vhs
Landesverband
Schleswig-Holstein

Zweites
Semester
2025

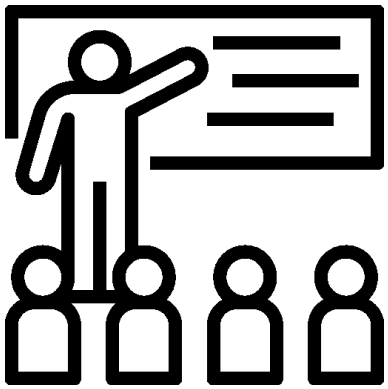
Volkshochschule Hohenlockstedt e.V.

www.vhs-holo.de

Semesterheft der
Volkshochschule Hohenlockstedt e.V.
Auflage: 500 Stück
2. Semester 2025

Inhaltsverzeichnis
2. Semester 2025

	Seite
Wir suchen DICH! - Werde Dozent*in an der VHS	2
Vorwort	3
Führungen, Vorträge und mehr	4 - 6
Freizeit und Hobby	6 - 7
Konzert - Hamburg Proms - Last Night	8
Gesundheit - Wohlbefinden - Sport	10
Mitgliedschaft in der VHS	11
Semesterkalender - alles auf einen Blick	12 - 13
Wir sind auf social media	14
Gesundheit - Wohlbefinden - Sport	15 - 18
Informationen zur Anmeldung	18
Events vom Meierhof Möllgaard	19
Impressum, Teilnahmebedingungen Widerrufsbelehrung und Datenschutz	20 - 22
Volkshochschulen im Kreis Steinburg	23
Mitgliedsantrag und Anmeldeformulare	24 - 25



Wir suchen DICH*!

Du hast Wissen, das du teilen möchtest?
Wir sind immer auf der Suche nach engagierten
Donzent*innen für spannende Kurse!

- Du bist motiviert, Menschen zu begeistern?
- Du hast Lust, dein Fachgebiet weiterzugeben?
- Du brennst darauf, aktiv zu gestalten?
- Sprachen, Kreatives, Gesundheit, Technik… oder ein ganz anderes Thema
  - wir freuen uns auf deine Impulse!

Neugierig geworden?
Melde dich bei uns per E-Mail oder über unseren Instagram-Account.

* Wir verwenden bewusst das „du“, weil es für Offenheit, Nähe und eine wertschätzende Atmosphäre an unserer Volkshochschule steht.

vhs Volkshochschule Hohenlockstedt

August - Dezember 2025

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,
lieber Unterstützerinnen und Unterstützer,

bei uns sind alle Generationen herzlich eingeladen, Neues zu entdecken:
Unser vielfältiges Kursprogramm reicht von Sport und Gesundheit bis hin zu kreativen Hobbys und besonderen Veranstaltungen.

Ob Sie sich weiterbilden, gemeinsam mit anderen aktiv werden oder einfach Spaß am Lernen haben – bei uns finden Jung und Alt das passende Angebot.

Möchten Sie die VHS noch stärker unterstützen?
Als Mitglied helfen Sie uns, unsere Bildungsangebote lebendig zu halten und Teil einer engagierten Gemeinschaft zu sein.
Wir freuen uns auf Sie – als Teilnehmerin, Teilnehmer oder Mitglied.

Mit frischem Elan und neuem Geschäftsführer gehen wir gemeinsam in die Zukunft
– schön, dass Sie dabei sind.

Herzliche Grüße
Ihr VHS-Team

Cornelia Flamma
- 1. Vorsitzende -

Thomas Zschorsch-Flamma
- Geschäftsführer -

Führungen, Vorträge und mehr

01 Führung durch den Högerbau

Die Arthur-Boskamp-Stiftung bietet kostenlose Führungen durch das ehemalige Soldatenheim – den Högerbau – in Hohenlockstedt an. Die Tour durch das Gebäude gibt Einblicke in die Geschichte des Soldatenheims und die Planungen der Arthur-Boskamp-Stiftung für seine zukünftige Nutzung. Die Renovierungsarbeiten haben im Frühjahr 2022 begonnen, das Gebäude wird also als Baustelle besichtigt!

Der Högerbau wurde von dem prominenten Architekten Fritz Höger (1877 – 1949) geplant und 1911 erbaut. Als Soldatenheim gehöret er zur zivilen Bebauung am Truppenübungsplatz Lockstedter Lager und diente der Freizeitgestaltung der Soldaten. Es gab Bibliotheken und Speiseräume, Bäder und Duschen, eine Kegelbahn sowie einen großen Saal für Restauration, Feiern und Veranstaltungen. Später wurde der Högerbau als Heim, Kirche, Wohn-, Veranstaltungs- und Gewerbeort genutzt und beherbergte u. a. ein Verzehrkino und die Bar Studio 42.

Leitung: Ulrike Boskamp
Ort: Kieler Straße, Högerbau
25551 Hohenlockstedt
Gebühr: kostenfrei

Termin: Sonntag, 14.09.2025
Zeit: 14:00 Uhr - ca. 15:30 Uhr

02 Führung durch den Högerbau

Wie vorstehend.

Leitung: Ulrike Boskamp
Ort: Kieler Straße, Högerbau
25551 Hohenlockstedt
Gebühr: kostenfrei

Termin: Samstag, 25.10.2025
Zeit: 14:00 Uhr - ca. 15:30 Uhr

03 Führung durch den Högerbau

Wie vorstehend.

Leitung: Ulrike Boskamp
Ort: Kieler Straße, Högerbau
25551 Hohenlockstedt
Gebühr: kostenfrei

Termin: Samstag, 29.11.2025
Zeit: 14:00 Uhr - ca. 15:30 Uhr

04 Führung durch den Högerbau Vorankündigung 2026

Wie vorstehend.

Leitung: Ulrike Boskamp
Ort: Kieler Straße, Högerbau
25551 Hohenlockstedt
Gebühr: kostenfrei

Termin: Samstag, 31.01.2026
Zeit: 14:00 Uhr - ca. 15:30 Uhr

05 Führung durch den Högerbau Vorankündigung 2026

Wie vorstehend.

Leitung: Ulrike Boskamp
Ort: Kieler Straße, Högerbau
25551 Hohenlockstedt
Gebühr: kostenfrei

Termin: Samstag, 28.02.2026
Zeit: 14:00 Uhr - ca. 15:30 Uhr

06 Bestattungsvorsorge & Bestattungsarten - selbstbestimmt und gut informiert

Welche Bestattungsformen gibt es heute - und was passt zu mir oder meinen Angehörigen? Der Vortrag gibt Ihnen einen Überblick über verschiedene Bestattungsarten sowie die Möglichkeiten, mit einer Vorsorge selbstbestimmt vorzuplanen.

Leitung: Peter Schlei
Ort: Sitzungszimmer der VHS
Rathaus Eingang Wilhelmstraße
25551 Hohenlockstedt
Gebühr: kostenfrei

Termin: Mittwoch, 08.10.2025
Zeit: 18:30 Uhr - 20:30 Uhr

07 Geistig fit bleiben - mit 10 Maßnahmen Demenz vorbeugen

Eine Informationsveranstaltung für alle, die Ihr Gehirn möglichst lange fit halten möchten. Aktuell leben in Deutschland 1,8 Millionen Menschen mit Demenz. Diese Zahl wird in den nächsten Jahren weiter steigen. Doch können wir unser Risiko, eine Demenz zu entwickeln, beeinflussen? Die Antwort lautet: Ja! Wissenschaftliche Studien zeigen, dass wir alle unser Demenzrisiko sinken können. In dieser Veranstaltung erfahren Sie

- wie komplex unser Gehirn ist
- wie Erinnern und Vergessen funktionieren
- wie Demenzerkrankungen unser Gehirn schädigen
- wie wir einer Demenz mit 10 praktischen Maßnahmen vorbeugen können

Leitung:	Frau Neumann Pflegestützpunkt Steinburg	**Termin:**	**Mittwoch**, 24.09.2025
Ort:	Sitzungszimmer der VHS Rathaus Eingang Wilhelmstraße 25551 Hohenlockstedt	**Zeit:**	18:00 Uhr - 19:30 Uhr
Gebühr:	**kostenfrei**		

Freizeit und Hobby

08 Zeichnen und Aquarellieren

Dieser Kurs ist geeignet für Anfänger, Fortgeschrittene, Kinder und Jugendliche.

Es werden Zeichnungen mit Bleistiften und Vorzeichnungen für Aquarelle angefertigt, die dann auch gemalt werden.

Mitzubringen sind für reine Bleistiftzeichnungen:
Bleistifte HB und B, Radiergummi, Zeichenkarton/stabiles Papier, Lineal.
Wer auch aquarellieren möchte, bringt Folgendes mit:
Pinsel Gr. 2 und 4, Wasserglas, Mischteller/-näpfchen, Aquarellpapier ca. 300 g/m“, Aquarellfarben… und für beide Techniken Bildvorlagen/Motive

Das Material kann auch gegen Entgelt gestellt werden. Bildvorlagen und Ideen sind frei erhältlich.

Leitung:	Bettina Kröger	**Termin:**	**Freitag**, 28.11.2025
Ort:	Wilhelm-Käber-Schule Birkenallee 9 25551 Hohenlockstedt	**Zeit:**	16:00 Uhr - 18:00 Uhr
Gebühr:	10,50 Euro	*Der Kurs findet ab 6 Teilnehmenden statt.*	

09 Zeichnen und Aquarellieren

Wie vorstehend.

Leitung:	Bettina Kröger	**Termin:**	**Samstag**, 29.11.2025
Ort:	Wilhelm-Käber-Schule Birkenallee 9 25551 Hohenlockstedt	**Zeit:**	10:00 Uhr - 14:00 Uhr
Gebühr:	18,50 Euro	*Der Kurs findet ab 6 Teilnehmenden statt.*	

10 Gitarre spielen für Spätstarter

„Wenn ich mal mehr Zeit habe…, wenn die Kinder groß sind…, wenn ich im Ruhestand bin .., dann lerne ich Gitarre spielen“… sagt sich mancher und tut es dann doch nicht, weil …(Irgendwas ist ja immer)

Um es den „Spätentschlossenen“ einfacher zu machen, bieten drei Hohenlockstedter (alle 60 +) einen Gitarrenkurs für Anfänger/innen an:
10 Personen, 10 Abende, einmal in der Woche für rund zwei Stunden.

Eine eigene Gitarre ist natürlich unverzichtbar – wer noch keine hat: bei der Anschaffung kann gern vorab beraten werden.

Ziel des Kurses ist, dass die Neu-Musiker/innen die wesentlichen Grundgriffe (Akkorde) beherrschen und selbst oder in der Gruppe einfach Songs spielen können (keine Noten, keine Tonleitern). Aller Anfang ist bekanntlich schwer, aber beim Musikmachen steht immer der Spaß im Vordergrund.

Leitung:	Frank Ritter Michael Hintze Michael Zöllner	**Termin:**	**Donnerstag,** 06.11.2025
Ort:	Wilhelm-Käber-Schule, Birkenallee 9 25551 Hohenlockstedt	**Zeit:**	18:30 Uhr - 20:30 Uhr
Gebühr:	45 Euro (inkl. Material)	**Dauer:**	10 Treffen (wöchentlich)

Konzert

Für Kurzentschlossene.
Sichern Sie sich einen der letzten freien Plätze.

Wir freuen uns, Ihnen wieder eine tolle Klassik-Konzertfahrt nach Hamburg in die Laeiszhalle anbieten zu können:

Hamburg Proms - Last Night

Es pfeift, knallt und trötet. Die Stimmung ist auf dem Höhepunkt angelangt. Wenn die Klassik-Philharmonie Hamburg gegen ende ihrer Proms Konzerte Edward Elgars Marsch Pomp and Circumstance einstimmt. Im stehen und rhythmisch schwenkend singt das begeisterte Publikum Land of Hope and Glory mit. Nahezu alles ist erlaubt. Heiterkeit auf höchsten Niveau heißt die Devise, wenn das Orchester sein Programm-Highlight präsentiert.

Wir bieten Ihnen an, nach Absprache auch in **Itzehoe** und **Münsterdorf** zuzusteigen!
Der Bus hält, soweit möglich, direkt vor der Konzerthalle.

Termin: Freitag, 26.09.2025

Beginn der Vorstellung: 19.30 Uhr

Treffpunkt und Abfahrt: Schulbushaltestelle Finnische Allee, **17.30 Uhr**

Kosten pro Person: 90 Euro inkl. Busfahrt und Ticket PK 1
80 Euro inkl. Busfahrt und Ticket PK 2

Anmeldung Konzertfahrt
Hamburg Proms - Last Night 26.09.2025

Per Post an: VHS Hohenlockstedt e. V., Kieler Str. 49, 25551 Hohenlockstedt

Verbindliche Anmeldung
für die Konzertfahrt nach Hamburg in die Laeiszhalle.
Bitte beachten Sie die verschiedene Preise.

Anzahl der Personen: _____

Ticketkategorie: ☐ PK1 (90,00 Euro pro Person)

☐ PK 2 (80,00 Euro pro Person)

Zu zahlender Betrag: _____

Der zu zahlende Betrag muss bis zum 15.09.2025 auf einem der Konten der Volkshochschule Hohenlockstedt e. V. eingegangen sein!

Einstieg in

Hohenlockstedt 17.30 Uhr
Bushaltestelle Finnische Allee/Sportplatz mit _____ Person/en

Itzehoe ca. 17.45 Uhr
Bushaltestelle Dithmarscher Platz mit _____ Person/en

Münsterdorf ca. 18.00 Uhr
Bushaltestelle beim ehem. Edeka-Markt mit _____ Person/en

Name: _____

Anschrift _____

Telefon: _____

☐ Ich erkläre mich mit den allgemeinen Geschäftsbedingungen einverstanden.
☐ Ich erkläre mich mit der Weiterverarbeitung meiner Daten gemäß der Datenschutzerklärung einverstanden.
☐ Ich habe die Widerrufsbelehrung zur Kenntnis genommen.

_____
Datum, Unterschrift/en

Gesundheit - Wohlbefinden - Sport

11 Wassergymnastik für Erwachsene - Kurs 1

Dieser Kurs ist für Interessierte gedacht, die sich gerne im Wasser bewegen und Gymnastik mögen. Es handelt sich nicht um eine medizinische Maßnahme! Es geht darum, sich im warmen Wasser unter Anleitung zu bewegen und Spaß zu haben. Jung und Alt sind herzlich dazu eingeladen!
Die Teilnehmergebühren müssen vorab überwiesen werden!

Leitung: Sabine Wieczorek
Ort: Lehrschwimmbecken der Grundschule
Finnische Allee 16
25551 Hohenlockstedt
Gebühr: 47,50 Euro

Termin: **Montag,** 08.09.2025
Zeit: 17:00 - 18:00 Uhr

Dauer: 10 Treffen (wöchentlich)
Der Kurs findet ab 8 Teilnehmenden statt.

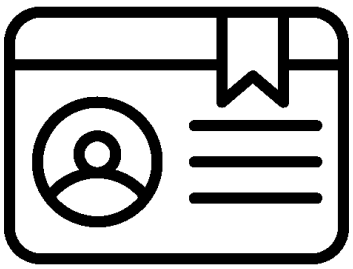
12 Wassergymnastik für Erwachsene - Kurs 2

Dieser Kurs ist für Interessierte gedacht, die sich gerne im Wasser bewegen und Gymnastik mögen. Es handelt sich nicht um eine medizinische Maßnahme! Es geht darum, sich im warmen Wasser unter Anleitung zu bewegen und Spaß zu haben. Jung und Alt sind herzlich dazu eingeladen!
Die Teilnehmergebühren müssen vorab überwiesen werden!

Leitung: Sabine Wieczorek
Ort: Lehrschwimmbecken Grundschule
Finnische Allee 16
25551 Hohenlockstedt
Gebühr: 47,50 Euro

Termin: **Montag,** 08.09.2025
Zeit: 18:00 - 19:00 Uhr

Dauer: 10 Treffen (wöchentlich)
Der Kurs findet ab 8 Teilnehmenden statt.



Mitgliedschaft in der VHS?

Möchten Sie die Volkshochschule noch stärker unterstützen?
Als Mitglied helfen Sie uns, unsere Bildungsangebote lebendig zu halten und Teil einer engagierten Gemeinschaft zu sein.
Mit bereits 8,00 € pro Jahr fördern Sie unser Angebot.

Semesterkalender - zweites Semester

September		
1	Mo	
2	Di	
3	Mi	
4	Do	
5	Fr	
6	Sa	
7	So	
8	Mo	11 & 12 - Wassergym.
9	Di	
10	Mi	13 & 14 - Präv. Gym.
11	Do	
12	Fr	17 - Meditation
13	Sa	
14	So	01 - Högerbau
15	Mo	11 & 12 - Wassergym.
16	Di	
17	Mi	13 & 14 - Präv. Gym.
18	Do	
19	Fr	
20	Sa	
21	So	
22	Mo	11 & 12 - Wassergym.
23	Di	15 & 16 - Yoga
24	Mi	07 - Geistig fit bleiben 13 & 14 - Präv. Gym.
25	Do	
26	Fr	Hamburg Proms
27	Sa	
28	So	
29	Mo	11 & 12 - Wassergym.
30	Di	15 & 16 - Yoga

Oktober		
1	Mi	13 & 14 - Präv. Gym.
2	Do	
3	Fr	
4	Sa	
5	So	
6	Mo	11 & 12 - Wassergym.
7	Di	15 & 16 - Yoga
8	Mi	06 - Bestattungsvorsorge 13 & 14 - Präv. Gym.
9	Do	
10	Fr	18 - Meditation
11	Sa	
12	So	
13	Mo	11 & 12 - Wassergym.
14	Di	15 & 16 - Yoga
15	Mi	13 & 14 - Präv. Gym.
16	Do	
17	Fr	
18	Sa	21 - Käseverkostung
19	So	
20	Mo	
21	Di	
22	Mi	13 & 14 - Präv. Gym.
23	Do	
24	Fr	
25	Sa	02 - Högerbau
26	So	
27	Mo	
28	Di	
29	Mi	13 & 14 - Präv. Gym.
30	Do	
31	Fr	

Schulferien in Schleswig-Holstein

Alle Angaben ohne Gewähr. Das aktuelle

2025

November		
1	Sa	
2	So	
3	Mo	11 & 12 - Wassergym.
4	Di	15 & 16 - Yoga
5	Mi	13 & 14 - Präv. Gym.
6	Do	10 - Gitarre
7	Fr	
8	Sa	
9	So	
10	Mo	11 & 12 - Wassergym.
11	Di	15 & 16 - Yoga
12	Mi	13 & 14 - Präv. Gym.
13	Do	10 - Gitarre
14	Fr	
15	Sa	
16	So	
17	Mo	11 & 12 - Wassergym.
18	Di	15 & 16 - Yoga
19	Mi	13 & 14 - Präv. Gym.
20	Do	10 - Gitarre
21	Fr	19 - Meditation
22	Sa	
23	So	
24	Mo	11 & 12 - Wassergym.
25	Di	15 & 16 - Yoga
26	Mi	13 & 14 - Präv. Gym.
27	Do	10 - Gitarre
28	Fr	08 - Zeichnen & Aqu.
29	Sa	03 - Högerbau
30	So	

Dezember		
1	Mo	
2	Di	15 & 16 - Yoga
3	Mi	13 & 14 - Präv. Gym.
4	Do	10 - Gitarre
5	Fr	
6	Sa	
7	So	
8	Mo	
9	Di	15 & 16 - Yoga
10	Mi	13 & 14 - Präv. Gym.
11	Do	10 - Gitarre
12	Fr	
13	Sa	
14	So	
15	Mo	
16	Di	
17	Mi	13 & 14 - Präv. Gym.
18	Do	10 - Gitarre
19	Fr	
20	Sa	
21	So	
22	Mo	
23	Di	
24	Mi	
25	Do	
26	Fr	
27	Sa	
28	So	
29	Mo	
30	Di	
31	Mi	

Kursangebot finden Sie unter www.vhs-holo.de

Stand: 07/2025

@vhs_holo
Wir sind auf social media!

Künftig versorgen wir Sie und Euch auf unserem Instagram-Account mit allem Wissenswerten rund um die Volkshochschule Hohenlockstedt.

Folgen, Informiert sein und weitersagen!

13 Präventive Gymnastik / Rückenschule und Ganzkörpertraining - Kurs 1

Sie erlernen u. a. die gezielte Wirbelsäulen-/Rücken- und Bauchmuskelgymnastik zur Kräftigung der rumpfstabilisierenden Muskulatur, die Vermittlung von rückenfreundlichen Verhaltensweisen für den Alltag und Motivation zur regelmäßigen sportlichen Betätigung, genaue Instruktionen der Übungen, um eine korrekte Ausführung und eine spätere selbständige Durchführung zu ermöglichen,
das Entgegenwirken von Fehlhaltungen.
Beugen Sie Muskelverspannungen, Muskelverkürzungen, Muskelerschlaffung und den daraus entstehenden Problemen wie Schmerzen und Bandscheibenschädigungen, Arthrose usw. vor oder wirken sie ihnen entgegen.

In diesem Kurs geht es um ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Belastung und Entlastung, Haltung und Bewegung, Spannung und Entspannung. Durch die gezielte Kräftigung, Dehnung und Mobilisation der die Wirbelsäule stabilisierenden Muskeln und durch gezielte Entspannungsübungen fördert die „Präventive Gymnastik/Rücken- und Bauchmuskulaturgymnastik und das Ganzkörpertraining“ das natürliche Gleichgewicht und beugt Gesundheitsschäden vor oder entgegen.
Hier steht nicht nur das Training, sondern auch der Spaß an der Bewegung im Mittelpunkt!
Bitte eine Gymnastikmatte mitbringen!

Ein Einstieg in diesen Kurs ist jederzeit, auch nach Kursbeginn, möglich.
Lust auf mehr? Auch nach den 10 Treffen können Sie innerhalb des Semesters beliebig verlängern. Dieser Kurs findet auch in den Herbst- und Winterferien durchgängig statt.

Leitung:	Conny Winter, lizensierte DOSB-Übungsleiterin B „Sport in der Prävention, Gesundheitstraining für Erwachsene“	**Termin:**	**Mittwoch,** 10.09.2025
Ort:	Gebäude der Offenen Ganztagsschule Zwischen Birkenallee 9 und 11 25551 Hohenlockstedt	**Zeit:**	18:00 - 19:00 Uhr
Gebühr:	50,00 Euro / 10 Einheiten	**Dauer:**	10 Treffen (wöchentlich) *Der Kurs findet ab 8 Teilnehmenden statt.*

14 Präventive Gymnastik / Rückenschule und Ganzkörpertraining - Kurs 2

Wie vorstehend.

Leitung:	Conny Winter, lizensierte DOSB-Übungsleiterin B „Sport in der Prävention, Gesundheitstraining für Erwachsene“	**Termin:**	**Mittwoch,** 10.09.2025
Ort:	Gebäude der Offenen Ganztagsschule Zwischen Birkenallee 9 und 11 25551 Hohenlockstedt	**Zeit:**	19:00 - 20:00 Uhr
Gebühr:	50,00 Euro / 10 Einheiten	**Dauer:**	10 Treffen (wöchentlich) *Der Kurs findet ab 8 Teilnehmenden statt.*

15 Hatha-Yoga 60 +

Yoga beinhaltet viele Wege. U. a. geht es um die richtige Körperhaltung, die richtige Atmung und die richtige Entspannung. Auch die Ernährung, Meditation und positive Gedanken sind im Yoga wichtig.

Yoga ist eine nie endende Reise zu sich selbst und es ist immer der richtige Zeitpunkt, diese Reise anzutreten.

Mitzubringen sind eine Yogamatte, ein kleines Kopfkissen, eine leichte Decke und dicke Socken.

Leitung:	Britta Rohwer Yoga-Lehrerin	**Termin:**	**Dienstag,** 23.09.2025
Ort:	Mensagebäude der Wilhelm-Käber-Schule Birkenallee 9 (Eingang: Mitte) 25551 Hohenlockstedt	**Zeit:**	16:30 - 18:00 Uhr
Gebühr:	75,00 Euro	**Dauer:**	10 Treffen (wöchentlich) *Der Kurs findet ab 8 Teilnehmenden statt.*

16 Hatha-Yoga für Anfänger*innen und Teilnehmer*innen mit leichten Vorkenntnissen

Wie vorstehend.

Leitung:	Britta Rohwer Yoga-Lehrerin	**Termin:**	**Dienstag,** 23.09.2025
Ort:	Mensagebäude der Wilhelm-Käber-Schule Birkenallee 9 (Eingang: Mitte) 25551 Hohenlockstedt	**Zeit:**	18:15 - 19:40 Uhr
Gebühr:	75,00 Euro	**Dauer:**	10 Treffen (wöchentlich) *Der Kurs findet ab 8 Teilnehmenden statt.*

17 Meditation für Anfänger*innen

Entdecken Sie die wohltuende und entspannende Kraft der Meditation. Dieser Kurs hilft Ihnen Stress abzubauen und achtsam mit sich in Kontakt zu kommen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich - der Kurs richtet sich an alle, die Meditation in entspannter Atmosphäre ausprobieren möchten. Tragen Sie bequeme Kleidung, wie eine Jogginghose und ein T-Shirt, oder gemütlichen Pullover. Wollsocken runden ihr Outfit ab.
Mitzubringen sind eine (Woll)decke, Kissen und, wenn vorhanden, Isomatte.
Nachdem wir alle ankommen beginnen wir mit der Meditation, die in etwa 30 Minuten dauern wird.

Leitung:	Madlen Freitag	**Termin:**	**Freitag,** 12.09.2025
Ort:	Wilhelm-Käber-Schule Birkenallee 9 25551 Hohenlockstedt	**Zeit:**	18:30 - 19:30 Uhr
Gebühr:	5,00 Euro	*Der Kurs findet ab 6 Teilnehmenden statt.*	

18 Meditation für Anfänger*innen

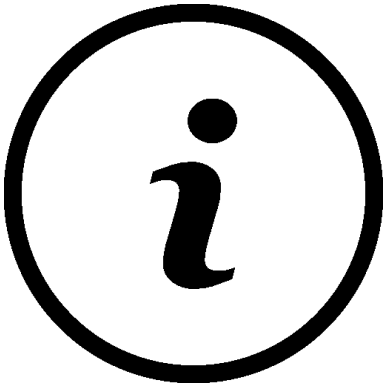
Wie vorstehend.

Leitung:	Simone Müller	**Termin:**	**Freitag,** 10.10.2025
Ort:	Wilhelm-Käber-Schule Birkenallee 9 25551 Hohenlockstedt	**Zeit:**	18:30 - 19:30 Uhr
Gebühr:	5,00 Euro	*Der Kurs findet ab 6 Teilnehmenden statt.*	

19 Meditation für Anfänger*innen

Wie vorstehend.

Leitung:	Thomas Zschorsch-Flamma	**Termin:**	**Freitag,** 21.11.2025
Ort:	Wilhelm-Käber-Schule Birkenallee 9 25551 Hohenlockstedt	**Zeit:**	18:30 - 19:30 Uhr
Gebühr:	5,00 Euro	*Der Kurs findet ab 6 Teilnehmenden statt.*	



- Auf unserer Homepage www-vhs-holo.de können Sie sehen, ob der von Ihnen gewünschte Kurs noch über freie Plätze verfügt und sich direkt dort verbindlich anmelden.
- Oder nutzen Sie eines der Anmeldeformulare, füllen Sie dieses bitte vollständig aus. Telefonnummer und E-Mail-Adresse sind für uns elementar, um im Falle einer Änderung schnell mit Ihnen Kontakt aufnehmen zu können.
- Sollte es eine Änderung bei dem von Ihnen gewählten Kurs geben, oder dieser gar abgesagt werden müssen, setzen wir uns direkt mit Ihnen in Verbindung.

Events vom Meierhof Möllgaard

20 Singen mit Käse

Rüdiger Blaschke mit seiner Gitarre motiviert wieder sein sangesfreudiges Publikum zum Mitsingen und regt ein Wunschprogramm von alten und modernen Volksliedern an. In der Pause reichen wir eine Auswahl köstlicher Käsespezialitäten mit Erfrischungsgetränken (kleines Abendbrot.

Anmeldung bis 24.08.2025 beim Meierhof Möllgaard,
Tel.: (0 48 26) 37 03 78

Stornierung: Bis 7 Tage vor Termin frei,
bei kurzfristigem Ausfall von gemeldeten Teilnehmern 50% der Gebühr!

Leitung:	Detlef Möllgaard	**Termin:**	**Sonntag**, 31.08.2025
Ort:	**Bei schönem Wetter im „Natur-Freizeitzentrum Lohmühle“** **Lohmühlenweg** **25551 Hohenlockstedt** sonst in der Käsediele Meierhof Möllgaard Kieler Str. 84 25551 Hohenlockstedt	**Zeit:**	17:00 - 19:00 Uhr
Gebühr:	16,00 Euro Der Überschuss wird an den Hospiz-Förderverein Itzehoe gespendet.		

21 Käseverkostung mit Apfelsaft

Wir laden Ernst Schuster, unseren Vorsitzenden der Nordbauern, ein und präsentieren Ihnen ein Abendbrot mal anders: Rund 10 Käsesorten der Käsestraße Schleswig-Holstein warten zusammen mit frischen, regionalen Apfelsaftsorten der neuen Saison, Kaviarbrot vom Bäcker Soth und traditioneller Sauerrahmbutter der Meierei Horst auf Ihre Verkostung.

Käsekenner Detlef Möllgaard (Dipl.-Ing.Milchwirtschaft) und Apfelexperte Ernst Schuster begleiten sie durch den Abend. Zum Abschluss dürfen sie spezielle Obstbrände probieren.

Anmeldung bis 04.10.2025 beim Meierhof Möllgaard,
Tel.: (0 48 26) 37 03 78

Stornierung: Bis 7 Tage vor Termin frei,
bei kurzfristigem Ausfall von gemeldeten Teilnehmern 50% der Gebühr!

Leitung:	Detlef Möllgaard	**Termin:**	**Samstag**, 18.10.2025
Ort:	Käsediele Meierhof Möllgaard Kieler Str. 84 25551 Hohenlockstedt	**Zeit:**	um 19:00 Uhr
Gebühr:	26,00 Euro		

Impressum

Volkshochschule Hohenlockstedt e. V.

E-Mail: vhsholo@gmx.de

www.vhs-holo.de

Vorsitz: Cornelia Flamma

Geschäftsführer: Thomas Zschorsch-Flamma

Geschäftsräume: **Kieler Str. 49, 25551 Hohenlockstedt**
(Rathaus, Eingang Wilhelmstraße)
Tel.: (0 48 26) 30 62

Bürozeit: **Dienstags, 16.30 - 18.00 Uhr**

Bitte kontaktieren Sie uns außerhalb unserer Geschäftszeiten ausschließlich per E-Mail: vhsholo@gmx.de

In den Schulferien für Schleswig-Holstein ist unser Büro NICHT besetzt!

Der Briefkasten befindet sich am Haupteingang des Rathauses!

Druck: Glückstädter Werkstätten Tel.: (0 48 21) 68 54 - 0

Bankverbindungen: *Volksbank Raiffeisenbank eG*
BIC: GENODEF1VIT
IBAN: DE16 2019 0109 0001 8167 60

Sparkasse Westholstein
BIC: NOLADE21WHO
IBAN: DE89 2225 0020 0004 0710 26

Wichtige Hinweise und allgemeine Teilnahmebedingungen

- An den Kursen und Veranstaltungen der VHS kann jeder teilnehmen. Für alle Anmeldungen gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen. Mit der Anmeldung werden die allgemeinen Teilnahme- und Geschäftsbedingungen Bestandteil des Teilnehmervertrages.

- Für alle Kurse ist eine **schriftliche** Anmeldung (Abschluss eines Teilnehmervertrages) **unbedingt** erforderlich. Die Anmeldung verpflichtet zur Zahlung des angegebenen Kostenbeitrages. Abmeldung ist möglich bis eine Woche vor Kursbeginn. Telefonische Anmeldungen können leider nicht berücksichtigt werden!

- Bei Fernbleiben ohne Abmeldung muss die **volle** Gebühr bezahlt werden. Verstrichene Termine werden nicht erstattet! Auch der verspätete Eintritt in einen Kurs setzt die Zahlung der vollen Kursgebühr voraus. Zahlungsverzug berechtigt die VHS zum Rücktritt und zur Berechnung von Schadenersatz.

- Die Kurse können nur durchgeführt werden, wenn die **Mindestteilnehmerzahl** (kursabhängig) erreicht ist. Sollte dies nicht der Fall sein, so kann der Kurs dennoch stattfinden, wenn die Teilnehmer bereit sind, eine höhere Kursgebühr zu zahlen. Es zählen nur **schriftliche** Anmeldungen!

- Die Kursgebühr ist am **ersten Veranstaltungstag fällig und in bar** oder **vorher per Überweisung** zu entrichten.

- Die Volkshochschule übernimmt gegenüber Veranstaltungsteilnehmern keinerlei Schadenshaftung.

- Ermäßigungen gelten für Grundsicherungs- und Arbeitslosenhilfeempfänger bei Weiterbildungsmaßnahmen in Höhe von 50 %. Bitte setzen Sie sich vorher mit der VHS Hohenlockstedt e. V. in Verbindung!

- DIE VHS kann wegen mangelnder Beteiligung, Ausfall eines Kursleitenden oder aus anderen Gründen vom Vertrag zurücktreten. In diesen Fällen werden bereits geleistete Zahlungen erstattet. Weitergehende Ansprüche gegen die VHS sind ausgeschlossen. Der Rücktritt eines Teilnehmenden muss spätestens 1 Woche vor Kursbeginn schriftlich erklärt werden, eine Begründung ist nicht erforderlich. Die Teilnehmergebühr wird erstattet. Bei späterem Rücktritt durch den Teilnehmenden, auch bei Krankheit, ist die volle Gebühr zu zahlen.

- **Ausschließlich in dem Fall, wenn ein Kurs nicht stattfindet, erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Nachricht**!

Gebäude, in denen Veranstaltungen und Kurse der VHS Hohenlockstedt e. V. in der Regel stattfinden:

Wilhelm-Käber-Schule, Birkenallee 9, 25551 Hohenlockstedt
Grundschule Hohenlockstedt, Finnische Allee 16, 25551 Hohenlockstedt
Gemeindehaus der Ev.-Luth. Kirche, Finnische Allee 29, 25551 Hohenlockstedt

Widerrufsbelehrung

- Sie können die Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (Brief, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsabschluss und auch nicht vor Erfüllung der Informationspflichten.
  Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.
- Der Widerruf ist zu richten an:

  Volkshochschule Hohenlockstedt e. V.
  Kieler Str. 49
  25551 Hohenlockstedt

  E-Mail: vhsholo@gmx.de

- Im Falle eines wirksamen Widerspruchs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zu erstatten. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

- Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie das Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Datenschutzerklärung

Die von Ihnen gemachten Angaben werden ausschließlich für die Durchführung und Verwaltung der Kurse und Vorträge gespeichert.

Nach Ablauf eines Kalenderjahres bzw. nach Fertigung der jährlichen Statistik werden Ihre Daten gelöscht bzw. vernichtet.

Volkshochschulen im Kreis Steinburg

VHS Brokstedt e.V.
Tel.: (0 43 24) 786
E-Mail: vhsbrokstedt@web.de

VHS Glückstadt
Tel.: (0 41 24) 8 10 79
E-Mail: info@vhs-glueckstadt.de

VHS Horst e.V.
Tel.: (0 41 26) 39 65 52
E-Mail: info@vhs-horst.de

VHS Itzehoe e.V.
Tel.: (0 48 21) 8 04 08 30
E-Mail: info@vhs-itzehoe.de

VHS Kellinghusen
Tel.: (0 48 22) 37 67 30
E-Mail: info@volkshochschule-kellinghusen.de

VHS Krempe e.V.
Tel.: (0 48 24) 39 19 96

VHS Münsterdorf e.V. mit Außenstelle Lägerdorf
Tel.: (0 48 21) 8 37 56
E-Mail: vhsmuensterdorf@t-online.de

VHS Amt Schenefeld
Tel.: (0 48 92) 7 49
E-Mail: webmaster@vhs-schenefeld.de

VHS Wilster e.V.
Tel.: (0 48 23) 12 09
E-Mail: info@vhs-wilster.de

Volkshochschule Hohenlockstedt e.V.
Kieler Straße 49
25551 Hohenlockstedt
Telefon: +49 (0) 4826 / 30 62
vhsholo@gmx.de
www.vhs-holo.de
Instagram: @vhs_holo

Name*

Straße*

PLZ, Ort*

Telefonnummer*

E-Mail*

Mitgliedsantrag

Hiermit beantrage ich die Aufnahme als Mitglied in der Volkshochschule Hohenlockstedt e.V.

Der jährliche Mitgliedsbeitrag, der von meinem Konto eingezogen wird, beträgt:_____€*.
(Mindestbeitrag 8,00 € / Jahr).

SEPA-Lastschriftmandat:

Ich ermächtige die Volkshochschule Hohenlockstedt e.V., Zahlungen für den Mitgliedsbeitrag von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Kreditinstitut *

IBAN*

BIC

Die für das SEPA-Lastschriftverfahren verpflichtenden Angaben (Gläubiger-Identifikationsnummer und Mandatsreferenz) werden Ihnen zusammen mit der Bestätigung über den positiven Aufnahmeantrag mitgeteilt.

Kündigungsfrist:

Die Mitgliedschaft kann schriftlich bis drei Monate vor Ende eines Rechnungsjahres, spätestens bis zum 30.09. des Rechnungsjahres, gekündigt werden.

Datenschutz, -speicherung und Einverständnis:

Mit meiner Unterschrift willige ich ein, dass die Volkshochschule Hohenlockstedt e.V. meine personenbezogenen Daten – insbesondere Name, Anschrift, Kontaktdaten und Bankverbindung – ausschließlich zur Mitgliederverwaltung, Beitragseinzug und Durchführung des SEPA-Lastschriftverfahrens speichert und verarbeitet. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht, mit Ausnahme der Bank für den Beitragseinzug.

Nach Beendigung der Mitgliedschaft und Ablauf gesetzlicher Aufbewahrungsfristen werden meine Daten gelöscht bzw. vernichtet. Ich habe das Recht auf Auskunft, Berichtigung und Löschung meiner Daten sowie das Recht, eine einmal erteilte Einwilligung jederzeit ohne Angabe von Gründen mit Wirkung für die Zukunft zu widerrufen. Bei Fragen zum Datenschutz wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle der VHS Hohenlockstedt.

☐ Ich willige ein, per E-Mail/Post/SMS Informationen zu neuen Kursen, Veranstaltungen und Angeboten der Volkshochschule zu erhalten. Diese Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen.

Datum

Unterschrift

* Pflichtfeld

V07/25

Anmeldung

Per Post an: VHS Hohenlockstedt e. V., Kieler Str. 49, 25551 Hohenlockstedt

Hiermit melde ich mich für den Kurs Nr. _____,

Titel _____, an.

Name: **_____**

Straße, Ort: **_____**

Telefon: **_____**

Altersgruppe: (Bitte ankreuzen für die Statistik)

1	2	3	4	5	6
u. 18	18 - 24	25 - 34	35 - 49	50 - 64	ü. 65

_____
Datum und Unterschrift

O Ich erkläre mich mit den allgemeinen Geschäftsbedingungen einverstanden.
O Ich erkläre mit der Weiterverarbeitung meiner Daten gemäß der Datenschutzerklärung einverstanden.
O Ich habe die Widerrufsbelehrung zur Kenntnis genommen.

Anmeldung

Per Post an: VHS Hohenlockstedt e. V., Kieler Str. 49, 25551 Hohenlockstedt

Hiermit melde ich mich für den Kurs Nr. _____,

Titel _____, an.

Name: **_____**

Straße, Ort: **_____**

Telefon: **_____**

Altersgruppe: (Bitte ankreuzen für die Statistik)

1	2	3	4	5	6
u. 18	18 - 24	25 - 34	35 - 49	50 - 64	ü. 65

_____
Datum und Unterschrift

O Ich erkläre mich mit den allgemeinen Geschäftsbedingungen einverstanden.
O Ich erkläre mit der Weiterverarbeitung meiner Daten gemäß der Datenschutzerklärung einverstanden.
O Ich habe die Widerrufsbelehrung zur Kenntnis genommen.

www.pt-photographie.de