



Hann. Münden

Kursangebote

ab April 2026



**VHS Göttingen Osterode gGmbH,
Geschäftsstelle Hann. Münden**

Wilhelmshäuser Str. 90
34346 Hann. Münden
05541 9548360
hmue@vhs-goettingen.de

Das volle Programm finden Sie online!

Sie finden uns auch in

Geschäftsstellen Göttingen
Otto-Hahn-Zentrum,
Bahnhofsallee 7, 37081 Göttingen
0551 4952-0, info@vhs-goettingen.de

Familienzentrum Rosdorf,
Anne-Frank-Weg 2, 37124 Rosdorf
0551 4952-0, info@vhs-goettingen.de

Geschäftsstelle Duderstadt
Marktstr. 75, 37115 Duderstadt
05527 997327, dud@vhs-goettingen.de

Geschäftsstelle Osterode am Harz
Neustädter Tor 1-3, 37520 Osterode am Harz
05522 314411. oha@yhs-goettingen.de



Sie haben Freude an der Arbeit mit Menschen und möchten Wissen vermitteln?

Wir suchen Lehrkräfte für Kreatives und Gesundheit, z. B. Kalligraphie, Nähen, Handarbeiten, Musik, Faszientraining, Entspannung, Ernährung, Kochen, Wildkräuterwanderungen oder Ähnliches.

Jetzt anmelden!



vhs-goettingen.de

Anmeldung online, telefonisch oder auch persönlich in der Geschäftsstelle Hann. Münden!

Kursangebot Termin Ort	Leitung Gebühr Kursnummer
Fitness und Gesundheit	
Zumba® Fitness Do., 19.00–20.00 Uhr, ab 16.04.2026, 9 Termine; Grotefend-Gymnasium, Hann. Münden, Mitscherlichstraße 1	Julia Kaps € 72,00; 26F03081
Rückenfitness und mehr Do., 9.00–10.00 Uhr, ab 09.04.2026, 11 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90 Di., 15.35–16.35 Uhr, ab 05.05.2026, 8 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Kateryna Androsiuk € 92,00; 26F03481 € 67,00; 26F03483
Rückenfitness und mehr – Fortgeschrittene Di., 16.45–17.45 Uhr, ab 05.05.2026, 8 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Kateryna Androsiuk € 67,00; 26F03485
Rückenfitness und mehr Di., 18.45–19.45 Uhr, ab 14.04.2026, 6 Termine; Gemeindesaal St. Martini, Dransfeld, Pastorenberg 1, Zugang über Kirchstraße Di., 18.45–19.45 Uhr, ab 26.05.2026, 6 Termine; Gemeindesaal St. Martini, Dransfeld, Pastorenberg 1, Zugang über Kirchstraße	Karina Kupieczek, ÜL B für Fitness, Haltung, Prävention und Entspannung € 55,00; 26F03490 € 55,00; 26F03491
Einführung in Boule/Boccia: Kommunikativer Sport für jedes Alter Fr., 14.30–17.30 Uhr, ab 17.04.2026, 4 Termine; Mittelpunktssportanlage Reinhardshagen Fr., 14.30–17.30 Uhr, ab 05.06.2026, 4 Termine; Mittelpunktssportanlage Reinhardshagen	Peter Muszynski € 79,00; 26F03680 € 79,00; 26F03681
Hatha Yoga (Präventionsangebot nach § 20 Abs. 1 SGB V) Mi., 16.30–18.00 Uhr, ab 15.04.2026, 12 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Eva Maria Kiefer € 130,00; 26F04181
Yoga für Anfänger*innen Di., 16.30–18.00 Uhr, ab 21.04.2026, 9 Termine; Gauß Grundschule Dransfeld, Dransfeld, Hoher-Hagen-Str. 24 Di., 16.30–18.00 Uhr, ab 18.08.2026, 8 Termine; Gauß Grundschule Dransfeld, Dransfeld, Hoher-Hagen-Str. 24	Arjan Pal Singh € 102,00; 26F04191 € 91,00; 26H04190
Hatha Yoga zum Muskelaufbau Di., 18.30–19.45 Uhr, ab 14.04.2026, 6 Termine; Hermann-Gmeiner-Schule, Staufenberg, Gartenstraße 23	Simone Prager € 50,00; 26F04198
Yoga-Tiefenentspannung (Yoga Nidra) Mi., 18.15–19.45 Uhr, ab 15.04.2026, 8 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Eva Maria Kiefer € 80,00; 26F04280
Yoga auf dem Stuhl Do., 19.15–20.30 Uhr, ab 16.04.2026, 6 Termine; Hermann-Gmeiner-Schule, Staufenberg, Gartenstraße 23	Simone Prager € 50,00; 26F04298
QiGong und Meditation – kostenfreier Schnuppertermin Mi., 17.30–19.00 Uhr, 15.04.2026, 1 Termin; Gauß Grundschule Dransfeld, Dransfeld, Hoher-Hagen-Str. 24 Erleben Sie in dieser kostenfreien Schnupperstunde die harmonische Verbindung von QiGong und Meditation. Sanfte Bewegungen aus der Traditionellen Chinesischen Medizin fördern Balance, Entspannung und innere Ruhe. Eine kurze Meditation und wohltuende Entspannungsphase geben einen Vorgeschmack auf den anschließenden Kurs.	Anke Drubel Kostenlos; 26F04590
QiGong und Meditation – Eine Praxiskurs auch für (Neu)Einsteiger Mi., 17.30–19.00 Uhr, ab 22.04.2026, 9 Termine; Gauß Grundschule Dransfeld, Dransfeld, Hoher-Hagen-Str. 24	Anke Drubel € 99,00; 26F04591
Aktiv gegen Stress: Innere Antreiber erkennen und entschärfen Fr./Sa., Fr., 18.30–20.00 Uhr, Sa., 11.00–16.30 Uhr, ab 05.06.2026, 2 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelms- häuser Straße 90	Nora Wagner € 49,00; 26F04882
Partnermassage für verspannte Nacken- und Rückenmuskulatur Sa., 11.00–18.00 Uhr, 25.04.2026, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Wolfgang Schneider, staatl. geprüfter Masseur € 59,00; 26F08480
Ernährung und Genuss	
Vegane indische Küche Sa., 10.00–13.00 Uhr, 30.05.2026, 1 Termin; Haus der Nationen, Hann. Münden, Burckhardtstr. 60	Silke Schmidtman € 45,00, inkl. € 15,00 für Lebensmittel; 26F07080
Kochen – köstlich und abwechslungsreich Di., 18.30–21.30 Uhr, ab 14.04.2026, 4 Termine; Schule am Hohen Hagen, Dransfeld, Lange Trift 37	Ursula Fumfél € 123,00, inkl. € 45,00 für Lebensmittel; 26F07090
Veganes Backvergnügen – Leckere Kuchen ohne tierische Produkte Do., 07.05.2026, 17.30–20.30 Uhr, 1 Termin; Schule am Hohen Hagen, Dransfeld, Lange Trift 37	Silke Schmidtman € 45,00, inkl. € 15,00 für Lebensmittel; 26F07091
Vegane indische Küche Sa., 10.00–13.00 Uhr, 11.04.2026, 1 Termin; Hermann-Gmeiner-Schule, Staufenberg, Gartenstraße 23	Silke Schmidtman € 45,00, inkl. € 15,00 für Lebensmittel; 26F07095
Indische Küche: Vegetarische Gerichte Mi., 17.30–20.30 Uhr, 24.06.2026, 1 Termin; Schule am Hohen Hagen, Dransfeld, Lange Trift 37	Arjan Pal Singh € 43,00, inkl. Verzehrumlage: € 13,00; 26F07192
Indische Küche: Fingerfood Mi., 17.30–20.30 Uhr, 13.05.2026, 1 Termin; Schule am Hohen Hagen, Dransfeld, Lange Trift 37	Arjan Pal Singh € 43,00, inkl. Verzehrumlage: € 13,00; 26F07193
Indische Küche: Rund um Paneer Mi., 17.30–20.30 Uhr, 22.04.2026, 1 Termin; Schule am Hohen Hagen, Dransfeld, Lange Trift 37	Arjan Pal Singh € 43,00, inkl. Verzehrumlage: € 13,00; 26F07194
Region entdecken: Mediterranes Flair im Fachwerk – Italienisches Frühlingsmenü Sa., 17.00–22.15 Uhr, 18.04.2026, 1 Termin; Kochtreff in der Burgstraße, Hann. Münden, Burgstr. 28 Genießen Sie einen Abend mit mediterranem Flair in der historischen Fachwerkstadt Hann. Münden! Gemeinsam kochen wir ein leichtes italienisches Frühlingsmenü mit saisonalen Zutaten und typischen Aromen des Südens. Ohne Vorkenntnisse entstehen in geselliger Runde feine Gerichte – begleitet von Aperitif, Antipasti und Frühlingsstimmung.	Katrin Münster € 92,00, inkl. € 38,00 für Zutaten, Getränke und Rezepte; 26F07281
Kultur, Musik und Kreativität	
Tango Flow – Tango Argentino in Kombination mit Contact-Tango Sa., 15.00–19.00 Uhr, 16.05.2026, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Claudia Fisseler € 45,00, Gebühr pro Person; 26F18180
Let's dance! Discofox – Grundkurs Sa./So., 11.00–13.15 Uhr, ab 18.04.2026, 2 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90; Anmeldung nur mit Partner*in möglich	Celien Knauf, Tanzlehrerin ADTV, Joris Nörthemann € 49,00, Gebühr pro Person; 26F18282



TafE Plus

Ihre Chance auf einen neuen Anfang!

Die VHS begleitet mit **TaFF Plus** Familien in schwierigen Lebenssituationen und mit **MYWAY Göttingen** zugewanderte Frauen auf ihrem Weg in den Beruf. Wir bieten individuelle Beratung, Begleitung bei Behörden und Anträgen, Unterstützung bei Sprachkursen, Qualifizierung, Praktika und Jobsuche. Kostenlos, vertraulich und flexibel – für mehr Teilhabe, Perspektiven und einen sicheren Weg in Ihre Zukunft!



MYWAY Göttingen

Kursangebot Termin Ort		Leitung Gebühr Kursnummer	
Kultur, Musik und Kreativität			
Let's dance! Salsa und Bachata – Grundkurs Sa./So., 14.45–17.00 Uhr, ab 30.05.2026, 2 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90; Anmeldung nur mit Partner/in möglich Sa./So., 13.15–15.30 Uhr, ab 22.08.2026, 2 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90; Anmeldung nur mit Partner/in möglich		Celien Knauf, Tanzlehrerin ADTV, Joris Nörthemann € 49,00, Gebühr pro Person; 26F18283 € 49,00, Gebühr pro Person; 26H18281	
Line Dance – amerikanischer Reihentanz zur Country Musik Mi., 18.00–19.30 Uhr, ab 08.04.2026, 5 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Harald Harland, Line Dance Trainer € 56,00; 26F18482	
Line Dance für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen Mo., 18.00–19.30 Uhr, ab 13.04.2026, 10 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Harald Harland, Line Dance Trainer € 110,00; 26F18484	
ErlebnisTanz® – Gruppentanz für die Generation 60+ Mi., 16.00–17.30 Uhr, ab 08.04.2026, 7 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Eva Ginader-Roßkothen, Geprüfte Tanzleiterin € 77,00; 26F18581	
Das Kloster Bursfelde und die Bramburg – Exkursion So., 14.00–16.30 Uhr, 26.04.2026, 1 Termin; Draußen		Harald Schmidt, Kunstpädagoge € 19,00; 26F22281	
Neues von der Leipziger Buchmesse: Literaturtipps von der Buchhandlung Winnemuth Fr., 18.30–20.00 Uhr, 24.04.2026, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Julia Erlen € 12,00, inkl. Getränke; 26F24280	
Kunstschmieden – Grundkurs Fr. bis So., Fr., 18.00–21.00 Uhr, Sa., 10.00–18.00 Uhr, So., 10.00–16.30 Uhr, ab 10.04.2026, 3 Termine; Schmiede Hemeln, Hann. Münden, Marienkirchstraße 5		Kristian Marx € 210,00, zzgl. € 30,00 für Material und Werk- stattnutzung an die Kursleitung; 26F32282	
Messer schmieden – Aufbaukurs Fr. bis So., Fr., 18.00–21.00 Uhr, Sa., 10.00–18.00 Uhr, So., 10.00–16.30 Uhr, ab 24.04.2026, 3 Termine; Schmiede Hemeln, Hann. Münden, Marienkirchstraße 5		Kristian Marx € 220,00, zzgl. € 30,00 für Material und Werk- stattnutzung an die Kursleitung; 26F32285	
Kunstschmieden – Grundkurs Fr. bis So., Fr., 18.00–21.00 Uhr, Sa., 10.00–18.00 Uhr, So., 10.00–16.30 Uhr, ab 05.06.2026, 3 Termine; Schmiede Hemeln, Hann. Münden, Marienkirchstraße 5		Kristian Marx € 210,00, zzgl. € 30,00 für Material und Werk- stattnutzung an die Kursleitung; 26F32286	
Gold- und Silberschmieden für Anfänger*innen und Fortgeschrittene Sa./So., 10.00–17.30 Uhr, ab 13.06.2026, 2 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Thomas Dienst € 110,00, zzgl. € 10,00 für Werkzeugnutzung und Übungsmaterial, zzgl. ab ca. € 20,00 für Material (je nach Verbrauch) an die Kursleitung; 26F32288	
Mode in Farbe – Finde deine typgerechte Farbwelt für jedes Outfit Sa., 10.30–15.30 Uhr, 11.04.2026, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Ekta Tina Pabst, Coach f. indiv. Farb- & Stildesign € 45,00; 26F38381	
Seidenblumen-Broschen herstellen: Dekoration für Kleidung oder Frisur Fr., 16.00–19.15 Uhr, 22.05.2026, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Anna Perevertailo € 33,00, inkl. € 7,00 für alle Materialien und Nutzung von Werkzeug; 26F38481	
Digitale Kompetenzen			
Das Android-Smartphone/Tablet – Basiskurs Mo., 13.30–16.30 Uhr, ab 27.04.2026, 2 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Andreas Lott € 52,00; 26F53181	
Word Aufbaukurs für den Beruf Mo., 18.30–21.30 Uhr, ab 13.04.2026, 2 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Andreas Lott € 65,00, ab 7 Teilnehmenden Gebührenreduk- tion auf € 51,00 pro Person; 26F54180	
Künstliche Intelligenz kennenlernen mit ChatGPT Di., 18.00–21.15 Uhr, 19.05.2026, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Andreas Lott € 32,00; 26F57481	
KI im Alltag: ChatGPT verstehen und nutzen Mo., 19.00–20.30 Uhr, ab 08.06.2026, 2 Termine; Hermann-Gmeiner-Schule, Staufenberg, Gartenstraße 23		Silke Kuri € 29,00; 26F57496	
Outdoor und Natur			
Region entdecken: Flusspaddeln für Einsteiger*innen – Kajakkurs rund um Hann. Münden Sa./So., 9.00–18.00 Uhr, ab 04.07.2026, 2 Termine; Draußen Erlebe die Natur aus neuer Perspektive und entdecke die schönsten Flüsse rund um Hann. Münden mit dem Kajak! In diesem Kurs lernst du entspannt das Flusspaddeln mit dem 1er-Kajak – von Grundtechniken über Sicherheit bis zum Umgang mit Gefahrensituationen. Entschleunigung vom Alltag ist dabei garantiert. Voraussetzungen und weitere Informationen finden sie unter erlebnis-vhs.de		Kristian Marx € 175,00, zzgl. € 25,00 für Kajaknutzung an die Kursleitung; 26F68183	
Stand-up-Paddling (SUP) Sa., 10.00–13.00 Uhr, 30.05.2026, 1 Termin; Hann. Münden, Fährweg, Fuldaufer Sa., 15.00–18.00 Uhr, 30.05.2026, 1 Termin; Hann. Münden, Fährweg, Fuldaufer Sa., 10.00–13.00 Uhr, 27.06.2026, 1 Termin; Hann. Münden, Fährweg, Fuldaufer Sa., 15.00–18.00 Uhr, 27.06.2026, 1 Termin; Hann. Münden, Fährweg, Fuldaufer Sa., 10.00–13.00 Uhr, 04.07.2026, 1 Termin; Hann. Münden, Fährweg, Fuldaufer Sa., 15.00–18.00 Uhr, 04.07.2026, 1 Termin; Hann. Münden, Fährweg, Fuldaufer		Dirk Pelz € 55,00; 26F68184 € 55,00; 26F68185 € 55,00; 26F68186 € 55,00; 26F68187 € 55,00; 26F68188 € 55,00; 26F68189 Gebühr jeweils zzgl. € 10,00 Leihgebühr für das Board an die Kursleitung	
Alles grünt und blüht: Frühlingsmotive in Malerei und Zeichnung mit Aquarell und Pastell Fr., 16.00–18.00 Uhr, ab 10.04.2026, 5 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Harald Schmidt, Kunstpädagoge € 69,00, zzgl. Kosten für Material, Liste siehe Website; 26F30181	
Natur erleben mit Hund – Waldbaden für Mensch-Tier-Teams Di., 16.30–18.00 Uhr, ab 28.04.2026, 4 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Michaela Rehbein € 49,00; 26F68480	
„Geheimsache“ Morcheln – Kompaktseminar: Theorie und Praxis Sa., 9.30–18.00 Uhr, 25.04.2026, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Siegfried Pflum € 52,00; 26F68481	
Sprachen			
Deutsch Intensivkurs A1.1 Viertägig, 8.45–13.00 Uhr, ab 27.04.2026, 20 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90 Anmeldung nur nach vorherigem Beratungsgespräch		Kursleitungsteam € 389,00; ggf. Förderung durch das BAMF möglich; Kurs 26F71911	
Deutsch Intensivkurs A2.1 Viertägig, 8.45–13.00 Uhr, ab 30.04.2026, 20 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90 Anmeldung nur nach vorherigem Beratungsgespräch		Kursleitungsteam € 389,00; ggf. Förderung durch das BAMF möglich; 26F71903	
Deutsch Intensivkurs A2.2 Viertägig, 8.45–13.00 Uhr, ab 11.06.2026, 20 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90 Anmeldung nur nach vorherigem Beratungsgespräch		Kursleitungsteam € 389,00; ggf. Förderung durch das BAMF möglich; 26F71904	
Deutsch Intensivkurs B1.1 Viertägig, 8.45–13.00 Uhr, ab 10.08.2026, 20 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90 Anmeldung nur nach vorherigem Beratungsgespräch		Kursleitungsteam € 389,00; ggf. Förderung durch das BAMF möglich; 26F71905	
Deutsch Intensivkurs B1.2 Viertägig, 8.45–13.00 Uhr, ab 21.04.2026, 20 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90 Anmeldung nur nach vorherigem Beratungsgespräch		Kursleitungsteam € 389,00; ggf. Förderung durch das BAMF möglich; 25H71906	
Berufssprachkurs B2 Die Maßnahme wird gefördert vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF). Viertägig, 8.45–13.00 Uhr, ab 18.05.2026, 100 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Kursleitungsteam € 2,56 pro Unterrichtsstunde, ggf. Kostenbefrei- ung möglich (inkl. Zusatzmaterial); 26F71931	
Deutsch am Abend A1.1 Di./Do., 19.45–21.15 Uhr, ab 14.04.2026, 20 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Sonja Kelich € 184,00; 26F71981	
Deutsch am Abend A1.2 Di./Do., 18.00–19.30 Uhr, ab 14.04.2026, 20 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Sonja Kelich € 184,00; 26F71982	
Deutsch am Abend A2.1 Di./Do., 18.30–20.00 Uhr, ab 14.04.25.06.2026, 20 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Linda Yacoub € 184,00; 26F71983	
Französisch A1.3 am Samstag Sa., 10.00–11.30 Uhr, ab 11.04.2026, 10 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Baida Achkar € 105,00; 26F73183	
Italienisch B1.1 für Schnelllernende online Di., 19.00–20.30 Uhr, ab 14.04.2026, 10 Termine; Online-Schulung		Roberta Mozzillo € 115,00; 26F74380	
Arabisch A1.1 Mi., 18.30–20.00 Uhr, ab 08.04.2026, 10 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90		Linda Yacoub € 105,00; 26F78381	
Schulabschlüsse			
Kombikurs am Vormittag in Hann. Münden – Haupt- und Realschule Di., 8.45–12.00 Uhr, ab 01.09.2026, 177 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90 Diesen Kurs gibt es schon seit vielen Jahren – mit großem Erfolg! Hier lernen Menschen mit und ohne Haupt- schulabschluss zusammen. Du kannst den Haupt- oder Realschulabschluss machen. Fächer im Kurs: Deutsch, Mathe, Englisch, Biologie, Chemie, Politik und Wirtschaft. Die Prüfungen sind im Mai und Juni 2027. Du kannst auch noch nach Kursstart einsteigen. Interesse? Dann melde dich bei uns – wir beraten dich gerne!		Thomas Kossert € 1.398,00, zahlbar in 10 Raten; 26H80080	
	erlebnis-vhs – besondere Momente ganz nah Gönnen Sie sich inspirierende Tageserlebnisse direkt vor der Haustür. Ob Fotowalk, Kräuterwanderung, kreativer Workshop oder eine Stadtführung mit genussvollen Highlights – unsere Angebote verbinden kleine Abenteuer mit neuen Impulsen und Begegnungen auf Augenhöhe. Entdecken Sie Südniedersachsen einmal anders – leicht, lebendig und voller besonderer Augenblicke. erlebnis-vhs.de		
Weitere Kursangebote, ausführliche Kursbeschreibungen und Anmeldemöglichkeiten finden Sie unter: vhs-goettingen.de			