

Kursangebote ab Oktober 2025

GÖTTINGEN
STADT, DIE WISSEN SCHafft

LANDKREIS GÖTTINGEN

**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@vhs-goettingen.de

GÖTTINGEN

LANDKREIS GÖTTINGEN

Lehrkräfte
gesucht!

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

Wir suchen Lehrkräfte für Kreatives,
Handwerkliches, Verbraucherfragen,
Gartengestaltung, Natur, Fremdsprachen,
Grundbildung für Menschen
mit Behinderung (Rechnen, digitale
Grundkompetenzen, Lesen).

Jetzt anmelden!



www.vhs-goettingen.de

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

Kursangebot | Termin | Ort

Leitung | Gebühr | Kursnummer

Gesundheit, Ernährung und Kulinarik

Zumba® Fitness

Do., 19.00–20.00 Uhr, ab 30.10.2025, 10 Termine; Grotewind-Gymnasium, Hann. Münden, Mitscherlichstraße 1

Julia Kaps

€ 80,00; 25H03081

AROHA – Fitness am Freitag

Fr., 18.00–19.00 Uhr, ab 07.11.2025, 6 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90

Nora Wagner

€ 54,00; 25H03280

Rückenfitness und mehr

Di., 15.30–16.30 Uhr, ab 28.10.2025, 8 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90

Kateryna Androsiuk

€ 67,00; 25H03482

Rückenfitness und mehr – für Fortgeschrittene

Di., 16.45–17.45 Uhr, ab 28.10.2025, 8 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90

Kateryna Androsiuk

€ 67,00; 25H03485

Rückenfitness und mehr

Di., 18.45–19.45 Uhr, ab 28.10.2025, 7 Termine; Gauß Grundschule Dransfeld, Dransfeld, Hoher-Hagen-Str. 24

Karina Kupieczeck, ÜL B für Fitness, Haltung, Prävention, ÜL für Entspannung

€ 59,00; 25H03491

Stretching & Mobility – Fit werden mit der ganzen Familie

Fr., 15.00–15.45 Uhr, ab 07.11.2025, 12 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90

Kateryna Androsiuk

€ 90,00, Gebühr je Erwachsener mit einem Kind, jedes weitere Kind € 15,00. Bei mehr als einem Kind bitte Anmeldung über Geschäftsstelle; 25H03281

Step & Fun: Fitnesstraining

Fr., 16.00–17.00 Uhr, ab 07.11.2025, 12 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90

Kateryna Androsiuk

€ 99,00; 25H03282

Einführung in Boule/Boccia: Kommunikativer Sport für jedes Alter

Di., 14.30–17.30 Uhr, 28.10.2025, 1 Termin; Mittelpunktsportanlage Reinhardshagen

Peter Muszynski

€ 32,00; 25H03682

meinStabiFit – Das Krafttraining (Präventionsangebot nach § 20 SGB V)

Mo., 11.00–12.00 Uhr, ab 20.10.2025, 8 Termine; Bootshaus, Ruderverein Hann. Münden, Fährweg 30

Thomas Kossert

€ 150,00; 25H03781

Mi., 11.00–12.00 Uhr, ab 07.01.2026, 8 Termine; Bootshaus, Ruderverein Hann. Münden, Fährweg 30

€ 150,00; 26F03782

Joy Row – Indoor Ruderkurs (Präventionsangebot nach § 20 SGB V)

Mo., 19.00–20.00 Uhr, ab 20.10.2025, 8 Termine; Bootshaus, Ruderverein Hann. Münden, Fährweg 30

Thomas Kossert

€ 150,00; 25H68180

Mo., 19.00–20.00 Uhr, ab 01.12.2025, 8 Termine; Bootshaus, Ruderverein Hann. Münden, Fährweg 30

€ 150,00; 25H68181

Di., 19.00–20.00 Uhr, ab 06.01.2026, 8 Termine; Bootshaus, Ruderverein Hann. Münden, Fährweg 30

€ 150,00; 26F68180

Grundlagen des Yoga und seine Beziehung zur vedischen Heilkunst

Sa., 15.00–18.00 Uhr, 20.12.2025, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90

Eva Maria Kiefer

€ 25,00; 25H04185

Yoga für Anfänger*innen

Di., 16.30–18.00 Uhr, ab 28.10.2025, 8 Termine; Gauß Grundschule Dransfeld, Dransfeld, Hoher-Hagen-Str. 24

Arjan Pal Singh

€ 91,00; 25H04192

Di., 16.30–18.00 Uhr, ab 13.01.2026, 9 Termine; Gauß Grundschule Dransfeld, Dransfeld, Hoher-Hagen-Str. 24

€ 102,00; 26F04190

Mit Somatischem Yoga balanciert das Jahr beginnen

Di., 20.00–21.30 Uhr, ab 13.01.2026, 6 Termine; Hermann-Gmeiner-Schule, Staufenberg, Gartenstraße 23

Simone Prager

€ 60,00; 26F04295

Mi., 18.30–20.15 Uhr, ab 14.01.2026, 6 Termine; Hermann-Gmeiner-Schule, Staufenberg, Gartenstraße 23

€ 70,00; 26F04296

Yoga auf dem Stuhl

Do., 19.15–20.30 Uhr, ab 23.10.2025, 7 Termine; Hermann-Gmeiner-Schule, Staufenberg, Gartenstraße 23

Simone Prager

€ 59,00; 25H04298

Hatha Yoga zum Muskelaufbau

Di., 18.30–19.45 Uhr, ab 03.02.2026, 6 Termine; Hermann-Gmeiner-Schule, Staufenberg, Gartenstraße 23

Simone Prager

€ 50,00; 26F04197

Taiji Qi Gong oder ShibaShi – Ein Qi-Gong-Kurs (Präventionsangebot)

Di., 18.00–19.30 Uhr, ab 10.02.2026, 11 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90

Kristine Ackermann

€ 122,00; 26F04580

Mo., 18.00–19.30 Uhr, ab 01.03.2026, 11 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90

Alexandra Lienhop

€ 55,00; 25H04682

Schlafwerkstatt: Praxistraining für erholsamen Schlaf – online

Mo., 18.15–19.45 Uhr, ab 03.11.2025, 3 Termine; Online-Schulung

Wolfgang Schneider, staatl. geprüfter Masseur

€ 55,00; 25H08480

Di., 18.00–19.30 Uhr, ab 01.03.2026, 11 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90

Ursula Fumfél

€ 114,00, inkl. € 40,00 für Lebensmittel; 25H07090

Indische Küche: Vegetarische Gerichte

Mo., 17.30–20.30 Uhr, 27.10.2025, 1 Termin; Schule am Hohen Hagen, Dransfeld, Lange Trift 37

Arjan Pal Singh

€ 43,00; 25H07191

Mo., 17.30–20.30 Uhr, 27.10.2025, 1 Termin; Schule am Hohen Hagen, Dransfeld, Lange Trift 37

Arjan Pal Singh

€ 43,00, inkl. € 13,00 für Lebensmittel; 26F07190

Indische Küche: Vegane Gerichte

Mo., 18.15–21.15 Uhr, 12.01.2026, 1 Termin; Schule am Hohen Hagen, Dransfeld, Lange Trift 37

Katrin Münster, Kochtreff in der Burgstraße

€ 89,00, inkl. € 35,00 für Lebensmittel, Wein und andere Getränke, Rezeptmappe; 25H07280

Kultur, Musik und Kreativität

Line Dance – amerikanischer Reihentanz zur Country Musik

Mo., 18.00–19.30 Uhr, ab 10.11.2025, 4 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90

Harald Harland, Line Dance Trainer

€ 45,00; 25H18482

Let's dance! Salsa und Bachata – Grundkurs

Sa./So., Sa., 14.45–17.00 Uhr, So., 10.30–12.45 Uhr, 17./18.01.2026, 2 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90

Celien Knauf, Tanzlehrerin ADTV,

Joris Nörthermann

€ 49,00, Gebühr pro Person; Anmeldung nur mit Partner/in möglich; 26F18281

ErlebnisTanz® – Gruppentanz für die Generation 6

Kursangebot Termin Ort	Leitung Gebühr Kursnummer
TaKeTiNa: Gelassenheit und Resilienz durch Rhythmus Sa., 10.00–18.00 Uhr, 31.01.2026, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Kathrin Bergsieck, Daniel Heise € 59,00; 26F04880
Platero y yo – Spanische Weltliteratur für Nachdenkliche Mi., 18.00–20.15 Uhr, 12.11.2025, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Karl Brandenstein € 15,00, inkl. Kosten für Textmaterial; 5H24280
Neues von der Frankfurter Buchmesse: Literaturtipps mit Buchhandlung Winnemuth Mo., 18.00–19.30 Uhr, 27.10.2025, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Julia Erlen € 12,00, inkl. Getränk; 25H24281
Region entdecken: Zwischen Märchenstraße und Manuskript – wie aus einer Reise ein Buch wurde Fr., 18.00–20.15 Uhr, 24.10.2025, 1 Termin; Café am Sandmarkt, Lange Str. 4, 34346 Hann. Münden	Silke Kuri € 19,00, inkl. Begrüßungsgetränk; 25H24481
Sütterlin – Die altdeutsche Handschrift erlernen Do., 16.30–19.45 Uhr, ab 30.10.2025, 3 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Birgit Trößle € 69,00, zzgl. € 5,00 für Lehrmaterial an die Kursleitung; 25H24480
Aquarell und Pastell: Die vier Jahreszeiten in Malerei und Zeichnung Fr., 16.30–18.00 Uhr, ab 07.11.2025, 5 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Harald Schmidt, Kunstpädagoche € 49,00, zzgl. Kosten für Material, Liste siehe vhs-goettingen.de; 25H30182
Die Kunst des Zeichnens Mo./Di., 9.30–12.30 Uhr, 02./03.03.2026, 2 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Sylvia Sturm € 52,00; 26F30080
Advent & Ausdruck – Dein inneres Winterbild gestalten Do., 9.30–11.00 Uhr, ab 27.11.2025, 2 Termine; Hermann-Gmeiner-Schule, Staufenberg, Gartenstraße 23	Nadine Nebe € 29,00, zzgl. € 5,00 für Arbeitsmaterial direkt an die Kursleitung; 25H30695
Kunstschmieden – Grundkurs Fr., 31.10.2025, 18.00–21.00 Uhr, Sa., 01.11.2025, 10.00–18.00 Uhr, So., 02.11.2025, 10.00–16.30 Uhr, 3 Termine; Schmiede Hemeln, Hann. Münden, Marienkirchstraße 5	Kristian Marx € 210,00, zzgl. € 30,00 für Material und Werkstattnutzung an die Kursleitung; 25H32282
Tiffany Glaskurs Fr. bis So., Fr., 18.00–21.00 Uhr, Sa., 10.00–18.00 Uhr, So., 10.00–16.30 Uhr, ab 27.11.2025, 3 Termine; Werkstatt Kristian Marx, 34233 Fulda-Wilhelmshausen, Iserberg 3	Kristian Marx € 200,00, zzgl. etwa € 35,00 für Material (nach Verbrauch) und Werkzeugnutzung direkt an die Kursleitung; 25H32284
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 21.11.2025, 3 Termine; Schmiede Hemeln, Hann. Münden, Marienkirchstraße 5	Kristian Marx € 220,00, zzgl. € 30,00 für Material und Werkstattnutzung an die Kursleitung; 25H32285
Schmieden und Drechseln Fr. bis So., Fr., 18.00–21.00 Uhr, Sa., 10.00–18.00 Uhr, So., 10.00–16.30 Uhr, ab 23.01.2026, 3 Termine; Schmiede Hemeln, Hann. Münden, Marienkirchstraße 5	Kristian Marx € 220,00, zzgl. € 35,00 an die Kursleitung für Material und Werkstattnutzung; 26F32281
Gold- und Silberschmieden für Anfänger*innen und Fortgeschrittene Sa./So., Sa., 10.00–17.30 Uhr, So., 10.00–17.30 Uhr, 25./26.10.2025, 2 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Thomas Dienst € 110,00; 25H32286
Gold- und Silberschmieden für Anfänger*innen und Fortgeschrittene Sa./So., Sa., 10.00–17.30 Uhr, So., 10.00–17.30 Uhr, 08./09.11.2025, 2 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	€ 110,00; 25H32287
Vogelfutterhaus aus Weiden Sa., 10.00–16.00 Uhr, 08.11.2025, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Marta Paczkowska, Forstwissenschaftlerin M. A. € 81,00, inkl. € 25,00 Materialkosten; 25H32580
Floristik: Adventzauber und Lichterglanz Di., 17.00–20.00 Uhr, 25.11.2025, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Sophia Büllingen-Esser, Floristmeisterin € 58,00, inkl. € 30,00 Materialkosten; 25H32581
Die Welt der Klassischen Gitarre – Ein Anfängerkurs Do., 18.00–19.30 Uhr, ab 20.11.2025, 5 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Karl Brandenstein € 49,00; 25H35081
Die Welt der Gitarre – Einführung in die Liedbegleitung für Fortgeschrittene Do., 19.45–21.15 Uhr, ab 20.11.2025, 5 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Karl Brandenstein € 49,00; 25H35082
Harfen-Workshop So., 11.00–14.15 Uhr, 23.11.2025, 1 Termin; Klanghaus, Hann. Münden, Markt 4	Bettina Kallausch € 29,00, zzgl. € 10,00 Instrumentenleihgebühr an die Kursleitung; 25H35581
Trommel-Workshop Sa., 11.00–14.15 Uhr, 22.11.2025, 1 Termin; Klanghaus, Hann. Münden, Markt 4	Bettina Kallausch € 29,00, zzgl. € 10,00 Instrumentenleihgebühr an die Kursleitung; 25H35582
Musikalische Harmonielehre für Anfänger*innen Mo., 18.00–19.30 Uhr, ab 03.11.2025, 3 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Karl Brandenstein € 39,00; 25H35681
Digitale Kompetenzen und Informationsangebote	
Künstliche Intelligenz kennenlernen mit ChatGPT Di., 18.00–21.15 Uhr, 24.02.2026, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Andreas Lott € 32,00; Kurs 26F57480
Computer Einstiegskurs für die Generation 60+ Mo., 13.30–16.30 Uhr, ab 27.10.2025, 3 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Andreas Lott € 79,00; 25H52080
Excel – Grundkurs Mo., 18.00–21.00 Uhr, ab 24.11.2025, 4 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Andreas Lott € 125,00; 25H54280
Excel – Grundkurs Do., 18.00–21.00 Uhr, ab 08.01.2026, 4 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	€ 125,00; 26F54280 Kleingruppenpreis. Ab 7 Teilnehmenden reduziert sich die Teilnahmegebühr auf € 105,00 pro Person
Das Android-Smartphone/Tablet – Basiskurs Mo., 13.30–16.30 Uhr, ab 19.01.2026, 2 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Andreas Lott € 52,00; 26F53180
Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht - Informationsabend Do., 20.11.2025, 17.00–18.30 Uhr, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Astrid Winter Kostenlos; 25H97480
Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht - Informationsabend Di., 27.01.2026, 17.00–18.30 Uhr, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Kostenlos; 26F97480
Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht - Informationsabend Di., 13.01.2026, 17.00–18.30 Uhr, 1 Termin; DGA Landwehrhagen, Bohlweg 6, 34355 Staufenberg	Kostenlos; 26F97495
Sprachen	
Mejor con Música – Spanisch lernen mit Musik Fr., 18.00–19.30 Uhr, ab 07.11.2025, 3 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Karl Brandenstein € 39,00; 25H76180
Niederländisch A1.1 Do., 17.30–19.00 Uhr, ab 06.11.2025, 15 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Dirk Pelz € 152,00; 25H78181
Französisch A1.2 am Samstag Sa., 10.00–11.30 Uhr, ab 17.01.2026, 10 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Baida Achkar € 105,00; 26F73182
Spanische Sprachwoche Wiederholung A1 (Bildungsurlaub in Teilzeit) Mo. bis Fr., 9.15–12.30 Uhr, ab 19.01.2026, 5 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Natalia Aristizabal Cortes € 137,00, inkl. Zusatzmaterial; 26F76083
Englisch A1 für die Generation 60+ Di., 16.00–17.30 Uhr, ab 04.11.2025, 10 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Judy Winter € 105,00; 25H72182
English Conversation B1 Di., 18.00–19.30 Uhr, ab 04.11.2025, 10 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Judy Winter € 105,00; 25H72482
English Conversation B2 am Vormittag Mi., 10.00–11.30 Uhr, ab 11.02.2026, 15 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Viktoria Yefremova € 152,00; 26F72481
Deutsch Intensivkurs A1.2 (Integrationskurs) Mo., 8.45–13.00 Uhr, ab 27.10.2025, 20 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Kursleitungsteam € 389,00; ggf. Förderung durch das BAMF möglich; 25H71902
Deutsch Intensivkurs A2.1 (Integrationskurs) Mo., 8.45–13.00 Uhr, ab 01.12.2025, 20 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Kursleitungsteam € 389,00; ggf. Förderung durch das BAMF möglich; 25H71903
Deutsch Intensivkurs A2.2 (Integrationskurs) Di., 8.45–13.00 Uhr, ab 20.01.2026, 20 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Kursleitungsteam € 389,00; ggf. Förderung durch das BAMF möglich; 25H71904
Deutsch Intensivkurs B1.1 (Integrationskurs) Do., 8.45–13.00 Uhr, ab 20.11.2025, 20 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Kursleitungsteam € 389,00; ggf. Förderung durch das BAMF möglich; 25F71925
Deutsch Intensivkurs B1.2 (Integrationskurs) Mo., 8.45–13.00 Uhr, ab 12.01.2026, 20 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Kursleitungsteam € 389,00; ggf. Förderung durch das BAMF möglich; 25F71926
Deutsch B1 für Geflüchtete Mo., 8.45–13.00 Uhr, ab 27.10.2025, 48 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90	Kursleitungsteam Kostenlos (gefördert durch das niedersächsische Ministerium für Wissenschaft und Kultur); 25H71990
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!	
Weitere Kursangebote und ausführliche Kursbeschreibungen finden Sie unter: vhs-goettingen.de	



TAff Plus



MYWAY Göttingen