebühr 53,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende

Entspannung mit Klangschalen  
Klangmeditation – Phantasieren

Zeit nehmen für sich selbst, zur Ruhe kommen. Abschalten, um neue Energie zu tanken: Die Töne der Klangschalen berühren ihr Innerstes und lösen sanft Spannungen in Ihrem Körper. Sie bauen nicht nur alltäglichen Stress ab, sondern beugen ihm auch vor. Die Klangmeditation kann unsere inneren Kraftquellen und die Entfaltung unserer Potenziale stärken. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Woldecke und kleines Kissen, warme Socken.

**262F22-53** Rita Eckhard  
Samstag, 24.10.2026, 14:00–16:00 Uhr  
Neu-Anspach, Dorfgemeinschaftshaus Rod am Berg, Höhenstraße 1  
1 Termin – Gebühr 16,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende





## TAI CHI UND QIGONG

## Qigong

Qigong verbessert Ihre Körperhaltung, dient dem Stressabbau und hilft nicht nur bei vielen körperlichen Beschwerden, sondern wirkt auch positiv auf Geist und Seele. Den Körper mit sanften Bewegungen zu lockern, mit Atemübungen den Geist zur Ruhe zu bringen, entspannt zu sein und trotzdem voller Energie – das ist das Ziel dieser gesundheitsfördernden Bewegungen aus dem alten China.

**262F23-51** Susanne Hainbach  
dienstags, 10:30–12:00 Uhr  
Beginn: Di, 08.09.2026  
Wehrheim, Bürgerhaus  
13 Termine – Gebühr 124,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende

**262F23-56** Jennifer Majer  
freitags, 11:15–12:45 Uhr  
Beginn: Fr, 04.09.2026  
Usingen, Christian-Wirth-Schule, Wilhelmj-Salon  
14 Termine – Gebühr 147,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

### Tai Chi und Qigong Für Einsteiger:innen und Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Mit Hilfe von Bewegungsformen nach den Prinzipien des Tai Chi und des Qigong kann im meditativen Wechselspiel von sanfter Spannung und Entspannung körperlich-seelelische Gelassenheit entwickelt werden. Ziel des Kurses ist es, diese innere Haltung zu fördern. Es werden Elemente aus verschiedenen Quellen benutzt, die sich auch im Homeoffice für zwischendurch anbieten..

**262F23-71** Jennifer Majer  
dienstags, 18:15–19:45 Uhr  
Beginn: Di, 08.09.2026  
Usingen, Astrid-Lindgren-Schule,  
Gymnastikraum in der neuen Sporthalle,  
Wilhelm-Martin-Dienstbach-Str. 13  
13 Termine – Gebühr 132,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

## RÜCKENGYMNASTIK

### Rücken fit Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule

Den Rücken stärken, den Körper ins Gleichgewicht bringen und beweglich bleiben: Die gelenkschonende Gymnastik stabilisiert den Rücken, löst Verspannungen und verbessert die Haltung. Sie lernen Übungen und Tipps kennen, um die Wirbelsäule im Alltag und am Arbeitsplatz zu entlasten. Entspannungs- und Atemübungen fördern zudem Erholung und Wohlbefinden.

Der Kurs eignet sich auch zur Vorbeugung von Osteoporose oder Arthrose sowie bei leichten Verschleißerscheinungen der Wirbelsäule. Bitte Gymnastikmatte und Socken oder Hallenturnschuhe mitbringen.

**262F32-56** Susanne Hainbach  
dienstags, 09:00–10:15 Uhr  
Beginn: Di, 08.09.2026  
Wehrheim, Bürgerhaus  
13 Termine – Gebühr 103,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende

**262F32-60** Gabriele Freyzeisen  
montags, 17:30–18:30 Uhr  
Beginn: Mo, 24.08.2026  
Neu-Anspach, Dorfgemeinschaftshaus  
Rod am Berg, Höhenstraße 1  
15 Termine – Gebühr 101,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

**262F32-64** Gabriele Freyzeisen  
montags, 18:30–19:30 Uhr  
Beginn: Mo, 24.08.2026  
Neu-Anspach, Dorfgemeinschaftshaus  
Rod am Berg, Höhenstraße 1  
15 Termine – Gebühr 101,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

**262F32-68** Jutta Fischer-Krüger  
mittwochs, 17:30–18:30 Uhr  
Beginn: Mi, 09.09.2026  
Usingen, Bürgerhaus Eschbach  
14 Termine – Gebühr 96,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende

## OUTDOOR

### Breath Walk Yoga-Walking mit Naturerlebnis

Atmen und Gehen sind zwei der natürlichsten und energetisch wirkungsvollsten Dinge, die wir tun. Indem wir lernen, beides systematisch und in meditativer Weise miteinander zu verbinden, steigern wir unsere physische, emotionale und geistige Fitness.



Breath Walk ist eine Yoga-Technik, bei der bestimmte Atemmuster mit dem Rhythmus des Gehens synchronisiert werden und gleichzeitig eine meditative Aufmerksamkeit gehalten wird. Als Kombination von bewusster Atmung, Meditation, Laufen und Yoga ist es eine Quelle der Vitalität.

Bitte bequeme Schuhe und Kleidung tragen und eine kleine Flasche Wasser mitbringen.

**262F53-80** Heike Neidhardt  
Sonntag, 11.10.2026, 14:00–15:30 Uhr  
Treffpunkt: Neu-Anspach,  
Am Sportplatz Hausen  
1 Termin – Gebühr 16,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende

Den Kurs Segelfliegen finden Sie  
auf Seite 11.



### Klettern für die Familie Kleingruppe, 2–3 Erwachsene mit jeweils bis zu zwei Kindern

Klettern ist ein Sport, den man als Familie gemeinsam betreiben kann. In diesem Kurs üben Eltern, ihre Kinder zu sichern. Dabei kann ein Erwachsener bis zu zwei Kinder nacheinander sichern. Vater / Mutter erlernen das Sichern, während die Sprösslinge spielerisch die Wände auf kindgerechten Routen erobern.

Das komplette Klettermaterial kann für 5,00 Euro pro Person vor Ort ausgeliehen werden (zahlbar an den Kursleiter). Bei Rückfragen: Siegfried Nitsch, Tel. 0170 5775751, E-Mail s.g.nitsch@fachwerk-hof.de

Bitte mitbringen: Sportsachen. Bei schlechtem Wetter findet der Kurs in der Kletterhalle des DAV in Neu-Anspach statt (Philipp-Reis-Straße 1a, Eintritt in die Kletterhalle kommt hinzu).

**262A13-60** Siegfried Nitsch  
Samstag, 03.10.2026, 11:00–14:00 Uhr  
Usingen, Eschbacher Klippen.  
Treffpunkt direkt am Fels auf der Sonnenseite der Klippen.  
1 Termin – Gebühr 57,00 EUR pro Erwachsenenem (jeweils bis zu zwei Kinder inkl.), keine Ermäßigung möglich.  
Bitte nur die erwachsenen Teilnehmenden anmelden.  
mind. 2 teilnehmende Familien

**262A13-62** Siegfried Nitsch  
Samstag, 10.10.2026, 11:00–14:00 Uhr  
Usingen, Eschbacher Klippen.  
Treffpunkt direkt am Fels auf der Sonnenseite der Klippen.  
1 Termin – Gebühr 57,00 EUR pro Erwachsenenem (jeweils bis zu zwei Kinder inkl.), keine Ermäßigung möglich.  
Bitte nur die erwachsenen Teilnehmenden anmelden.  
mind. 2 teilnehmende Familien



FITNESS UND PILATES

Ritmo y fuego! Lateinamerikanisches Tanz-Workout

In diesem Kurs powern wir uns so richtig aus: Ein Tanz-Workout vom Feinsten, bei dem lateinamerikanische Rhythmen und Tanzstyles wie Merengue, Salsa, Reggaeton und anderen kombiniert werden. Bei diesem einzigartigen Tanz-Fitness-Erlebnis kurbeln wir das Herz-Kreislauf-System und die Fettverbrennung ordentlich an.



Ein Kurs für alle, die es intensiv, rhythmisch und schweißtreibend mögen! Vorkenntnisse von Vorteil, auch Einsteiger:innen sind willkommen.

262F43-50 Addy Margelen Rojas Garavito freitags, 19:00–20:00 Uhr Beginn: Fr, 28.08.2026 Usingen, Familienzentrum „Hand in Hand“, Löwenzahnstraße 1 14 Termine – Gebühr 105,00 EUR mind. 7 Teilnehmende

ZUMBA® Gold (50+): Tanzen ohne Partner

ZUMBA® Gold ist für jede(n) gut erlernbar und eine unterhaltsame Möglichkeit, fit zu werden! Ein Kurs für Menschen jeden Alters, die eine sanftere, aber dennoch energiegeladene Trainingserfahrung suchen. Wir kombinieren einfache Tanzschritte mit lateinamerikanischer Musik und Rhythmen aus der ganzen Welt. ZUMBA® Gold kommt ohne Sprünge und hektische Drehungen aus, ist daher gelenkschonender als ZUMBA Fitness und macht einfach nur Spaß.

262F43-66 Beate Gajski dienstags, 17:15–18:15 Uhr Beginn: Di, 25.08.2026 Neu-Anspach, Dorfgemeinschaftshaus Hausen-Arnsbach, Hauptstraße 69 15 Termine – Gebühr 120,00 EUR mind. 7 Teilnehmende

262F43-68 Beate Gajski dienstags, 18:25–19:25 Uhr Beginn: Di, 25.08.2026 Neu-Anspach, Dorfgemeinschaftshaus Hausen-Arnsbach, Hauptstraße 69 15 Termine – Gebühr 120,00 EUR mind. 7 Teilnehmende

Besuchen Sie uns auch im Internet!

Das aktuelle Programm mit der Übersicht aller Gesundheits- und Bewegungskurse finden Sie auf unserer Website unter www.vhs-badhomburg.de



AROHA®

AROHA ist ein effektives und unkompliziertes Workout zu motivierender Musik im Dreivierteltakt, bei dem ausdrucksstarke und kraftvolle Elemente mit sanften Bewegungen verbunden werden. AROHA ist inspiriert vom HAKA, dem neuseeländischen Kriegstanz der Maori, von Elementen der Kampfkunst und des Tai Chi. Das ausgewogene Ganzkörpertraining verbessert Ausdauer und Körpergefühl, setzt neue Energien frei und führt zu innerer Ausgeglichenheit.



Da die Grundschritte leicht nachvollziehbar sind, ist der Einstieg in das Training für alle Altersgruppen und Fitnesslevel geeignet.

262F42-70 Katrin Fink freitags, 10:00–11:00 Uhr Beginn: Fr, 04.09.2026 Usingen, Christian-Wirth-Schule, Wilhelmj-Salon 13 Termine – Gebühr 91,00 EUR mind. 7 Teilnehmende

262F42-73 Katrin Fink donnerstags, 18:15–19:15 Uhr Beginn: Do, 10.09.2026 Usingen, Bürgerhaus Eschbach 13 Termine – Gebühr 91,00 EUR mind. 7 Teilnehmende

Pilates

Pilates verbindet Atemtechnik, Kräftigung, Koordination und Stretching. Im Fokus stehen Bauch, Rücken, Hüften und Po – das „Powerhouse“ der Körpermitte. Die Übungen stärken sanft die Muskulatur, verbessern Haltung und Beweglichkeit und werden bewusst und konzentriert ausgeführt. Ein effektives Ganzkörpertraining ohne Vorkenntnisse. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe oder Socken, Decke, Handtuch, flaches Kissen, eigene Übungsmatte.

262F31-74 Carmen Straub donnerstags, 09:00–10:00 Uhr Beginn: Do, 27.08.2026 Wehrheim, Turnhalle Obernhain (Saalburghalle) 14 Termine – Gebühr 89,00 EUR mind. 8 Teilnehmende

262F31-77 Carmen Straub freitags, 09:00–10:00 Uhr Beginn: Fr, 28.08.2026 Wehrheim, Turnhalle Obernhain (Saalburghalle) 14 Termine – Gebühr 89,00 EUR mind. 8 Teilnehmende

262F31-89 Georgeta-Maria Karmann montags, 10:00–11:30 Uhr Beginn: Mo, 17.08.2026 Neu-Anspach, Bürgerhaus, Vielphonraum 15 Termine – Gebühr 152,00 EUR mind. 7 Teilnehmende

Pilates und Entspannung – ein neues Körpergefühl entsteht

Pilates hilft, sich selbst bewusster wahrzunehmen. Der sanfte Einstieg in die Stunde mit einer Achtsamkeitsübung und eine Entspannungsübung am Ende unterstützen dies zusätzlich. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschuhe oder Socken, Decke, Handtuch, flaches Kissen sowie eine eigene Übungsmatte.

262F31-86 Rita Eckhard dienstags, 10:00–11:00 Uhr Beginn: Di, 25.08.2026 Neu-Anspach, Dorfgemeinschaftshaus Rod am Berg, Höhenstraße 1 15 Termine – Gebühr 110,00 EUR



DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

Deutsch A1.1

Lehrwerk: Schritte plus Neu 1, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber-Verlag,

**262H21-52** Renate Wolter  
montags und mittwochs, 18:00–19:30 Uhr  
Beginn: Mo, 31.08.2026  
Usingen, Saalburgschule, Raum 210  
28 Termine – Gebühr 242,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende

Deutsch A1.2

Lehrwerk: Schritte plus Neu 2, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber-Verlag,

**262H22-52** Renate Wolter  
montags und mittwochs, 19:30–21:00 Uhr  
Beginn: Mo, 31.08.2026  
Usingen, Saalburgschule, Raum 209  
28 Termine – Gebühr 242,00 EUR  
mind. 8 Teilnehmende

Besuchen Sie uns auch im Internet!

Das komplette Programm 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.



ENGLISCH

Englisch A2  
Brush up ab Lektion 2

Wenn Sie schon einmal Grundkenntnisse hatten und diese – vielleicht nach längerer Pause – wieder aktivieren und zu einem soliden Basiswissen aufbauen möchten, das es Ihnen erlaubt, sich in typischen Alltagssituationen zu verständigen, einfache Gespräche zu führen und leichte grammatische Strukturen richtig anzuwenden  
**Kursbuch: Brush up A2, Hueber, ISBN 978-3-19-002936-5**

**262G12-35** Debra Kay Lowitzer-Castle  
mittwochs, 14:30–16:00 Uhr  
Beginn: Mi, 09.09.2026  
Wehrheim, Bürgerhaus, Bücherei  
13 Termine – Gebühr 130,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende  
Anmeldung bis 03.09.2026

Englisch A2/B1 Themenbasiert  
lernen ohne Buch  
Teilnehmende mit Grundkenntnissen

Für alle, die schon einmal Grundkenntnisse hatten und diese wieder aktivieren, festigen und vor allem mündlich ausbauen möchten: In diesem neuen Kurs arbeiten wir themenbezogen mit Texten, Kurzgeschichten und in kleinen Exkursionen – ganz ohne Lehrbuch. Der Kurs lebt von Ihren Interessen: lesen und diskutieren was Spaß macht.

**262G13-10** Renate Wolter  
freitags, 10:00–11:30 Uhr  
Beginn: Fr, 04.09.2026  
Usingen, im Anbau des Taunusbades, Mozartstraße 5a  
13 Termine – Gebühr 156,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 31.08.2026

Englisch B1+ am Abend  
On Point – Intermediate English

Festigen Sie die erreichten Sprachkenntnisse nach Abschluss der Stufe B1 in einem B1+ Kurs. In Gesprächen über verschiedene Themen und Texte können Sie Ihre Sprachfähigkeiten vor allem kommunikativ erweitern und relevante Grammatik festigen.

**Lehrbuch: On Point B1+, Klett, ISBN 978-3-12-501272-1, Lektion 8**

**262G14-45** Wilfried Teckentrup  
dienstags, 18:00–19:30 Uhr  
Beginn: Di, 08.09.2026  
Neu-Anspach, Adolf-Reichwein-Schule, Raum E4  
13 Termine – Gebühr 130,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende  
Anmeldung bis 03.09.2026

Englisch C1 Endlich Zeit für  
Englisch  
On Point, Advanced English ab Lektion 7

The aim of the course is to help you to improve the language skills that you will need in real life: in social situations and in your work or studies. In varied and interesting activities and exercises your confidence and flexibility will be increased and thus you will become a more accurate and fluent user of English.

**Lehrbuch: On Point, Advanced English C1, Klett, ISBN 978-3-12-501278-3**

**262G18-10** Norbert Moritz  
donnerstags, 10:00–11:30 Uhr  
Beginn: Do, 10.09.2026  
Wehrheim, Bürgerhaus, Bücherei  
13 Termine – Gebühr 156,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 07.09.2026



FRANZÖSISCH



**Französisch A1-A2 Déjà-vu  
Ein Wiedersehen mit Französisch**

Der Auffrischkurs Déjà-vu richtet sich an Französischlernende, die bereits (auch länger zurück liegende) Grundkenntnisse haben und diese auffrischen und vertiefen möchten. Dabei liegt der Fokus auf dem Sprechen und auf der konsequenten Wiederholung von Wortschatz und Grammatik – immer verknüpft mit aktuellen Themen der frankophonen Welt. Déjà-vu gehört zur Reihe Rencontres en français, kann aber problemlos auch mit anderen Lehrbüchern kombiniert/ergänzt werden.

**Kursbuch: Déjà-vu A1-A2 Klett, ISBN 978-3-12-529633-6 ab Lektion 8** (Quereinsteiger sind in diesem Kurskonzept herzlich willkommen.)

**262G21-45** Chantal Appolinaire  
freitags, 09:30–11:00 Uhr  
Beginn: Fr, 11.09.2026  
Wehrheim, Limeschule Pavillon, Raum 2 (rechts neben Turnhalle, Gebäude Rotes Kreuz). Bitte Parkplatz am Bürgerhaus nutzen  
13 Termine – Gebühr 156,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 07.09.2026

**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 A2.1  
Voyages neu A2 ab Lektion 1**

Sie haben Grundkenntnisse, die möglicherweise schon länger zurückliegen, und Sie möchten endlich wieder nach Frankreich reisen und sich in alltäglichen Situationen verständigen können. Dann können Sie in diesem Kurs Vokabular und grammatische Kenntnisse kommunikativ erweitern.

**262G22-15** N.N.  
mittwochs, 17:00–18:30 Uhr  
Beginn: Mi, 09.09.2026  
Usingen, Saalburgschule, Raum 206  
13 Termine – Gebühr 150,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende  
Anmeldung bis 03.09.2026

**Französisch B1+  
Konversation und Festigung**

Verbessern Sie Ihre Sprachkompetenz durch Konversations- und Wortschatzübungen sowie einer Wiederholung und Vertiefung der Grammatik anhand aktueller und authentischer Texte oder kleinerer Lektüren. Das Lektürematerial wird im Kurs bekannt gegeben.

**262G24-40** Chantal Appolinaire  
freitags, 11:00–12:30 Uhr  
Beginn: Fr, 11.09.2026  
Wehrheim, Limeschule Pavillon, Raum 2 (rechts neben Turnhalle, Gebäude Rotes Kreuz). Bitte Parkplatz am Bürgerhaus nutzen  
13 Termine – Gebühr 156,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 07.09.2026



ITALIENISCH

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

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

**Lehrbuch: Allegro nuovo A1, Klett, ISBN 978-3-12-525590-6**  
Bitte erkundigen Sie sich vor Kauf des Buches, ob der Kurs durchgeführt werden kann.

**262G31-10** Anina Hübner  
mittwochs, 11:00–12:30 Uhr  
Beginn: Mi, 09.09.2026  
Usingen, im Anbau des Taunusbades, Mozartstraße 5a  
13 Termine – Gebühr 156,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende  
Anmeldung bis 03.09.2026

**Italienisch A2.1  
Dieci A2 ab Lektion 1**

Sie haben Vorkenntnisse (nach abgeschlossener Stufe A1) und möchten Vokabular und grammatische Kenntnisse kommunikativ erweitern. Der Kurs beginnt mit einem A2-Lehrbuch und eignet sich auch als Neubeginn auf fortgeschrittenem Anfängerniveau.

**Kursbuch: Dieci A2, Hueber, ISBN 978-3-19-015647-4**

**262G32-10** N.N.  
donnerstags, 09:00–10:30 Uhr  
Beginn: Do, 10.09.2026  
Neu-Anspach, Bürgerhaus  
13 Termine – Gebühr 140,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende  
Anmeldung bis 07.09.2026

**Italienisch A2.3  
Allegro nuovo A2 ab Lektion 8**

Für fortgeschrittene Anfänger:innen: Sie verfügen über Grundkenntnisse und möchten Ihre Sprachkenntnisse lebensnah und kommunikativ zu einem stabilen Basiswissen ausbauen.

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

**262G32-70** Anina Hübner  
mittwochs, 09:30–11:00 Uhr  
Beginn: Mi, 09.09.2026  
Usingen, im Anbau des Taunusbades, Mozartstraße 5a  
13 Termine – Gebühr 156,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 03.09.2026





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

**Kursbuch: Con gusto nuevo A1, Klett,  
ISBN 978-3-12-514676-1**

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

**262G41-25** Addy Margelen Rojas Garavito  
dienstags, 09:30–11:00 Uhr  
Beginn: Di, 01.09.2026  
Usingen, im Anbau des Taunusbades, Mo-  
zartstraße 5a  
13 Termine – Gebühr 156,00 EUR  
mind. 6 Teilnehmende  
Anmeldung bis 27.08.2026

**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.

**Kursbuch: Con gusto nuevo A2, Klett,  
ISBN 978-3-12-514682-2**

**262G42-10** Addy Margelen Rojas Garavito  
donnerstags, 09:30–11:00 Uhr  
Beginn: Do, 03.09.2026  
Usingen, im Anbau des Taunusbades,  
Mozartstraße 5a  
13 Termine – Gebühr 130,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende  
Anmeldung bis 31.08.2026

**Spanisch A2.3  
Con gusto nuevo A2 ab Lektion 8**

Für fortgeschrittene Anfänger: Sie verfügen  
über gute Grundkenntnisse und möchten Ihre  
Sprachfähigkeit lebensnah und kommunikativ  
erweitern und zu einem stabilen Basiswissen  
ausbauen.

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

**262G42-35** Maria Corona-Romero  
donnerstags, 17:00–18:30 Uhr  
Beginn: Do, 10.09.2026  
Wehrheim, Limeschule Pavillon, Raum 2  
(rechts neben Turnhalle, Gebäude Rotes  
Kreuz). Bitte Parkplatz am Bürgerhaus nutzen  
13 Termine – Gebühr 156,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 07.09.2026

**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)



**Spanisch B1.1 Endlich Zeit  
für Spanisch  
Con gusto nuevo B1 ab Lektion 4**

Für fortgeschrittene Lernende mit guten  
Grundkenntnissen (nach Abschluss eines  
A2-Kurses oder vergleichbaren Vorkenntnis-  
sen): Kurse der Stufe B1 bauen Ihre Sprach-  
kenntnisse in einem normalen Lerntempo  
solide und vor allem kommunikativ aus.  
Sie festigen Ihre Grammatikkenntnisse und  
erweitern Ihren aktiven Wortschatz, berei-  
chert durch viele interessante Informationen  
über die spanische Lebenskultur.

**Kursbuch: Con gusto nuevo B1,  
Klett, ISBN 978-3-12-514693-8  
(hybride Ausgabe)**

**262G44-20** Isabel Schwemin-Karhan  
montags, 11:00–12:30 Uhr  
Beginn: Mo, 31.08.2026  
Wehrheim, Bürgerhaus, Bücherei  
14 Termine – Gebühr 140,00 EUR  
mind. 7 Teilnehmende  
Anmeldung bis 27.08.2026

**Spanisch B2 am Abend  
Con gusto nuevo B2 ab Lektion 10**

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

**Lehrbuch: Con gusto nuevo B2, Klett,  
ISBN 978-3-12-514688-4**  
und ggf. zusätzliches Lektürematerial

**262G46-10** Maria Corona-Romero  
donnerstags, 18:30–20:00 Uhr  
Beginn: Do, 10.09.2026  
Wehrheim, Limeschule Pavillon, Raum 2  
(rechts neben Turnhalle, Gebäude Rotes  
Kreuz). Bitte Parkplatz am Bürgerhaus nutzen  
13 Termine – Gebühr 156,00 EUR  
mind. 5 Teilnehmende  
Anmeldung bis 07.09.2026



# 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 Neu-Anspach: Sabine Schmeink-Ahrendt

Michelbacher Str. 13, 61267 Neu-Anspach, Telefon: 06172 9257-32, E-Mail: [schmeink-ahrendt@vhs-badhomburg.de](mailto:schmeink-ahrendt@vhs-badhomburg.de)

## Leitung der Außenstelle Usingen: Bernadette Plett

Am Pfaffenkopf 12, 61250 Usingen, Telefon: 06081 13819, E-Mail: [plett@vhs-badhomburg.de](mailto:plett@vhs-badhomburg.de)

## Leitung der Außenstelle Wehrheim: Sabine Breidenbach

Danziger Straße 18a, 61273 Wehrheim, Telefon: 06081 57508, E-Mail: [breidenbach@vhs-badhomburg.de](mailto:breidenbach@vhs-badhomburg.de)

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

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

