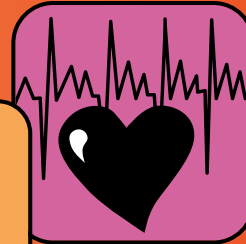


VHSN



Volkshochschule
Spiez-Niedersimmental



2. Semester 2024
August – Dezember



Anmeldung

Wenn Sie sich anmelden, ist Ihre Anmeldung grundsätzlich verbindlich und verpflichtet Sie, das volle Kursgeld zu bezahlen.

Wiederanmeldung/Kursfortsetzung

Die Wiederanmeldung für die Fortsetzung eines Semesterkurses kann entweder via Unterschrift auf der Wiederanmeldeliste erfolgen oder direkt bei der Geschäftsstelle. Die Unterschrift gilt als definitive Anmeldung und ist verbindlich. Die Wiederanmeldeliste für Ihren Kurs wird jeweils in den letzten Lektionen eines Semesters durch die Kursleitung aufgelegt.

Abmeldung

Wollen Sie Ihre Anmeldung zurückziehen, können Sie das bis 10 Tage vor Kursbeginn tun, bei Sprach- und Bewegungskursen bis eine Woche nach Kursbeginn, weil in diesen Kursen die Möglichkeit einer Schnupperlektion besteht. Melden Sie sich nach dem Anmeldeschluss ab, sind Sie verpflichtet, das Kursgeld zu bezahlen, ausser Sie ziehen sich aus gesundheitlichen Gründen zurück und weisen ein Arztzeugnis vor.

Versäumte Lektionen

Versäumte Lektionen berechtigen zu keinem Preisabzug. Sollten Sie aber aus gesundheitlichen Gründen bei Semesterkursen (Sprache und Bewegung) Termine verpassen und uns ein Arztzeugnis vorlegen, bezahlen wir Ihnen die Lektionen zurück – vorausgesetzt die Abwesenheit betrifft mindestens 5 aufeinander folgende Lektionen im gleichen Kurs. Dabei verrechnen wir Ihnen eine Bearbeitungsgebühr von CHF 15.00.

Kursbestätigung/Absage

Ein Kurs findet nur statt, wenn wir genügend Anmeldungen erhalten haben. Nach dem Anmeldeschluss stellen wir Ihnen die Kursbestätigung oder Absage zu. Die Kursbestätigung enthält Angaben, was in den Kurs mitzubringen ist (Material, Werkzeug, spezielle Kleidung, Verpflegung etc.)

Zahlung

Wir bitten Sie das Kursgeld vor Kursbeginn zu überweisen.

Ermässigung

Lernende und Studierende mit Ausweis (Erstausbildung bis 25-jährig) zahlen das halbe Kursgeld. Legen Sie Ihrer Anmeldung bitte eine Kopie Ihres Ausweises bei. Keine Ermässigungen sind bei speziellen Jugend- und Kinderkursen möglich.

KulturLegi

Die VHSN gewährt auf fast alle Kursgelder 50% Rabatt. Legen Sie Ihrer Anmeldung bitte die Kopie Ihrer gültigen KulturLegi bei. Bei Exkursionen, Vorträgen sowie speziellen Jugend- und Kinderkursen werden keine Ermässigungen gewährt.



Kostenloser Kinderhütedienst

Haftung

Die VHSN übernimmt keine Haftung bei Unfällen und Verlusten. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Kursleiter Vertretung

LeiterInnenwechsel infolge Krankheit, Unfall oder Ferien sind zu akzeptieren.

Detailinformationen zu den Kursen

Weitere Informationen zu den Kursen finden Sie unter www.vhsn.ch. Sollten Sie keinen Zugang zum Internet haben, senden wir Ihnen die Kursbeschreibungen per Post.

Kursausweis

Als Nachweis für Ihre Weiterbildung erhalten Sie den Bildungspass SVEB (Schweiz. Vereinigung für Erwachsenenbildung) für CHF 6.00 bei der Geschäftsstelle.

Kurskosten

Die Preisangaben verstehen sich pro Kurs und Person.

Materialkosten

Angaben zu den Materialkosten finden Sie unter www.vhsn.ch beim jeweiligen Kurs.

Kursort

Sofern nichts anderes angegeben ist, findet der Kurs in Spiez statt.



Informationen zu den Sprachkursen

Zusätzliche Information über Niveau und Kurseinstufungen, Kursgeldberechnung und Subventionen, Lehrmittel etc. finden Sie unter <https://www.vhsn.ch/kurse/sprachkurse/>



Atem und Bewegung als Erlebnis 60plus

Kurs-Nr. 24-2-9201

14x, ab Montag, 12. August, 08.30–09.45 Uhr

Kursort: Wimmis

CHF 287.00, Mitglieder CHF 272.00

Anmeldung bis 5. August



Pilates 'n' More

Kurs-Nr. 24-2-9330

14x, ab Montag, 12. August, 08.40–09.40 Uhr

CHF 232.00, Mitglieder CHF 217.00

Anmeldung bis 5. August



Pilates Flow

Kurs-Nr. 24-2-9331

14x, ab Montag, 12. August, 09.50–10.50 Uhr

Kurs-Nr. 24-2-9332

14x, ab Montag, 12. August, 11.00–12.00 Uhr

CHF 232.00, Mitglieder CHF 217.00

Anmeldung bis 5. August



ILG AG WIMMIS
Nachhaltige Kommunikation

«schnurre, göisse,
fuchtle»

WIR WISSEN.
WIE MAN KOMMUNIZIERT.

www.ilg.ch

Yogilates

Kurs-Nr. 24-2-9337

14x, ab Montag, 12. August, 18.30–19.30 Uhr

Kurs-Nr. 24-2-9338

14x, ab Montag, 12. August, 19.45–20.45 Uhr

CHF 232.00, Mitglieder CHF 217.00

Anmeldung bis 5. August

Kurs-Nr. 24-2-9336

15x, ab Donnerstag, 15. August,

08.15–09.15 Uhr

Kurs-Nr. 24-2-9339

15x, ab Freitag, 16. August, 08.30–09.30 Uhr

CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00

Anmeldung bis 8. August

Yoga auf dem Stuhl

Kurs-Nr. 24-2-9361

14x, ab Montag, 12. August, 15.30–16.30 Uhr

CHF 239.00, Mitglieder CHF 224.00

Anmeldung bis 5. August

Kurs-Nr. 24-2-9360

15x, ab Donnerstag, 15. August,

09.30–10.30 Uhr

CHF 255.00, Mitglieder CHF 240.00

Anmeldung bis 8. August

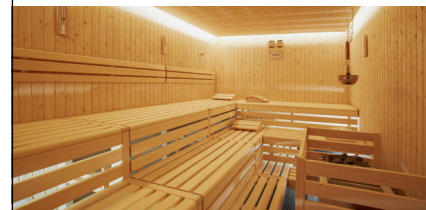
Yoga 60plus

Kurs-Nr. 24-2-9301

14x, ab Montag, 12. August, 16.45–18.00 Uhr

CHF 295.00, Mitglieder CHF 280.00

Anmeldung bis 5. August



Unsere Wellness-Oase lädt Sie ein zum Geniessen. Entspannen Sie sich genussvoll in der finnischen Sauna, der Biosauna, dem Dampfbad oder in unserem Warmsprudelbecken.

hallenbad-aeschi.ch

Neu Sanftes Yoga

Kurs-Nr. 24-2-9312

9x, ab Dienstag, 15. Oktober, 09.00–10.00 Uhr
CHF 154.00, Mitglieder CHF 144.00
Anmeldung bis 8. Oktober

Yin Yoga

Kurs-Nr. 24-2-9315

15x, ab Dienstag, 13. August, 17.45–18.45 Uhr
CHF 255.00, Mitglieder CHF 240.00
Anmeldung bis 6. August

Flow Yoga

Kurs-Nr. 24-2-9321

15x, ab Dienstag, 13. August, 19.00–20.00 Uhr
CHF 255.00, Mitglieder CHF 240.00
Anmeldung bis 6. August

Vinyasa Yoga

Kurs-Nr. 24-2-9325

15x, ab Dienstag, 13. August, 20.15–21.30 Uhr
CHF 315.00, Mitglieder CHF 300.00
Anmeldung bis 6. August



Vinyasa Flow Yoga

Kurs-Nr. 24-2-9322

15x, ab Donnerstag, 15. August,
10.45–11.45 Uhr
CHF 255.00, Mitglieder CHF 240.00
Anmeldung bis 8. August

Early Morning Flow

Kurs-Nr. 24-2-9318

13x, ab Freitag, 30. August, 07.30–08.30 Uhr
CHF 223.00, Mitglieder CHF 208.00
Anmeldung bis 22. August

Hatha-Yoga

Kurs-Nr. 24-2-9309

15x, ab Mittwoch, 14. August,
08.45–10.00 Uhr

Kurs-Nr. 24-2-9307

15x, ab Mittwoch, 14. August,
18.30–19.45 Uhr

Kurs-Nr. 24-2-9308

15x, ab Mittwoch, 14. August,
20.00–21.15 Uhr

CHF 315.00, Mitglieder CHF 300.00
Anmeldung bis 6. August

Kurs-Nr. 24-2-9311

15x, ab Donnerstag, 15. August,
18.30–19.45 Uhr

Kurs-Nr. 24-2-9310

15x, ab Donnerstag, 15. August,
20.00–21.15 Uhr

CHF 315.00, Mitglieder CHF 300.00
Anmeldung bis 8. August

Yoga für Sportlerinnen und Sportler

Kurs-Nr. 24-2-9319

13x, ab Freitag, 30. August, 18.15–19.15 Uhr
CHF 223.00, Mitglieder CHF 208.00
Anmeldung bis 22. August

vhs plus
volkshochschule plus

Mit Freude lernen

Kurse für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung

In Spiez bieten wir Kurse im Bereich lesen, schreiben, rechnen mit Geld und tanzen an.
Weitere Kurse finden in der Umgebung statt.



Alle unsere Kurse finden Sie auf www.vhsplus.ch.
Oder bestellen Sie unser Kursprogramm per Mail an
sekretariat@vhsplus.ch oder per Telefon: 031 302 09 05.



Melden Sie sich möglichst früh, bis spätestens
zum Anmeldeschluss an.

Qi Gong – Tai Chi

Kurs-Nr. 24-2-9211

15x, ab Donnerstag, 15. August,
19.30–20.30 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00
Anmeldung bis 8. August

Qi Gong Yangsheng – erste Schritte

Kurs-Nr. 24-2-9213

2x, Samstag, 14. und 21. September,
10.00–11.00 Uhr
CHF 35.00
Anmeldung bis 5. September

Qi Gong Yangsheng – Einführungskurs

Kurs-Nr. 24-2-9214

8x, ab Freitag, 18. Oktober, 11.20–12.20 Uhr
CHF 134.00, Mitglieder CHF 124.00
Anmeldung bis 11. Oktober

Körper – Tanz – Bewegung

Kurs-Nr. 24-2-9111

15x, ab Dienstag, 13. August, 09.00–10.30 Uhr
CHF 330.00, Mitglieder CHF 315.00
Anmeldung bis 6. August

Line Dance Beginner

Kurs-Nr. 24-2-9115

15x, ab Dienstag, 13. August, 17.30–18.30 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00
Anmeldung bis 6. August

Line Dance Beginner Easy Level 2

Kurs-Nr. 24-2-9116

15x, ab Dienstag, 13. August, 18.35–19.35 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00
Anmeldung bis 6. August

Orientalischer Tanz

Kurs-Nr. 24-2-9101

15x, ab Dienstag, 13. August, 18.30–19.45 Uhr

Kurs-Nr. 24-2-9104

15x, ab Freitag, 16. August, 13.00–14.15 Uhr

CHF 306.00, Mitglieder CHF 291.00

Anmeldung bis 9. August

Zumba Fitness & Zumba Gold

Kurs-Nr. 24-2-9012

9x, ab Dienstag, 15. Oktober,
18.30–19.30 Uhr
CHF 150.00, Mitglieder CHF 140.00
Anmeldung bis 8. Oktober

Kurs-Nr. 24-2-9011

14x, ab Mittwoch, 14. August,
09.30–10.30 Uhr
CHF 232.00, Mitglieder CHF 217.00
Anmeldung bis 6. August

Hawaiian Dance

Kurs-Nr. 24-2-9112a

6x, ab Donnerstag, 15. August,
18.15–19.15 Uhr
CHF 98.00, Mitglieder CHF 93.00
Anmeldung bis 6. August

Kurs-Nr. 24-2-9112b

6x, ab Donnerstag, 24. Oktober,
18.15–19.15 Uhr
CHF 98.00, Mitglieder CHF 93.00
Anmeldung bis 15. Oktober

Body and Soul – mehr (Körper)Bewusstsein durch Tanz

Kurs-Nr. 24-2-9113a

Samstag, 2. November, 14.00–16.00 Uhr
CHF 35.00
Anmeldung bis 24. Oktober

Kurs-Nr. 24-2-9113b

Samstag, 30. November, 14.00–16.00 Uhr
CHF 35.00
Anmeldung bis 21. November

Dance 'n' Core

Kurs-Nr. 24-2-9031

15x, ab Donnerstag, 15. August,
08.30–09.30 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00
Anmeldung bis 8. August

Die Preisangaben verstehen sich pro Kurs und Person.

Weitere Informationen zu den
Bewegungskursen finden Sie hier:



Core 'n' Burn

Kurs-Nr. 24-2-9001

15x, ab Dienstag, 13. August, 20.00–21.00 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00
Anmeldung bis 6. August



M.A.X. 'n' Core

Kurs-Nr. 24-2-9035

15x, ab Freitag, 16. August, 08.45–09.45 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00
Anmeldung bis 8. August



Bodyforming, Beckenboden-Training

Kurs-Nr. 24-2-9221

15x, ab Donnerstag, 15. August,
09.40–10.40 Uhr

Kurs-Nr. 24-2-9222

15x, ab Donnerstag, 15. August,
10.50–11.50 Uhr

CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00
Anmeldung bis 8. August

Antara – das Rückentraining der modernen Zeit

Kurs-Nr. 24-2-9217

15x, ab Mittwoch, 14. August,
08.00–09.00 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00
Anmeldung bis 6. August

Antara – Lifestyle

Kurs-Nr. 24-2-9216

15x, ab Donnerstag, 15. August,
17.00–18.00 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00
Anmeldung bis 8. August

Aquagymnastik im stehtiefen Wasser

Kurs-Nr. 24-2-9401

9x, ab Montag, 14. Oktober, 18.15–19.00 Uhr

Kurs-Nr. 24-2-9402

9x, ab Montag, 14. Oktober, 19.15–20.00 Uhr

Kurs-Nr. 24-2-9403

9x, ab Montag, 14. Oktober, 20.05–20.50 Uhr

Kursort: 3703 Aeschi
CHF 150.00, Mitglieder CHF 140.00
Anmeldung bis 7. Oktober

Aquafitness im Tiefwasser

Kurs-Nr. 24-2-9405

9x, ab Donnerstag, 17. Oktober,
09.00–09.45 Uhr

Kurs-Nr. 24-2-9406

9x, ab Donnerstag, 17. Oktober,
10.00–10.45 Uhr

Kurs-Nr. 24-2-9407

9x, ab Donnerstag, 17. Oktober,
11.00–11.45 Uhr

Kursort: 3703 Aeschi
CHF 150.00, Mitglieder CHF 140.00
Anmeldung bis 10. Oktober

Meditatives Zeichnen

Kurs-Nr. 24-2-6010

Freitag, 25. Oktober, 13.00–16.30 Uhr
Beatrice Stettler
Bistro, DorfHus, Spiez
CHF 125.00, Mitglieder CHF 115.00
Anmeldung bis 17. Oktober

Geschenkpapier einfach gemacht

Kurs-Nr. 24-2-6055

Dienstag, 29. Oktober, 18.30–21.30 Uhr
Petra Silvant
Schulzentrum Längenstein, Spiez
CHF 55.00, Mitglieder CHF 50.00
Anmeldung bis 22. Oktober

Siebdruck Basics

Kurs-Nr. 24-2-6054

2x, Mittwoch, 13. November, 18.30–21.00 Uhr
und Samstag, 23. November, 09.00–16.00 Uhr
Annik Flühmann
Schulzentrum Längenstein, Spiez (Mittwoch)
Schulhaus Steinhölzli, Liebefeld (Samstag)
CHF 296.00, Mitglieder CHF 281.00
Anmeldung bis 6. November

Kleine Werke aus Holz

Kurs-Nr. 24-2-6062

2x, Freitag, 22. November, 18.00–20.00 Uhr
und Samstag, 30. November, 09.00–16.00 Uhr
Stephan Flühmann
Holz Flick Werk, Spiez
CHF 155.00, Mitglieder CHF 145.00
Anmeldung bis 14. November



**Neu** Nach-Alphabetisierung Deutsch,
Semi-Intensivkurs**Kurs-Nr. 24-2-8030**25x, ab Montag, 19. August, 13.15–15.15 Uhr
CHF 536.00

Anmeldung bis 12. August

**Deutsch als Fremdsprache A1.1
für Anfängerinnen und Anfänger,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 24-2-8014**30x, ab Montag, 12. August,
17.15–19.45 Uhr

CHF 771.00

Anmeldung bis 2. August

**Deutsch als Fremdsprache A1.2,
Intensivkurs****Kurs-Nr. 24-2-8008**68x, ab Montag, 12. August, 17.05–18.30 Uhr
CHF 991.00

Anmeldung bis 2. August

**Deutsch als Fremdsprache A1.1–A1.2,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 24-2-8013**30x, ab Montag, 12. August, 15.45–17.15 Uhr
CHF 490.00

Anmeldung bis 2. August

**Deutsch als Fremdsprache A1.2,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 24-2-8012**45x, ab Dienstag, 13. August, 17.45–19.45 Uhr
CHF 909.00

Anmeldung bis 2. August

**Deutsch als Fremdsprache A1.2–A2.1,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 24-2-8010**28x, ab Montag, 12. August, 19.10–21.10 Uhr
CHF 592.00

Anmeldung bis 2. August

**Deutsch als Fremdsprache A2.1–A2.2,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 24-2-8001**28x, ab Montag, 12. August, 16.55–18.55 Uhr
CHF 592.00

Anmeldung bis 2. August

**Deutsch als Fremdsprache A2.2,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 24-2-8003**34x, ab Dienstag, 13. August, 20.10–21.40 Uhr
CHF 546.00

Anmeldung bis 2. August

**Deutsch als Fremdsprache A2,
Kommunikation im Beruf,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 24-2-8020**34x, ab Dienstag, 13. August, 18.35–20.05 Uhr
CHF 546.00

Anmeldung bis 2. August

**Deutsch als Fremdsprache B1.1,
Intensivkurs****Kurs-Nr. 24-2-8006**45x, ab Montag, 12. August, 09.15–11.45 Uhr
CHF 1141.00

Anmeldung bis 2. August

Neu Englisch für das Gastgewerbe A1,
Kommunikation im Beruf**Kurs-Nr. 24-2-8120**17x, ab Montag, 12. August, 18.40–19.55 Uhr
CHF 345.00, Mitglieder CHF 330.00 (ab 7 TN)
CHF 398.00, Mitglieder CHF 383.00 (5–6 TN)
CHF 497.00, Mitglieder CHF 482.00 (4 TN)

Anmeldung bis 2. August

Neu Englisch für die Reise A1**Kurs-Nr. 24-2-8121**14x, ab Mittwoch, 21. August, 08.15–09.15 Uhr
CHF 232.00, Mitglieder CHF 217.00 (ab 7 TN)
CHF 291.00, Mitglieder CHF 276.00 (5–6 TN)
CHF 344.00, Mitglieder CHF 329.00 (4 TN)

Anmeldung bis 11. August

Englisch B1**Kurs-Nr. 24-2-8103**5x, ab Mittwoch, 16. Oktober, 17.00–18.30 Uhr
CHF 126.00, Mitglieder CHF 116.00 (ab 7 TN)
CHF 145.00, Mitglieder CHF 135.00 (5–6 TN)
CHF 185.00, Mitglieder CHF 170.00 (4 TN)

Anmeldung bis 8. Oktober

Englisch B2, conversation**Kurs-Nr. 24-2-8156**6x, ab Mittwoch, 6. November,
18.30–20.00 Uhr
CHF 150.00, Mitglieder CHF 140.00 (ab 7 TN)
CHF 177.00, Mitglieder CHF 162.00 (5–6 TN)
Anmeldung bis 25. Oktober

– Sprachstandanalyse Deutsch auf Anfrage
– Privatunterricht und massgeschneiderte Kurse für
Firmen auf Anfrage

Französisch A2.2, rafraîchissement

Kurs-Nr. 24-2-8401

9x, ab Donnerstag, 17. Oktober,
19.00–20.15 Uhr

CHF 190.00, Mitglieder CHF 175.00 (ab 7 TN)
CHF 218.00, Mitglieder CHF 203.00 (5–6 TN)
CHF 270.00, Mitglieder CHF 255.00 (4 TN)
Anmeldung bis 8. Oktober

Neu Italienisch A1/A2, rispolverare

Kurs-Nr. 24-2-8313

9x, ab Freitag, 18. Oktober, 10.30–11.40 Uhr
CHF 178.00, Mitglieder CHF 163.00 (ab 7 TN)
CHF 204.00, Mitglieder CHF 189.00 (5–6 TN)
CHF 253.00, Mitglieder CHF 238.00 (4 TN)
Anmeldung bis 8. Oktober

Italienisch B2.1

Kurs-Nr. 24-2-8312

8x, jeden 2. Freitag ab 16. August,
08.30–10.00 Uhr
CHF 201.00, Mitglieder CHF 186.00 (ab 7 TN)
CHF 231.00, Mitglieder CHF 216.00 (5–6 TN)
CHF 287.00, Mitglieder CHF 272.00 (4 TN)
Anmeldung bis 2. August

Reiten für Kinder – Bewegen, Spielen, Reiten, Voltigieren mit Kleinpferden

Kurs-Nr. 24-2-5008c

3x, ab Montag, 7. Oktober, 14.00–16.45 Uhr
Marianne Heutschi, Jacqueline Rihs
Pony-Ranch, Spiez
CHF 135.00
Anmeldung bis 26. September

Italienisch B2.2

Kurs-Nr. 24-2-8317

7x, jeden 2. Freitag, 23. August,
08.30–10.00 Uhr
CHF 178.00, Mitglieder CHF 163.00 (ab 7 TN)
CHF 204.00, Mitglieder CHF 189.00 (5–6 TN)
CHF 253.00, Mitglieder CHF 238.00 (4 TN)
Anmeldung bis 9. August

Russisch B1

Kurs-Nr. 24-2-8560

14x, ab Montag, 12. August, 18.45–20.00 Uhr
CHF 287.00, Mitglieder CHF 272.00 (ab 7 TN)
CHF 330.00, Mitglieder CHF 315.00 (5–6 TN)
CHF 412.00, Mitglieder CHF 397.00 (4 TN)
Anmeldung bis 2. August

Neu Schwedisch für die Ferien A2

Kurs-Nr. 24-2-8500

17x, ab Mittwoch, 14. August, 18.40–19.50 Uhr
CHF 323.00, Mitglieder CHF 308.00 (ab 7 TN)
CHF 372.00, Mitglieder CHF 357.00 (5–6 TN)
CHF 465.00, Mitglieder CHF 450.00 (4 TN)
Anmeldung bis 2. August

«Clever lernen» für 11- bis 14-jährige

Kurs-Nr. 24-2-5005

2x, Samstag, 2. und 23. November,
10.00–12.30 Uhr
Andrea Mani
Schulzentrum Längenstein, Spiez
CHF 195.00
Anmeldung bis 24. Oktober

Neu Spanisch A1.1 für Anfängerinnen und Anfänger

Kurs-Nr. 24-2-8201

9x, ab Montag, 14. Oktober, 19.00–20.15 Uhr
CHF 190.00, Mitglieder CHF 175.00 (ab 7 TN)
CHF 218.00, Mitglieder CHF 203.00 (5–6 TN)
CHF 271.00, Mitglieder CHF 256.00 (4 TN)
Anmeldung bis 4. Oktober

Sprachenbeiz –

jeden 1. Donnerstag im Monat

gemäss Programm

Ab 5. September 2024

19.30–21.00 Uhr

CHF 15.00

www.dorffhus.ch



Weitere Informationen
zu den Kursen finden Sie hier:

Frisch gesungen, froh gelaunt...

Kurs-Nr. 24-2-2023

6x, ab Dienstag, 22. Oktober,
20.00–21.30 Uhr
Victor Pulver
Schulzentrum Längenstein, Spiez
CHF 148.00, Mitglieder CHF 138.00
Anmeldung bis 15. Oktober



JUNGE
VHS



MUSIK



Mit bewegtem Gehirntraining mobil und agil das Leben gestalten – für Senioren

Kurs-Nr. 24-2-4201

Montag, 7. Oktober, 09.00–10.30 Uhr

Mareke Bänziger

Yogilates, Spiez

CHF 30.00

Anmeldung bis 26. September

Trainieren wie die Leistungssportler – für Schule, Beruf, Privatleben

Kurs-Nr. 24-2-4202

Samstag, 19. Oktober, 09.00–11.30 Uhr

Mareke Bänziger

Seemattenturnhalle, Spiez

CHF 55.00, Mitglieder CHF 50.00

Anmeldung bis 10. Oktober

Die Mysterien der Zahlen entschlüsseln – ein Abend der Numerologie

Kurs-Nr. 24-2-4225

Dienstag, 15. Oktober, 19.00–21.00 Uhr

Barbara Martin

Bürgerstube, Gemeindezentrum Lötschberg, Spiez

CHF 20.00

Anmeldung bis 8. Oktober



Möchten Sie Mitglied
bei der VHSN werden?

Numerologie – ein Kompass für Ihr Leben

Kurs-Nr. 24-2-4226

3x, ab Donnerstag, 7. November,

19.00–21.00 Uhr

Barbara Martin

NOSS Schulzentrum, Spiez

CHF 165.00, Mitglieder CHF 150.00

Anmeldung bis 31. Oktober

Mein Life Work Happiness Coaching-Bild

Kurs-Nr. 24-2-4235

Donnerstag, 21. November, 18.30–20.30 Uhr

Mareke Bänziger

Freiluftstudio, Spiez

CHF 45.00

Anmeldung bis 14. November

Knie Gesundheit – Taping, Training, Selbst-Massage

Kurs-Nr. 24-2-4153

Samstag, 26. Oktober, 09.30–11.30 Uhr

Daniela Müller

Yogilates, Spiez

CHF 40.00

Anmeldung bis 17. Oktober

Faszien-Therapie für Knie und Rücken

Kurs-Nr. 24-2-4154

3x, ab Samstag, 9. November, 09.15–10.15 Uhr

Daniela Müller

Yogilates, Spiez

CHF 65.00, Mitglieder CHF 60.00

Anmeldung bis 2. November

Wortwerkstatt «schreib dich frei!»

Kurs-Nr. 24-2-1011a

Sonntag, 20. Oktober, 16.00–18.00 Uhr

Anmeldung bis 13. Oktober

Kurs-Nr. 24-2-1011b

Sonntag, 17. November, 16.00–18.00 Uhr

Anmeldung bis 10. November

Kurs-Nr. 24-2-1011c

Sonntag, 8. Dezember, 16.00–18.00 Uhr

Anmeldung bis 1. Dezember

Katrin Bärtschi

Bistro, DorfHus, Spiez

CHF 40.00

Progressive Muskelentspannung

Kurs-Nr. 24-2-4151

3x, ab Samstag, 9. November, 10.30–11.30 Uhr

Daniela Müller

Yogilates, Spiez

CHF 65.00, Mitglieder CHF 60.00

Anmeldung bis 2. November

Winterschwimmen – aber sicher!

Kurs-Nr. 24-2-4142

Samstag, 9. November, 10.00–15.00 Uhr

Beni Imhof

Theorie: Schulhaus Räumli, Spiez

Schwimmen: Schattenbedli, Spiez

CHF 100.00, Mitglieder CHF 90.00

Anmeldung bis 31. Oktober





Europäische Tage des Denkmals – «Vernetzt»

Kurs-Nr. 24-2-2251

Sonntag, 8. September,
11.00 Uhr und 14.00 Uhr
Dominik Tomasik, Referat «Familie von Wilke
im Schloss Spiez»
Werner Stalder, Dokfilm «Tramgeschichte(n)»
Schlosskirche Spiez
Eintritt frei, ohne Anmeldung

700 Jahre Marco Polo und 10 Jahre neue Seidenstrasse

Kurs-Nr. 24-2-2250

Dienstag, 8. Oktober, 19.00–21.00 Uhr
Erwin H. Hofer
Bürgerstube, Gemeindezentrum Lötschberg,
Spiez
CHF 20.00
Anmeldung bis 30. September



Spiezer
Tagung | '24

**Erfundene
Vergangenheit**

Architektur und Ausstattung
im Historismus (1850–1914)

23. und 24. August 2024
www.spiezertagung.ch

Weissenburgbad

Kurs-Nr. 24-2-3055

Samstag, 24. August, 09.45–14.00 Uhr
Sabeth Hunziker
Treffpunkt: Bahnhof Weissenburg
CHF 35.00 inkl. Pilzrisotto
Anmeldung bis 15. August

Produktion A2 Urmilch – Betriebsbesichtigung

Kurs-Nr. 24-2-3002

Donnerstag, 5. September, 19.00–20.30 Uhr
Oscar Schmid
Betriebsgemeinschaft Niesen, Wimmis
Anlass kostenlos – Kollekte
Anmeldung bis 29. August

Melden Sie sich möglichst früh, bis spätestens
zum Anmeldeschluss an.

Elterngruppe «Erziehung einmal anders – Führung durch Beziehung»

Kurs-Nr. 24-2-5106

5x, ab Mittwoch, 13. November,
19.30–21.30 Uhr
Andrea Mani
Bürgerstube, Gemeindezentrum Lötschberg,
Spiez
CHF 225.00, Mitglieder CHF 210.00,
Paare CHF 375.00
Anmeldung bis 6. November

Herausforderungen und Chancen im alpinen Weinbau

Kurs-Nr. 24-2-3004

Montag, 4. November, 19.00–21.00 Uhr
Ursula Irion
Spiezer Alpine Weinkultur, Spiez
CHF 35.00 inkl. Degustation
Anmeldung bis 28. Oktober

Space Eye

Kurs-Nr. 24-2-3020

Donnerstag, 7. November, 17.45–21.45 Uhr
Kathrin Altwegg, Begleitung
Space Eye Observatorium für Weltraum und
Umwelt, Niedermühlern
CHF 73.00 *
Anmeldung bis 6. August

* inkl. Planetariumsshow, Besuch interaktive
Ausstellung und Himmelsbeobachtungen
am Teleskop.

Jugendlohn, eine Alternative zum Taschengeld

Kurs-Nr. 24-2-5108

Dienstag, 19. November, 19.00–20.30 Uhr
Lukas Ambühl
Bürgerstube, Gemeindezentrum Lötschberg,
Spiez
Anlass kostenlos – Kollekte für den
organisatorischen Aufwand
Anmeldung bis 14. November





NATUR,
UMWELT

Schmetterlinge aufziehen für Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 24-2-3104

Mittwoch, 28. August, 18.30–21.00 Uhr
Reto Künzler
Berufsbildungszentrum IDM, Spiez
CHF 45.00
Anmeldung bis 22. August

Gänsegeier (*Gyps fulvus*) im Berner Oberland

Kurs-Nr. 24-2-3102

Dienstag, 10. September, 19.30–21.00 Uhr
Ernst Zbären
Podium Bibliothek, Spiez
CHF 20.00
Anmeldung bis 3. September

Insektensterben – alles wird gut

Kurs-Nr. 24-2-3111

Donnerstag, 17. Oktober, 19.00–21.00 Uhr
Reto Künzler
Burgerstube, Gemeindezentrum Lötschberg,
Spiez
CHF 20.00
Anmeldung bis 11. Oktober

Evolution – einfach erklärt: Entstehung und Wandel von Lebewesen aller Art

Kurs-Nr. 24-2-3110

2x, Mittwoch, 23. und 30. Oktober,
18.30–21.00 Uhr
Reto Künzler
Berufsbildungszentrum IDM, Spiez
CHF 95.00, Mitglieder CHF 90.00
Anmeldung bis 18. Oktober

Philosophieren und Meditieren

Kurs-Nr. 24-2-4005

5x, ab Dienstag, 5. November,
17.30–18.45 Uhr
Verena Paulus
Ref. Kirchgemeindehaus, Spiez
CHF 135.00, Mitglieder CHF 125.00
Anmeldung bis 29. Oktober



Weitere Informationen
zu den Kursen finden Sie hier:

Mit Ihrer Mitglied- oder Gönnerschaft unterstützen Sie die Ziele des Vereins VHSN

- Die VHSN bietet in der Region Spiez-Niedersimmental ein vielseitiges Bildungsangebot zu angemessenen Preisen.
- Die VHSN bietet qualitativ hochwertigen Unterricht.
- Das Bildungsangebot richtet sich an alle Bevölkerungsschichten und Altersklassen.
- Das Bildungsangebot wird zwei Mal jährlich (Juni und Dezember) im Kursprogramm und auf www.vhsn.ch publiziert.
- Das Kursprogramm wird allen Haushalten der Region Spiez-Niedersimmental zugestellt.

Als Mitglied der VHSN profitieren Sie von Kursgeldvergünstigungen. Der Mitgliederbeitrag pro Kalenderjahr beträgt CHF 30.00. Als Gönner (ab CHF 100.00) werden Sie namentlich in all unseren Programm-Publikationen und auf www.vhsn.ch aufgeführt.

Melden Sie sich bei Interesse unter Telefon 033 654 94 44 oder info@vhsn.ch.

+vhs

Die **Qualität** unseres Angebots **liegt uns am Herzen**. Die Volkshochschule Spiez-Niedersimmental erfüllt die Qualitätskriterien des Verbands der Schweizerischen Volkshochschulen und hat daher das **Qualitätslabel +vhs** erhalten.



VERBAND DER SCHWEIZERISCHEN VOLKSHOCHSCHULEN
ASSOCIATION DES UNIVERSITÉS POPULAIRES SUISSES
ASSOCIAZIONE DELLE UNIVERSITÀ POPOLARI SVIZZERE
ASSOCIAZIUN DA LAS UNIVERSITADS POPULARAS SVIZRAS



GESELLSCHAFT,
LEBENSGESTALTUNG

Wir danken unseren Partnergemeinden



für ihre Unterstützung und
die gute Zusammenarbeit!

Herzlichen Dank unseren Gönnerinnen und Gönnern

Aldega Derron AG, Spiez
Stefan Baur, Steuerberater, Oey
BEKB BCBE, Spiez
Bücherperron GmbH, Spiez
Bürgerbäuer Spiez
Daniel Oesch, Gartenbau AG, Spiez
Die Mobiliar, Spiez
Elektro Brun, Spiez
Garage Balmer AG, Lätterbach
ILG AG Wimmis
Lanz AG Bauunternehmung, Spiez
Lernpoint, Därstetten
MovieWorld, Spiez
PopNet Informatik AG, Spiez
ZIMA AG, Spiez

Hast du die Berufswahl noch nicht abgeschlossen?

Das Berufsbildungszentrum IDM begleitet
dich auf diesem Weg...

...im **berufsvorbereitenden Schuljahr**
als Vollzeitangebot. Erweitere deine
Allgemeinbildung und bereite dich
ideal auf deine Berufslehre vor. Dazu bieten
wir dir ein massgeschneidertes
Unterrichtsetting an.

...oder in der **Vorlehre** als Mischform
zwischen Schule (zwei Tage pro Woche) und
Arbeit in einem Betrieb (drei Tage pro Woche).
Verknüpfe die Theorie mit der Praxis und
sammle erste Berufserfahrungen, die deine
Arbeitsmarktfähigkeit stärken.

IDM INDUSTRIE
DIENSTLEISTUNG
MODEGESTALTUNG

Zentrum für
Berufsbildung
Thun



Du möchtest mehr darüber
erfahren?

www.idm.ch

+41 33 650 71 00

info@idm.ch

VOLKSHOCHSCHULE SPIEZ-NIEDERSIMMENTAL

Bahnhofstrasse 10 // 3700 Spiez // Telefon 033 654 94 44 // info@vhsn.ch // www.vhsn.ch
Öffnungszeiten Geschäftsstelle: Montag, Dienstag, Donnerstag 08.30–11.30 Uhr

facebook.com/vhsn.ch // instagram.com/vhs_spiez_niedersimmental