

# SEPTEMBER OKTOBER 2026

vhs bewegt – Wo Ideen tanzen und Wissen wächst



## VORWORT

Liebe Leser\*innen,

ab der Ausgabe **September/Oktober 2026** erscheint ein Auszug aus dem Programm der vhs stuttgart als Leporello – kompakt, übersichtlich und alle zwei Monate aktuell. Damit möchten wir Ihnen einen regelmäßigen Einblick in die Vielfalt unserer Kurse und Veranstaltungen ermöglichen. Ob im TREFFPUNKT Rotebühlplatz, im Bildungshaus NeckarPark (BiNe), in den Stadtbezirken oder online: An der vhs stuttgart entdecken Sie täglich frische Angebote – vom neuen Hobby bis hin zur beruflichen Weiterbildung. Im September erwartet Sie mit dem vhs Kurstasting außerdem ein ganz besonderes Format: Für 20 Euro können Sie sich eine Woche lang durch 20 Schnupperangebote probieren. Mehr erfahren Sie unter [vhs-stuttgart.de/kurstasting](https://vhs-stuttgart.de/kurstasting).

Wir freuen uns auf Sie!  
Ihr vhs Team



**Jetzt probieren!**

**Das vhs Kurstasting**  
20 Euro, 20 Kurse, 1 Woche Bildung:  
Einmal zahlen, alles testen!  
14.–18.09.26



**Das vollständige Kursangebot finden Sie auf unserer Website!**  
[vhs-stuttgart.de](https://vhs-stuttgart.de)

Über die angegebenen Nummern (z. B. **262-XXXX**) finden Sie die Kurse direkt auf unserer Website.

## ANMELDUNG & INFORMATION

### Kontakt

Tel. +49 (0)711 1873-800  
E-Mail an [info@vhs-stuttgart.de](mailto:info@vhs-stuttgart.de)

**volkshochschule stuttgart**  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz  
Rotebühlplatz 28  
70173 Stuttgart

**volkshochschule stuttgart**  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)  
Lenore-Volz-Straße 23  
70372 Stuttgart, Bad Cannstatt



**volkshochschule stuttgart e.V.**  
Fritz-Elsas-Str. 46/48  
70174 Stuttgart

**Verantwortlich:**  
Dagmar Mikasch-Köthner,  
Direktorin der vhs stuttgart

Gefördert durch:

**STUTTGART** | 

### Follow us:

[facebook.com/vhsstuttgart](https://facebook.com/vhsstuttgart)

[instagram.com/vhs\\_stuttgart](https://instagram.com/vhs_stuttgart)

[linkedin.com/company/vhs-stuttgart](https://linkedin.com/company/vhs-stuttgart)

[@volkshochschulestuttgart5164](https://youtube.com/volkshochschulestuttgart5164)



Foto: Bernd Eidenmüller

Das gesamte Programm der „Langen Nacht der Demokratie“ finden Sie unter dem QR-Code:



### AUSZUG AUS DEM PROGRAMM WEITERE KURSE FINDEN SIE AUF UNSERER WEBSITE

**Mi 23.09. FEMALECONNECT: AUS DER UNTERDRÜCKUNG HERAUS NEUE RÄUME KREIEREN – WIR KÖNNEN ES VERÄNDERN AFTERWORK FÜR FRAUEN**  
**262-15710**, Mi 23.09.–Mi 30.09.26, 18:00–20:00 Uhr, 2-mal  
32,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

## GESELLSCHAFT, POLITIK & UMWELT

**Fr 02.10. LANGE NACHT DER DEMOKRATIE: ALLE STIMMEN FÜR DIE DEMOKRATIE! Mitsingkonzert mit Patrick Bopp und Marie Louise**  
**262-16225**, Fr 02.10.26, 17:30–19:00 Uhr, Eintritt frei  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

**Di 13.10. IMPULS VHS & BIBLIOTHEK: VORSORGE FÜRS ALTER**  
**262-18733**, Di 13.10.26, 19:15–20:30 Uhr, 4,00 €  
Stadtbibliothek Zuffenhausen

**Do 15.10. NEUGIERIG AUF STUTTGART: LICHT, FARBE, BOTSCHAFT – DIE KIRCHENFENSTER DER STIFTSKIRCHE**  
**262-18310**, Do 15.10.26, 15:00–16:00 Uhr, 12,00 € Gebühr und 5,00 € Spende für die Stiftskirche vor Ort  
Stiftskirche Stuttgart

**Mi 21.10. DAS MODELL DER „SOZIALEN MARKTWIRTSCHAFT“ IN THEORIE UND WIRKLICHKEIT**  
**262-14304**, Mi 21.10.26, 18:30–20:45 Uhr, 20,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

**Do 22.10. FREE-ENGAGEMENT GESPRÄCH: WIE KOOPERATION VEREINEN/ INITIATIVEN IM QUARTIER NUTZT**  
**262-19101**, Do 22.10.26, 18:00–20:00 Uhr, gebührenfrei  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

**Sa 24.10. WILDPFLANZEN – DIE VERKANNTEN HELDINNEN AM WEGESRAND Herbst – entdecken und sammeln, kochen und genießen**  
**262-17135**, Sa 24.10.26, 10:00–16:30 Uhr, 64,50 €  
vhs ökostation

### AUSZUG AUS DEM PROGRAMM WEITERE KURSE FINDEN SIE AUF UNSERER WEBSITE

**Fr 25.09. DISCOFOX Für Anfänger\*innen**  
**262-25680**, Fr 25.09.–Fr 16.10.26, 18:30–19:30 Uhr, 4-mal, 46,00 €  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)

**Mi 07.10. ERÖFFNUNG FILMFEST DER GENERATIONEN STUTTGART Cranko – Film und Gespräch**  
**262-29800**, Mi 07.10.26, 18:00–21:30 Uhr, Eintritt frei  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

**Mi 07.10. JAHRESZEITENLIEDER AUF DER GITARRE BEGLEITEN Für Anfänger\*innen mit und ohne Vorkenntnisse**  
**262-24226**, Mi 07.10.–Mi 09.12.26, 18:00–19:00 Uhr, 9-mal, 123,00 €  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)

**Fr 09.10. COMICWORKSHOP: EIGENE KLEINE COMICGESCHICHTEN ZEICHNEN**  
**262-27500**, Fr 09.10.26, 18:00–19:30 Uhr und  
Sa 10.10.26, 10:00–16:00 Uhr, 66,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

## KULTUR & KREATIVITÄT

### Fr 04.09.

**PREMIERE: Im Kühlschrank brennt noch Licht oder Lieben Sie Schlager? Tanztheater Katja Erdmann-Rajski**  
**261-20420**, Fr 04.09.2026, 20:00–21:15 Uhr, 20,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz  
Weitere Vorstellungen am  
Sa 05.09.26, 20:00–21:15 Uhr und  
So 06.09.26, 16:00–17:15 Uhr



Foto: Bernd Hentschel

**Do 22.10. GRUNDLAGEN DER KAMERATECHNIK**  
**262-29090**, Do 22.10.26, 17:00–21:00 Uhr, 46,00 €  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)

**Mo 26.10. HALF MOON BAG – SCHRITT FÜR SCHRITT NÄHEN**  
**262-28512**, Mo 26.10.–Fr 30.10.26, 17:00–20:00 Uhr, 5-mal, 167,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz



Foto: Vetrestudio

## GESUNDHEIT

### Mi 23.09.

**WEGE ZUM ERHOLSAMEN SCHLAF**  
Informationen, praktische Strategien und Entspannungsmethoden für einen besseren Schlaf  
**262-30610**, Mi 23.09.–Mi 21.10.26, 18:00–20:00 Uhr, 5-mal, 83,00 €

### AUSZUG AUS DEM PROGRAMM WEITERE KURSE FINDEN SIE AUF UNSERER WEBSITE

**Mo 21.09. LIVESTREAM: EARLY BIRD PILATES**  
**262-35650**, Mo 21.09.–Mo 19.10.26, 06:30–07:00 Uhr, 5-mal, 20,00 €  
Zoom

**Mo 21.09. WIRBELSÄULE TRAINIEREN – RÜCKEN STÄRKEN**  
**262-34300**, Mo 21.09.26–Mo 01.02.27, 11:00–12:00 Uhr, 17-mal, 137,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

**Mo 21.09. PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG**  
**262-31220**, Mo 21.09.–Mo 16.11.26, 19:30–20:30 Uhr, 8-mal, 67,00 €  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)

**Di 22.09. ZUMBA®**  
**262-36360**, Di 22.09.–Di 22.12.26, 20:20–21:20 Uhr, 13-mal, 108,00 €  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)

**Sa 26.09. HATHA YOGA**  
**262-31883**, Sa 26.09.–Sa 28.11.26, 11:15–12:15 Uhr, 8-mal, 67,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

**Do 01.10. BOWL FOR THE SOUL – KREATIVE POWER-BOWLS FÜR ALLTAG UND GUTE LAUNE**  
**262-38045**, Do 01.10.26, 17:30–21:30 Uhr, 54,00 €  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)

**Di 20.10. RESILIENZ STÄRKEN IN 8 WOCHEN**  
**262-37510**, Di 20.10.–Di 08.12.26, 18:00–19:30 Uhr, 8-mal, 164,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

AUSZUG AUS DEM PROGRAMM  
WEITERE KURSE FINDEN SIE AUF UNSERER WEBSITE

- Mi 09.09. SPANISCH ONLINE, A2 STUFE I A NUESTRO TIEMPO Y SIN PRISA (WEBSEMINAR)  
262-42300, Mi 09.09.–Mi 02.12.26, 19:00–20:30 Uhr, 12-mal, 172,00 €  
Zoom
- Sa 19.09. RUSSISCH A1, STUFE I INTENSIV AM SAMSTAG  
262-44670, Sa 19.09.–Sa 31.10.26, 10:00–14:00 Uhr, 5-mal, 179,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz
- Mo 05.10. FRANZÖSISCH A2, WIEDEREINSTIEG I  
262-45714, Mo 05.10.26–Mo 01.02.27, 18:00–19:30 Uhr, 15-mal, 150,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz
- Di 06.10. ENGLISCH A1, STUFE I  
262-40120, Di 06.10.–Di 15.12.26, 18:00–19:30 Uhr, 10-mal, 143,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz



DEUTSCH & INTEGRATION

- Mo 21.09. DEUTSCH  
Vormittagskurs C1.1  
262-61412, Mo 21.09.–Mo 16.11.26, 09:00-12:15 Uhr, 33-mal, 570,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

AUSZUG AUS DEM PROGRAMM  
WEITERE KURSE FINDEN SIE AUF UNSERER WEBSITE

- So 13.09. PRÜFUNGSVORBEREITUNG KOMPAKT TELC DEUTSCH C1 + C1 HOCHSCHULE (WEBSEMINAR)  
262-61566, So 13.09.26, 09:00–15:30 Uhr, 87,00 €  
Zoom
- Mo 14.09. DEUTSCH, ALPHABETISIERUNGSKURS MODUL 1  
262-60000, Mo 14.09.–Do 15.10.26, 09:00–13:00 Uhr, 20-mal, 458,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

DIGITALE KOMPETENZEN & BERUF

AUSZUG AUS DEM PROGRAMM  
WEITERE KURSE FINDEN SIE AUF UNSERER WEBSITE

- Di 01.09. PODCASTING, KOMPONIEREN, TRANSKRIBIEREN – MIT KI GANZ EINFACH! (WEBSEMINAR)  
261-91748, Di 01.09.–Di 08.09.26, 18:30–21:30 Uhr, 2-mal, 82,00 €  
Zoom
- Di 15.09. GOOGLE NOTEBOOKLM – EIN KI-ALLROUNDER FÜR IHR WISSENSMANAGEMENT (WEBSEMINAR)  
261-91754, Di 15.09.26, 18:00–21:45 Uhr, 52,00 €  
Zoom
- Do 17.09. FÜHRUNG AUF AUGENHÖHE – MENSCHEN MITNEHMEN  
261-96595, Do 17.09.26, 09:00–16:00 Uhr, 198,00 €  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)
- Sa 19.09. SORGEN SIE GUT FÜR SICH?!  
Wege zur achtsamen Selbstfürsorge (Kleingruppe)  
261-92395, Sa 19.09.26, 10:00–17:00 Uhr, 76,00 €  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)
- So 20.09. AUTHENTISCHE KOMMUNIKATION – ACHTSAM SPRECHEN UND ZUHÖREN  
261-92195, So 20.09.26, 10:00–17:00 Uhr, 44,00 €  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)



JUNGE VHS

- Do 15.10. KINDERKUNSTWERKSTATT BINE  
Herbstliche Kunst mit Aquarellfarben  
Für Kinder von 6 bis 10 Jahren  
262-11310, Do 15.10.26, 15:00-17:00 Uhr, 14,50 €  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)

AUSZUG AUS DEM PROGRAMM  
WEITERE KURSE FINDEN SIE AUF UNSERER WEBSITE

- Di 01.09. KOREANISCH A1, LERNE K-POP, K-DRAMEN FÜR DEIN KOREA-ABENTEUER!  
Für Schüler\*innen von 12 bis 17 Jahre  
261-48129, Di 01.09.–Do 10.09.26, 11:00–12:30 Uhr, 6-mal, 77,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz
- So 20.09. ERZÄHLT UNS DIE NATUR –  
Erzählwanderung im Höhenpark Killesberg  
Für Erwachsene und Familien mit Kindern ab 4 Jahren  
262-11110, So 20.09.26, 11:00–12:30 Uhr, 12,00 €  
Treffpunkt: Höhenpark Killesberg, Am Eingang zum Elizis-Jahrmarkt

VHS MACHT SCHULE

AUSZUG AUS DEM PROGRAMM  
WEITERE KURSE FINDEN SIE AUF UNSERER WEBSITE

- Mo 14.09. HAUPTSCHULABSCHLUSS JAHRESKURS 2026/2027 AM VORMITTAG  
262-82050, Mo 14.09.26–Fr 02.07.27, 09:00–11:30 Uhr, 1.200,00 €  
vhs-Zentrum Ost
- Mo 14.09. HAUPTSCHULABSCHLUSS JAHRESKURS 2026 / 2027 AM ABEND  
262-82060, Mo 14.09.26–Fr 02.07.27, 18:00–20:30 Uhr, 1.200,00 €  
vhs-Zentrum Ost
- Mi 14.09. REALSCHULABSCHLUSS JAHRESKURS 2026/2027 AM VORMITTAG  
Tageslehrgang zur Vorbereitung auf die staatlichen  
Abschlussprüfungen  
262-83010, Mo 14.09.26–Fr 02.07.27, 09:00–13:30 Uhr, 15-mal, 2.750,00 €  
vhs-Zentrum Ost

Do 15.10.

- KINDER MEHRSPRACHIG  
AUFWACHSEN LASSEN?  
262-49254, Do 15.10.2026, 17:30–19:00 Uhr, 15,00 €  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)



- Di 06.10. ITALIENISCH A2, STUFE I – L'ITALIA E L'ARTE  
Wie man Italienisch durch unser kulturelles Erbe lernt  
Für Anfänger\*innen mit geringen Vorkenntnissen  
In Kooperation mit der Stuttgarter Dante Gesellschaft e.V.  
262-46754, Di 06.10.26–Di 16.02.27, 19:40–21:10 Uhr, 15-mal, 150,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

- Fr 09.10. KOREANISCH A1, STUFE I  
Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse  
262-48174, Fr 09.10.26–Fr 22.01.27, 18:00–19:30 Uhr, 12-mal, 172,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

- Mo 14.09. DEUTSCH, B1 FÜR AKADEMIKER TEIL 1  
262-61702, Mo 14.09.26–Mo 18.11.26, 18:00–21:15 Uhr, 20-mal, 359,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

- Mi 16.09. DEUTSCH, ABENDKURS A1.1  
262-60252, Mi 16.09.–Mi 11.11.26, 18:00–21:15 Uhr, 25-mal, 458,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

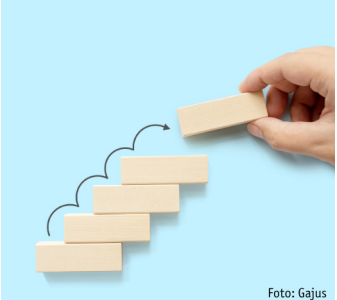
- Mo 21.09. DEUTSCH, VORMITTAGSKURS B2 INTENSIV  
262-61304, Mo 21.09.–Mo 21.12.26, 09:30–12:45 Uhr, 53-mal, 897,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

- Sa 26.09. MODUL 2: GRAMMATIKUPDATE – RUND UM DAS VERB  
262-61711, Sa 26.09.26, 09:30–12:45 Uhr, 47,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

- Di 20.10. WEGE MEIN DEUTSCH ZU VERBESSERN, MÜNDLICH  
262-61480, Di 20.10.–Di 22.12.26, 18:00–19:30 Uhr, 10-mal, 137,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

Di 27.10.

- LEHRGÄNGE MIT IHK-ABSCHLUSS:  
Fachwirt\*in im Gesundheits- und Sozialwesen  
262-94102, Di 27.10.26–Do 14.10.27, 18:00–21:00 Uhr, 3.870,00 €  
Online-Lehrgang



- Di 29.09. EFFIZIENTES ZEIT- UND SELBSTMANAGEMENT IM BÜROALLTAG  
Mehr Produktivität, weniger Stress (Webseminar)  
261-96390, Di 29.09.26, 14:00–17:00 Uhr, 98,00 €  
Zoom

- Sa 17.10. PSYCHOLOGIE AM ARBEITSPLATZ: RICHTIGE KOMMUNIKATION  
ZWISCHEN KOLLEG\*INNEN UND VORGESETZTEN  
262-96520, Sa 17.10.26, 09:00–16:00 Uhr, 213,00 €  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)

- Fr 25.09. GEMEINSAM ENTDECKEN – KREATIVE TECHNIK-ERLEBNISSE FÜR JUNG & ALT  
Bau und Programmierung von Robotern mit LEGO SPIKE™  
Tandem-Kurs für Oma oder Opa mit Enkelkind von Klasse 3 bis 5  
262-91552, Fr 25.09.26, 14:15–16:30 Uhr, 27,00 €  
Bildungshaus NeckarPark (BiNe)

- Mi 07.10. DEUTSCH LERNEN UND KUNST  
Für Kinder mit und ohne gute Deutschkenntnisse von 5 bis 10 Jahren  
262-11325, Mi 07.10.26, 15:00–17:00 Uhr, 5,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

- Mi 21.10. MEINE GEFÜHLE UND ICH – ECHTE FREUNDE!  
LöwenMut: Gefühle-Workshop für Kinder von 8 bis 12 Jahren  
262-13312, Mi 21.10.26, 16:00–17:30 Uhr, 19,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

- Sa 24.10. YOGA: STARK WIE EIN LÖWE, GELASSEN WIE EINE SCHILDKRÖTE,  
GROSS WIE EIN BERG  
Tandem-Kurs für eine\*n Erwachsene\*n mit Kind von 6 bis 10 Jahren  
262-33210, Sa 24.10.–Sa 07.11.26, 11:30–13:00 Uhr, 3-mal, 54,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz

Mi 09.09.

- WIE GELINGT DER WEG ZUM  
SCHULABSCHLUSS?  
Lass dich bei uns beraten!  
261-86302, Mi 09.09.26, 11:00–13:30 Uhr, gebührenfrei  
vhs-Zentrum Ost



- Mo 28.09. HAUPTSCHULABSCHLUSS MIT BERUFLICHER  
GRUNDQUALIFIZIERUNG  
Information, persönliche Beratung und Anmeldung unter  
Tel. 0711 1873-705  
262-82100D, Mo, 28.09.26–Fr 09.07.27, 09:00–13:30 Uhr,  
Gebührenfrei für Teilnehmer\*innen mit Bildungsgutschein der  
Agentur für Arbeit oder des Jobcenters  
vhs-Zentrum Ost

- Mo 26.10. MATHEMATIK: FIT FÜRS ABITUR 2027  
Powerkurs Leistungsfach, Herbstferien  
262-81300, Mo 26.10.–Do 29.10.26, 14:00–18:30 Uhr, 4-mal, 240,00 €  
TREFFPUNKT Rotebühlplatz