

VHS Programm 2026

Frühjahr | Sommer

Kappel-Grafenhausen





VHS Kappel-Grafenhausen

Kaiserstr. 41 / 77933 Lahr/ Schw.

Tel. 07821/918 0
vhslahr@lahr.de

VHS unterwegs

Taubergießen - Bootsfahrt

Erleben Sie den Taubergießen in seinen schönsten Facetten. Sie erfahren Interessantes und Wissenswertes auf der Bootsfahrt in der «letzten Wildnis Deutschlands». Genießen Sie entspannte und ruhige Momente bei diesem Naturerlebnis. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten.

Jürgen Jäger
Treffpunkt: Saukopfbrücke im Taubergießen
20,- EUR

109320

Samstag, 28. März 2026, 8:30-10:30 Uhr

109321

Samstag, 2. Mai 2026, 8:30-10:30 Uhr

109322

Samstag, 20. Juni 2026, 8:30-10:30 Uhr

Kreativität

Schweißkurs für Anfänger (ab 18 J.)

In diesem Kurs werden die Grundlagen des Schweißens im MAG-Verfahren durch den Fachmann vermittelt. Schutzkleidung erforderlich (Informationen über VHS). Materialkosten bitte bar beim Dozenten entrichten.

103301

Klaus-Dieter Hug
Samstag, 7. März 2026, 8:30-12:30 Uhr
Samstag, 14. März 2026, 8:30-12:30 Uhr
Treffpunkt: Ziegelhöfe 8, 79341 Kenzingen
62,50 EUR (zzgl. ca. 30,- EUR Materialkosten)

Schweißkurs für Fortgeschrittene I (ab 18 J.)

In diesem Kurs wird an dickeren Stahlblechen ab 6 mm geschweißt. Dabei schweißen wir in mehreren Schweißlagen z.B. in waagerechter oder senkrechter Position. Schutzkleidung erforderlich (Informationen über VHS). Materialkosten bitte bar beim Dozenten entrichten.

103302

Klaus-Dieter Hug
Samstag, 18. April 2026, 8:30-12:30 Uhr
Samstag, 25. April 2026, 8:30-12:30 Uhr
Treffpunkt: Ziegelhöfe 8, 79341 Kenzingen
62,50 EUR (zzgl. ca. 20,- EUR Materialkosten)

Kreatives Schweißen: Wir schweißen einen Flammkuchenofen

In diesem Schweißkurs erstellen Sie aus vorgefertigten Metallteilen einen funktionsfähigen Flammkuchenofen für Ihre nächste Party zu Hause. Dabei erhalten Sie noch manche Tipps und Kniffe vom Fachmann. Grundkenntnisse des Schweißens sollen bei Teilnahme vorhanden sein. Schutzkleidung erforderlich (Informationen über VHS). Materialkosten bitte bar beim Dozenten entrichten.

103303

Klaus-Dieter Hug
Samstag, 9. Mai 2026, 8:30-12:30 Uhr
Samstag, 16. Mai 2026, 8:30-12:30 Uhr
Treffpunkt: Ziegelhöfe 4, 79341 Kenzingen
62,50 EUR (zzgl. ca. 120,- EUR Materialkosten)

Handlettering & Dekoziegel gestalten

Mit unterschiedlichen Schriftarten, Schriftstilen und Verzierungen werden Buchstaben und Texte beim Handlettering kunstvoll in Szene gesetzt. Neben den Grundlagen des Handletterings wird jede/r Teilnehmer/ in einen Dekoziegel gestalten. Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt. Bitte mitbringen: Fineliner, Bleistift, Radiergummi, Lineal, Filzstifte und Brushpens (falls vorhanden). Materialkosten bitte bar vor Ort entrichten.

207310

Carmen Schächtele
Donnerstag, 26. März 2026, 18:00-20:15 Uhr
Taubergießenschule Kappel, Rathausstr. 50
11,- EUR (zzgl. ca. 15,- EUR Materialkosten)



Töpfern für Erwachsene

Vasen, Schalen, Figuren oder Gartendekoration können Sie nach eigenen Ideen kreativ selbst töpfen. Oder lassen Sie sich durch getöpferte Modelle und Anregungen unter kundiger Leitung inspirieren. Sie lernen unterschiedliche Modellier Techniken und Möglichkeiten der farblichen Gestaltung durch Glasuren oder Oxide kennen. Material und Brennkosten werden nach Verbrauch in bar abgerechnet. Bitte mitbringen: Modellierwerkzeug (falls vorhanden), ein Geschirrtuch.

208303

Wolfgang Schäffner
Donnerstag, 12. März 2026, 19:00-21:15 Uhr
Donnerstag, 19. März 2026, 19:00-21:15 Uhr
Ferdinand-Ruska-Schule Grafenhausen, Schulstr. 7, Vordereingang, Technikraum
25,50 EUR (zzgl. ca. 15,- EUR pro Kilo Ton, für Material, Glasur und Brennkosten)

Makramee für Anfänger - Schlüsselanhänger & Schnullerketten (ab 16 J.)

Entdecken Sie die kreative Welt des Makramees! In diesem Einsteigerkurs lernen Sie die wichtigsten Grundknoten kennen und gestalten daraus einen Schlüsselanhänger oder auch eine individuelle Schnullerkette; perfekt als persönliches Accessoire oder liebevolles Geschenk. Materialkosten bitte bar vor Ort entrichten.

209303

Lena Siefert / Natalie Hammann
Samstag, 9. Mai 2026, 10:00-12:15 Uhr
Taubergießenschule Kappel, Rathausstr. 50
15,- EUR (zzgl. ca. 10,- EUR Materialkosten)



Makramee-Workshop - Blumenampel, Wandbehang & Handykette

In diesem vielseitigen Makrameeworkshop gestalten Sie unter Anleitung ein eigenes Projekt - ob eine dekorative Blumenampel, einen stilvollen Wandbehang oder eine praktische Handykette. Gemeinsam vertiefen wir Grundlagen, lernen neue Knotenvarianten kennen und setzen kreative Ideen Schritt für Schritt um. Der Kurs eignet sich für alle, die Makramee neu für sich entdecken möchten, ebenso wie für Teilnehmende mit Vorerfahrung, die ihre Fähigkeiten erweitern oder neue Projekte ausprobieren wollen. Materialkosten bitte bar vor Ort entrichten.

209304

Lena Siefert / Natalie Hamann
Freitag, 12. Juni 2026, 17:00-21:00 Uhr
Taubergießenschule Kappel, Rathausstr. 50
26,- EUR (zzgl. ca. 15,- EUR Materialkosten)



Tassengesteck mit Frischblumen - Sommerkurs

Wir gestalten ein süßes Tassengesteck mit Frischblumen. Zusätzlich werden die Tassen äußerlich schön mit Punktmuster oder Blumen gestaltet. Materialkosten bitte bar vor Ort entrichten.

210313

Irina Stockenberger
Samstag, 13. Juni 2026, 15:00-17:00 Uhr
„Blüten-Vielfalt“, Eisenbahnstr. 5, 77966 Kappel
16,- EUR (zzgl. ca. 15,- bis 20,- EUR Materialkosten)

Floraler Kranz - Sommerkurs

Wir gestalten auf einer Holzunterlage (Korbgeflecht) mit Tontöpfen und Sukkulente-Pflanzen einen sommerlichen Kranz. Tonkrüge können individuell mit Betonpaste, Rostpaste oder weißer Strukturfarbe bemalt werden. Kranzunterlage kann mitgebracht werden. Materialkosten bitte bar vor Ort entrichten.

210314

Irina Stockenberger
Samstag, 11. Juli 2026, 15:00-17:00 Uhr
„Blüten-Vielfalt“, Eisenbahnstr. 5, 77966 Kappel
16,- EUR (zzgl. 15,- bis 20,- EUR Materialkosten nach Verbrauch)

Entspannung - Bewegung

Power-Yoga

Eine kraftvolle Yogapraxis, in der Bewegung und bewusste Atmung miteinander verbunden werden. Fließende Abläufe stärken Muskulatur und Körperspannung, verbessern die Beweglichkeit und fördern zugleich Konzentration und innere Balance. Der Kurs eignet sich für alle, die sich auspowern, ihren Körper kräftigen und gleichzeitig mehr Achtsamkeit in ihren Alltag bringen möchten. Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Getränk, Yoga-Matte, Decke sowie, falls vorhanden ein Yoga-Block.

301344

Svenja Jäger
Mittwoch, 18:30-19:45 Uhr
ab Mittwoch, 4. März 2026, 7 x
Taubergießenschule Kappel, Rathausstr. 50
58,50 EUR

Functional Fitness - Fit mit dem eigenen Körpergewicht

Erleben Sie ein ganzheitliches Training ohne Geräte! In diesem Kurs verbessern Sie Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination mit funktionellen Übungen, die den ganzen Körper stärken. Ideal für jedes Fitnesslevel - einfach, effektiv und überall umsetzbar. Bitte mitbringen: Matte, bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk.

302303

Melina Andlauer
Donnerstag, 18:00-19:00 Uhr
ab Donnerstag, 26. Februar 2026, 8 x
Ferdinand-Ruska-Schule Grafenhausen, Schulstr. 7, Hintereingang
45,50 EUR

Rückenfit - Stark und beweglich durch den Alltag

Tun Sie Ihrem Rücken etwas Gutes! Dieser Kurs kräftigt die Rumpfmuskulatur, verbessert die Haltung und beugt Verspannungen vor - mit gezielten Übungen für mehr Stabilität und Beweglichkeit. Geeignet für Einsteiger und alle, die Rückenbeschwerden vorbeugen möchten. Bitte mitbringen: Matte, bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk.

302304

Melina Andlauer
Donnerstag, 19:00-20:00 Uhr
ab Donnerstag, 26. Februar 2026, 8 x
Ferdinand-Ruska-Schule Grafenhausen, Schulstr. 7, Hintereingang
45,50 EUR

Ganzheitliches Gedächtnistraining - Mental Vital

Steigern Sie Ihre geistige Fitness und Lebensfreude mit dem Mental-Vital-Kurs! Ideal für alle, die mit Spaß und Humor ihr Denkvermögen stärken möchten. In kleinen Gruppen von höchstens 8 Teilnehmern fördern wir Konzentration, Aufmerksamkeit, Merkfähigkeit und das Kurzzeitgedächtnis.

302300

Beate Heidinger
Donnerstag, 18:00-19:30 Uhr
ab Donnerstag, 5. März 2026, 6x
Kappel, Vitalitätszentrum, Am Richtergraben 6a
64,50 EUR