

Liebe Lauenburger und Lauenburgerinnen,  
ich freue mich sehr, Ihnen das Programmheft des Frühjahrssemesters  
überreichen zu dürfen.

Neben altbewährten Kursen gibt es auch wieder neues zu entdecken,  
besonderes Augenmerk möchte ich auf unsere Gesundheitskurse lenken.  
Viele sind mittlerweile krankenkassenzertifiziert, so dass Sie sich bis zu 80  
% der Kosten von Ihrer Krankenkasse erstatten lassen können.



Nicht nur unsere Gesundheitskurse  
sind zertifiziert, sondern auch  
unsere VHS selbst ist mit dem  
Qualitätssiegel des  
Landesverbandes der  
Volkshochschulen des Landes  
Schleswig-Holstein ausgezeichnet  
worden. Diese Auszeichnung macht  
mich sehr stolz, zeigt sie doch, dass  
die Arbeit unserer VHS auf qualitativ  
hohem Niveau stattfindet.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen  
viel Freude beim Stöbern im  
Programmheft! Ihr Andreas Püst

## Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zu Kurs Nr. \_\_\_\_\_ an.

Vorname / Name: \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ / Ort \_\_\_\_\_

Telefon / Mobil: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Der Kursbeitrag in Höhe von € \_\_\_\_\_ wird von mir DURCH ÜBERWEISUNG (Raiffeisenbank  
Lauenburg • IBAN DE50 2306 3129 0000 1468 38 • BIC GENODEF1RLB) zeitgleich zur Anmeldung  
entrichtet.

Der Kursbeitrag in Höhe von € \_\_\_\_\_ wird von mir DURCH SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT  
entrichtet.

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

### SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Hiermit beauftrage ich die Volkshochschule Lauenburg/Elbe e.V. bis auf Widerruf die fälligen  
Kursbeiträge mittels SEPA-Lastschrift von meinem nachstehenden Konto einzuziehen:

Name des Kreditinstituts: \_\_\_\_\_

IBAN: DE \_\_\_\_\_ BIC: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_



## **Fachbereich „Politik - Gesellschaft - Umwelt“**

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden. Das

Programmangebot des Fachbereichs „Politik - Gesellschaft - Umwelt“ ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen.

### **Kurs-Nr.18A-101 „Seniorenachmittag“**

11.01.2018 Musik und Döntjes

15.02.2018 Möhnsener Musikzug

08.03.2018 Lauenburg als Reiseziel

12.04.2018 Altersvorsorge

17.05.2018 Mecklenburger Drehorgelorchester

14.06.2018 Ausfahrt?

Beginn: Donnerstag, ab 11.01.2018, 15 - 16.30 Uhr, 6 Termine

Ort: Mosaik Festsaal, Kursgebühr: Freier Eintritt

### **Kurs-Nr.18A-1061 „Gehirnjogging für jedermann“**

In 8 Sitzungen verbessern Sie spielerisch ihre Merkfähigkeit für z. B. Namen, Termine u. ä und „abgelegte“ Gegenstände (Die Schlüssel werden ja immer wieder gern gesucht!) Nebenbei trainieren sie noch ihre Kreativität, ihren Einfallsreichtum, ihren Wortschatz und haben dadurch eine Basis für originelle Lösungen bei anstehenden Fragen. Bei den Übungen werden im Wechsel alle Sinne einbezogen, Spaß und Bewegung sind garantiert. Persönliche Wünsche der Teilnehmer können in der ersten Sitzung besprochen und einbezogen werden.

Beginn: Mittwoch, ab 14.02.2018, 10 - 11.30 Uhr, 8 Termine

Ort: Osterwold-Halle, Kursgebühr: 48,00 €, Dozent: Monika Dittmer, Dipl.Psychologin und zertifizierte Gedächtnistrainerin



## Fachbereich „Kulturelle Bildung“

In unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur, ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe und fördert Inklusion.

### Kurs-Nr.18A-2081 „Gitarre Liedbegleitung Anfänger / Anfänger mit Vorkenntnissen“

Vermittelt werden einfache Gitarrengriffe, Pickingmuster und Rhythmen zur Liedbegleitung. Die Übungen finden nach und nach auch anhand aktueller Rock-/Popmusik statt. Der Kurs vermittelt keine Notenkenntnisse. Arbeitsgrundlage ist das Lehrbuch "Leitfaden für den Gitarrenunterricht - Akkordspiel".

Beginn: Montag, ab 12.02.2018, 17.15 - 18 Uhr, 10 Termine  
Ort: AGS Musikraum, Kursgebühr: 35,00 €, Dozent: Uwe Holz

### Kurs-Nr.18A-2082 „Gitarre Liedbegleitung Mittelstufe“

Beginn: Montag, ab 12.02.2018, 18 - 18.45 Uhr, 10 Termine  
Ort: AGS Musikraum, Kursgebühr: 35,00 €, Dozent: Uwe Holz

### Kurs-Nr.18A-212 „Wir lesen "Herz aus Glas",“

Wir wollen den Roman "Herz aus Glas" lesen.

Beginn: Montag, ab 29.01.2018, 19 - 20.30 Uhr, 8 Termine  
Ort: Bücherei Lauenburg, Kursgebühr: 48,00 €, Dozent: Gisela Dudziak

### Kurs-Nr.18A-2121 „Bogenbau in seiner ursprünglichen Form“

... aus einem langen Stück Holz wird im Laufe eines Wochenendes ein Bogen, der mit einem Spielzeug nichts gemein hat. Aus einem Stück Esche bauen wir einen leistungsfähigen Flachbogen, dazu passende Pfeile und lernen wie von selbst, wie ein Stück Holz gebogen werden kann, und was einen Bogen auszeichnet.

Beginn: Freitag, 26.01.2018, Wochenendseminar  
Kursgebühr: 295,00 €, Dozent: Markus Benckert, Preis inkl Verpflegung und Material, Ort: Werkstatt in Basedow

## Kurs-Nr.18A-213 „Theatergruppe“

Seit 1998 besteht die VHS-Theatergruppe "Theater aus der Tabakfabrik", die das Lauenburger Publikum jedes Jahr mit einer neuen Premiere überrascht. Gespielt wird quer durch die Welt dramatik: Komödie, Tragödie aber auch Kabarett und Boulevard. Aktuell probt die Gruppe den "Jedermann", der im Sommer 2017 als Open Air Inszenierung aufgeführt werden soll.

Neueinsteiger sind stets herzlich willkommen. Gesucht werden auch immer helfende Hände, die erst einmal hinter den Kulissen Theaterluft schnuppern möchten.

Interessenten können sich telefonisch informieren.

Beginn: Montag, ab 05.02.2018, 20 - 22 Uhr, 10 Termine

Ort: Osterwold-Halle, Kursgebühr: 45,00 €, Dozent: Andreas Püst/Edina Hasselbrink

## Kurs-Nr.18A-251 „Landschaftsmalen wie Bob Ross - Ein Tag - ein Gemälde“

Die Maltechnik des international bekannten Künstlers BOB ROSS garantiert Anfängern und Fortgeschrittenen erstaunliche künstlerische Erfolge. An nur einem Tag erarbeiten wir in einem Gemälde die Schönheit der Natur und verwirklichen schöpferisch und farbenfroh unsere kreativen Malträume. Mit fachkundiger Unterstützung werden Idee, Farbe und Form zu einer interessanten Komposition umgesetzt. Am Schluss nehmen wir das fertige Bild mit nach Hause.



Samstag, 05.05.2018, 10 - 16 Uhr  
oder Sonntag, 06.05.2018, 10 - 16 Uhr

Ort: Albinus Gemeinschaftsschule  
Werkraum, Kursgebühr: 24,00 €  
Dozent: Rose Adrian-Trien

Material wird gestellt: Kosten für Leinwand, Farben, Malmedien, Bereitstellung von Spezialpinseln, Palette, Staffelei betragen: 30,-Euro und werden von der Mallehrerin auf dem Kurs entgegen genommen.

Bitte mitbringen: „Malkleider“, Küchenpapier und BabyÖL-Tücher!



## Fachbereich „Gesundheit“

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Gesundheitskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Die aktuelle Forschung weist immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen berücksichtigen seit langem diese Erkenntnisse.

### Kurs-Nr.18A-30101 „Autogenes Training“

Das Autogene Training ist eine einfach zu erlernende Entspannungsmethode. Regelmäßig geübt und in den Alltag integriert verbessert es die gesundheitliche Situation, Stress wird aufgelöst, die Kreativität gefördert und das Selbstvertrauen verbessert. Themen sind zudem u.a. Auswirkungen von Stress und Verspannungen auf das Immun- und Nervensystem.

**Dieser Kurs ist krankenkassenzertifiziert.**

Beginn: Montag, ab 05.02.2018, 19.15 - 20.45 Uhr, 10 Termine

Ort: VHS Raum 2, Albinusstraße 24, Kursgebühr: 80,00 €, Dozent: Petra Janzen

### Kurs-Nr.18A-30102 „Qigong“

Durch langsame fließende Bewegungen kommen Körper, Geist und Seele zur Ruhe. Verspannungen und Blockaden werden durch gezielte Aktivierung bestimmter Körperpunkte (Meridianpunkte) gelöst. Die Muskulatur und die inneren Organe werden gestärkt, wodurch sich wieder eine größere Lebensenergie aufbaut. **Dieser Kurs ist krankenkassenzertifiziert.**

Beginn: Mittwoch, ab 07.02.2018, 18.30 - 20 Uhr, 10 Termine

Ort: VHS Raum 2, Albinusstraße 24, Kursgebühr: 80,00 €, Dozent: Stefanie Siegert

### Kurs-Nr.18A-30103 „Progressive Muskelentspannung (8x90min)“

Wechselwirkung zwischen körperlicher Anspannung und Entspannung schult die Körperwahrnehmung, verbessert die Stressbewältigung, hilft bei der Prävention von und dem Umgang mit z.B. Ängsten, Schlafstörungen,

Unruhe, Schmerzsymptomen. **Die Krankenkassenzertifizierung ist beantragt.**

Beginn: Freitag, ab 06.04.2018, 17 - 18.30 Uhr, 8 Termine  
Ort: VHS Raum 2, Albinusstraße 24, Kursgebühr: 65,00 €, Dozent: Martina Fichtner

### Kurs-Nr.18A-3101 „Power-Yoga“

Wem Yoga zu ruhig und zu wenig schweißtreibend ist, kann es mal mit Power-Yoga versuchen. Eine sportliche Yoga Variante mit anschließender Entspannung zum Muskelaufbau und effektivem Herzkreislauftraining.

Beginn: Dienstag, ab 06.02.2018, 19 - 20 Uhr, 10 Termine  
Ort: VHS Raum 2, Albinusstraße 24, Kursgebühr: 50,00 €, Dozent: Svenja Grundmann

### Kurs-Nr.18A-3102 „Yoga für Jungebliebene“

Wer beweglich bleiben oder wieder werden möchte, sich mal richtig entspannen möchte und sich nicht mit dem ein-oder anderen "Zwicken/Wehwehchen" im Körper abfinden mag, der ist herzlich eingeladen in seiner bequemen Lieblingskleidung zum neuen Yoga Kurs für ältere und auch bewegungseingeschränkte Teilnehmer zu kommen.

Beginn: Donnerstag, ab 08.02.2018, 10.30 - 11.30 Uhr, 10 x  
Ort: VHS Raum 2, Albinusstraße 24, Kursgebühr: 50,00 €, Dozent: Svenja Grundmann

### Kurs-Nr.18A-3103 „Wohlfühltag für Frauen“

An diesem Tag wollen wir mittels Traumreisen, Übungen und sonstigen Erlebnissen lernen, innerhalb kürzester Zeit unsere Batterien wieder aufzutanken, ohne immer gleich in den Urlaub fahren zu müssen.

Beginn: Samstag, 03.03.2018, 10 - 17 Uhr  
Ort: VHS Raum 2, Albinusstraße 24, Kursgebühr: 24,00 €, Dozent: Anita Brock-Schulz

### Kurs-Nr.18A-3104 „Reiki-Treffen“

An diesem Tag können wir unsere Reiki-Kenntnisse einmal wieder auffrischen und uns selbst Reiki geben lassen. Der Kurs steht auch Neueinsteigern offen: wer noch keine Reiki-Einweihung hat, kann eine Kurzeinweihung bekommen.

Beginn: Samstag, 05.05.2018, 10 - 17 Uhr  
Ort: VHS Raum 2, Albinusstraße 24, Kursgebühr: 24,00 €,  
Dozent: Anita Brock-Schulz

### Kurs-Nr.18A-3105 „Engel-Seminar“

Wer kennt es nicht, die Panik, wenn ein Pferd durchgeht oder der Hund nicht pariert oder das ewige Herumgefahre, um einen Parkplatz zu erhaschen. Viele Menschen nutzen hierfür das Einbeziehen der Engel mit erfolgreichen Resultaten.

Bei diesem Seminar sollen einige Engel vorgestellt werden, und die Dozentin erzählt, wie man diese rufen und begegnen kann. Mit Hilfe von Traumreisen wird die Wahrnehmungsfähigkeit dafür erhöht, was auch genutzt werden kann, eventuell Kontakt aufzunehmen zu längst verstorbenen, aber nicht vergessenen Menschen und Tieren.

Beginn: Samstag, 14.04.2018, 10 - 17 Uhr  
Ort: VHS Raum 2, Albinusstraße 24, Kursgebühr: 24,00 €, Dozent: Anita Brock-Schulz

### Kurs-Nr.18A-311 „Hatha-Yoga“

Unsere Hatha-Yoga-Kurse sind aktuell alle ausgebucht, Sie können sich auf eine Warteliste setzen lassen.

### Kurs-Nr.18A-323 „Fitness für Alle“

Mit einem modernen Fitness-Training können Sie in jedem Alter beginnen. Dieser Kurs richtet sich speziell an Teilnehmer jenseits der 50, die etwas tun wollen, ohne sich zu überfordern. Ziel ist der Aufbau bzw. der Erhalt von Beweglichkeit, die Kräftigung der Muskulatur sowie ein sanftes Training des Herz-Kreislauf-Systems.

Beginn: Mittwoch, ab 28.03.2018, 17 - 18 Uhr, 10 Termin  
Ort: Weingartengrundschule Turnhalle, Kursgebühr: 40,00 €,  
Dozent: Anja Broocks



## **Fachbereich „Sprachen“**

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen.

Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens. Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern. Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben.

### **Kurs-Nr.18A-4021 „Chinesisch für Anfänger“**

Mittels eines bewährten in Deutschland verlegten Lehrbuches erlernen Sie von Anfang an die Schrifzeichen und die Aussprache. Es wird das Mandarin gelehrt, eine Sprache des Kaiserhofes, die ausschließlich in der Hauptstadt Peking gesprochen wird.

Daneben gibt es sehr viele Dialekte. Gerade die richtige Aussprache der einzelnen Zeichen macht diese Sprache erst verständlich. Die Grammatik erscheint zum Vergleich zu der deutschen Sprache sogar leicht. Auch in das Schreiben der Schrifzeichen, die hohe Kunst der Kaligraphie, werden Sie eingeführt.

Beginn: Donnerstag, ab 01.02.2018, 19 - 20.30 Uhr, 10 Termine

Ort: VHS Raum 1, Albinusstraße 24, Kursgebühr: 60,00 €,

Dozent: Yuping Jakob

### **Kurs-Nr.18A461 „Englisch für Anfänger und Fortgeschrittene“**

Willkommen ist jeder, der seine Englischkenntnisse auffrischen und vervollkommen will. Dieser Kurs wird mit spielerischen Elementen aufgelockert und ist auch gut geeignet für Senioren/Innen sowie Schüler/Innen. Sprachenspiele ergänzen den Unterricht. Ein Anschlusskurs ist vorgesehen.

Lehrbuch: New Headway Elementary

Beginn: Montag, ab 09.04.2018, 17.30 - 19 Uhr, 10 Termine

Ort: VHS Raum 1, Albinusstraße 24, Kursgebühr: 60,00 €,

Dozent: Ingrid Knoth



## Kurs-Nr.18A-481 „Französisch“

Die VHS Lauenburg bietet erneut einen Französischkurs für Anfänger an. Willkommen ist jeder, der diese schöne Sprache von Anfang an erlernen will oder seine vor sehr langer Zeit erworbenen Kenntnisse wieder auffrischen möchte. Der Kursus wird mit spielerischen Elementen aufgelockert und ist besonders auch für Senioren/Innen sowie Schüler/Innen geeignet. Ein Anschlusskurs ist vorgesehen.

Lehrbuch: On y va

Beginn: Donnerstag, ab 01.03.2018, 17.15 - 18.45 Uhr, 10 Termine

Ort: VHS Raum 1, Albinusstraße 24 Kursgebühr: 60,00 €,

Dozent: Ingrid Knoth



### **Fachbereich „Beruf“**

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Sie setzt an bei Kompetenzen wie der Lernfähigkeit, den Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen.

## Kurs-Nr.18A-521 „Xpert Business - Finanzbuchführung I - für Anfänger“

Zu den Kursinhalten gehören:

- \* Stellung der Finanzbuchführung innerhalb des betrieblichen Rechnungswesens
- \* Aufgaben der Finanzbuchführung
- \* Gesetzliche Buchführungs- und Aufzeichnungspflichten
- \* Inventurverfahren / Aufstellung des Inventars sowie der Bilanz
- \* Auflösung der Bilanz in Konten und Einrichtung der Bestandskonten
- \* Einfache und zusammengesetzte Buchungssätze
- \* Abschluss der Bestandskonten
- \* Organisation der Finanzbuchführung
- \* Aufbewahrungspflichten
- \* Grundsätze ordnungsgemäßer Buchführung
- \* Kontenrahmen und Kontenplan
- \* Erfolgskonten - Warenkonten - Privatkonten

\* Anschaffungsnebenkosten / Anschaffungskostenminderung

\* Kosten beim Warenverkauf

\* Weiterberechnete Nebenkosten und Erlösschmälerung

Unterlagen werden gestellt, ein Arbeitsbuch zum Preis von 23,00 € wird vom Dozenten besorgt.

Nach der Teilnahme an diesem und dem Folgemodul wird eine Prüfung angeboten (Prüfungsgebühr 60,00 Euro), nach der man ein Zertifikat erhält.

Beginn: Freitag, ab 09.02.2018, 18 - 21 Uhr, 12 Termine

Ort: VHS Raum 1, Albinusstraße 24, Kursgebühr: 144,00 €, Dozent: Gerfred Baller

### „Xpert Business - Lohn und Gehalt I - für Anfänger“

Jede/r Arbeitgeber/in hat für die Beschäftigten Lohnsteuern, Zuschlagsteuern und die gesetzlichen Sozialversicherungsbeiträge einzubehalten und an die entsprechenden Stellen abzuführen. Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Lohnsteuerklassen, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich.

Die in diesem Kurs erworbene Fachkompetenz bildet die Grundlage für das weiterführende Modul Lohn und Gehalt (2).

Inhalte: Grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung, Bruttoentgeltermittlung, manuelle Berechnung von gesetzlichen Abzugsbeträgen und Lohnkontenführung sowie das damit zusammenhängende Meldewesen.

Nach der Teilnahme an diesem und dem Folgemodul wird eine Prüfung angeboten (Prüfungsgebühr 60,00 Euro), nach der man ein Zertifikat erhält.

Kurs: 18A-522 / Termine: Samstag, ab 10.02.2018, 13 - 16 Uhr, 12 Termine

Veranstaltungsort: VHS 1 / Kursgebühr: 144,00 € / Dozent: Gerfred Baller

|  |    |
|--|----|
| Kurs-Nr.18A-101 „Seniorenachmittag“ .....  | 3  |
| Kurs-Nr.18A-1061 „Gehirnjogging für jedermann“ .....                                   | 3  |
| Kurs-Nr.18A-2081 „Gitarre Liedbegleitung Anfänger / Anfänger mit Vorkenntnissen“ ..... | 4  |
| Kurs-Nr.18A-2082 „Gitarre Liedbegleitung Mittelstufe“ .....                            | 4  |
| Kurs-Nr.18A-212 „Wir lesen "Herz aus Glas", .....                                      | 4  |
| Kurs-Nr.18A-2121 „Bogenbau in seiner ursprünglichen Form“ .....                        | 4  |
| Kurs-Nr.18A-213 „Theatergruppe“ .....  | 5  |
| Kurs-Nr.18A-251 „Landschaftsmalen wie Bob Ross - Ein Tag - ein Gemälde“ .....          | 5  |
| Kurs-Nr.18A-30101 „Autogenes Training“ .....   | 6  |
| Kurs-Nr.18A-30102 „Qigong“ .....   | 6  |
| Kurs-Nr.18A-30103 „Progressive Muskelentspannung (8x90min)“ .....                      | 6  |
| Kurs-Nr.18A-3101 „Power-Yoga“ .....  | 7  |
| Kurs-Nr.18A-3102 „Yoga für Jungebliebene“ .....  | 7  |
| Kurs-Nr.18A-3103 „Wohlfühltag für Frauen“ .....  | 7  |
| Kurs-Nr.18A-3104 „Reiki-Treffen“ .....   | 7  |
| Kurs-Nr.18A-3105 „Engel-Seminar“ .....   | 8  |
| Kurs-Nr.18A-311 „Hatha-Yoga“ .....   | 8  |
| Kurs-Nr.18A-323 „Fitness für Alle“ .....   | 8  |
| Kurs-Nr.18A-4021 „Chinesisch für Anfänger“ .....                                       | 9  |
| Kurs-Nr.18A461 „Englisch für Anfänger und Fortgeschrittene“ .....                      | 9  |
| Kurs-Nr.18A-481 „Französisch“ .....  | 10 |
| Kurs-Nr.18A-521 „Xpert Business - Finanzbuchführung I - für Anfänger“ .....            | 10 |



**Leitung: Andreas Püst, Berliner Str. 34, 21481 Lauenburg**  
**Postfach 1551, 21474 Lauenburg**  
**Tel.: 04153-5598780 / Fax: 04153-5598782**  
**Mail: [info@vhs-lauenburg.de](mailto:info@vhs-lauenburg.de) / [www.vhs-lauenburg.de](http://www.vhs-lauenburg.de)**  
**Geschäftszeiten: mittwochs 17-19 Uhr**  
**vom 15.08. bis 15.10. auch montags 12-13 Uhr**