



01.05.2024	242-39190	Japanisch A2.2	242-5841	Gyrokinesis®	
	242-6090	NEU: Jüdisches Leben - ONLINE/SELBSTLERNKURS	242-5916	Sexy Lady – Tanz in deine Weiblichkeit	
02.05.2024	242-1515	10-Finger Computerschreiben für Schüler und Erwachsene	242-34561	NEU: English Conversation B2	
	242-38205	Italienisch A2 – ONLINE; ab Lektion 5/6	242-38032	Italienisch A1 – AnfängerInnen mit Vorkenntnissen	
	242-38807	NEU: Italienisch A1+ – Auffrischung	242-5424	Yoga für Kinder – 5 bis 12 Jahre	
	242-38823	NEU: Italienisch für Büffelmuffel A2+	242-5807	Zumba®	
	242-5708	New PILATES	242-5811	STRONG Nation®	
	242-5803	Bodystyling – Functional Fitness	242-6502	Offene Werkstatt Keramik	
03.05.2024	242-0802	NEU: Herztorte für Muttertag	242-0410	Zu Besuch bei Lerchen und Schmätzern	
	242-38004	NEU: Italienisch A1 – AnfängerInnen mit Vorkenntnissen	242-0531	Investieren in Aktien – Kompaktkurs – ONLINE	
	242-38015	Italienisch A1 – AnfängerInnen mit Vorkenntnissen	242-0810	NEU: Muttters Happy Day – Muffins kreativ gestalten (Kinder 8-12 Jahre)	
	242-46508	EI Club de Español B1 – ONLINE	242-6010	NEU: Der heilige Korbinian im Freisinger Dom und auf dem Weihenstephaner Berg	
	242-5404	Afterwork Qigong	242-6760	Buchbinden – Klebebindung	
	242-5412	Hatha Yoga – TriYoga Flows® Basics	242-0602	NEU: Golf-Schnupperkurs	
	242-6500	Offene Werkstatt Keramik	13.05.2024	242-0540	Testamente gestalten und Steuern sparen – ONLINE
	242-6722	Blumenwerkstatt für Kinder	242-2151	NEU: Digital Frauen: Social Media Basics:	
04.05.2024	242-0804	Kulinarische Reise durch den Punjab – Nordindien	242-38009	Sicher unterwegs auf Facebook, Instagram & Co	
	242-6000	Altstadtrundgang	242-5119	Italienisch A1 – AnfängerInnen mit Vorkenntnissen	
	242-6370	Kinder-Kunst-Atelier (in russischer Sprache)	242-5925	NEU: Fruchtbarkeit – Kinderwunsch – Schwangerschaft & Stillzeit – Vortrag	
	242-6750	NEU: Glasperlen selber drehen – Unikatschmuck	242-6503	Klassisches Ballett für Fortgeschrittene	
06.05.2024	242-0402	NEU: Gesunder Wald? – mit kulinarischem Blick auf Nadelbäume	242-0530	Offene Werkstatt Keramik	
	242-0511	Strom sparen und Solarstrom selbst erzeugen – ONLINE	242-5006	Patientenvorsorge – ein Thema, das jeden betrifft!	
	242-2581	Office Kompakt – ONLINE/SELBSTLERNKURS	242-6100	Reiki – Treffen	
	242-38010	Italienisch A1 – AnfängerInnen mit Vorkenntnissen	242-6100	Literatursprechkreis	
	242-38211	Italienisch A2; ab Lektion 7	15.05.2024	242-0191	NEU: Demokratie im Gespräch: Desinformation im europäischen Wahlkampf – ONLINE
	242-38426	Italienisch B2; ab Lektion 4/5	242-0513	NEU: Mit Sonne Rechnen – ONLINE	
	242-5102	SchmerzFREI bewegen mit alltagstauglichen Übungen	242-0710	Nähen für AnfängerInnen	
	242-5817	Bodystyling – straffen & stärken – HYBRID	242-5120	NEU: ADHS bei Erwachsenen- Meme oder Behinderung? – Vortrag	
	242-5902	Linedance	242-5301	KlangRund: Singen – einfach mehr Klang, Freude und Tiefe erleben	
	242-5905	Linedance	242-6720	Ikebana für AnfängerInnen und Fortgeschrittene	
	242-6501	Offene Werkstatt Keramik	242-0720	Nähkurs für Kinder (7 – 11 Jahre) ohne Vorkenntnisse, Turnbeutel	
07.05.2024	242-0405	Der Igel – Tier des Jahres 2024	242-0825	NEU: Vegane Schmankerl für den Biergarten	
	242-1604	NEU: Resilienz Now! – ONLINE	242-38260	NEU: Italienisch A2/B1 – Lektüre und Sprachtraining	
	242-36212	Französisch A2	242-6200	Fotostammtisch	
	242-5107	Medizin Dialog: Ethische Aspekte bei der Patientenversorgung	242-0830	NEU: Asiatische Küche – neue Gerichte	
	242-5110	Der Beckenboden	242-6230	Fotowalk durch Freising mit kleiner Ausrüstung	
	242-5416	Kundalini Yoga – pure Lebensenergie und tiefe Verbindung	242-6504	Offene Werkstatt Keramik	
	242-5440	Tai Chi für AnfängerInnen	18.05.2024	242-1311	Körpersprachetraining mit Pferden – Workshop
	242-5910	West Coast Swing	242-6001	Altstadtrundgang	
	242-6810	NEU: Der besondere Film: „Perfekt Days“	242-6300	Portrait zeichnen	
08.05.2024	242-2101	NEU: Silver Surfer – Navigation und Möglichkeiten mit Google Maps	21.05.2024	242-38127	NEU: Italienisch für AnfängerInnen – Intensivkurs in den Pfingstferien
	242-2301	Einzelgesprächstunde rund um Computer, Internet, Smartphone und Co.	242-5611	„Ich wäre gerne mehr wie eine Teflon-Pfanne...“	
	242-36003	NEU: Französisch A1 für AnfängerInnen	25.05.2024	242-6020	Der heilige Korbinian in Weihenstephan
	242-38001	NEU: Italienisch A1 – AnfängerInnen	27.05.2024	242-2201	NEU: Digitale Kommunikation für digitale Einsteiger – ONLINE
	242-38030	Italienisch A1 – AnfängerInnen mit Vorkenntnissen	28.05.2024	242-0212	Endlich Ordnung im Kleiderschrank
	242-38215	Italienisch A2; ab Lektion 9	242-5710	242-5710	Outdoorfitness unter dem positiven Einfluss der Natur
	242-38360	Italienisch B1 – Lingua, societa, cultura e storia	29.05.2024	242-0161	NEU: Europa & Du:
	242-38802	NEU: Italienisch A1 – AnfängerInnen und WiedereinsteigerInnen			Alltagswissen zur Mitgestaltung der EU – ONLINE
	242-38830	NEU: Italienisch aus dem Leben A2/B1			
	242-46005	NEU: Spanisch A1 – AnfängerInnen			
	242-5114	NEU: Genieße deine Weiblichkeit			
	242-5408	Qi Gong am Morgen – Gelassen den Tag beginnen			
	242-5506	Kinder Capoeira – 6 bis 10 Jahre			
	242-5512	Capoeira für Jugendliche und Erwachsene – ab 14 Jahre			
	242-5721	Rücken & Faszieng Fit – HYBRID			
	242-5731	Fit 60+			
	242-5827	Shape your Body – HYBRID			

**SEEMANN TRIFFT SEHFRAU.**

Wir lassen dich **#meer** mehr sehen.  
der-brillenmacher.com

DER BRILLENMACHER  
Obere Hauptstr. 13  
85354 Freising  
Tel. 08161 – 92 06 1

f @



Tel. 08161/143878

**RADL RUHLAND**

Vöttinger Straße 17 · 85354 Freising

www.radl-ruhlund.de



**Sehr gerne unterstützen wir die VHS Freising.**

Weil's um mehr als Geld geht.

**Sparkasse Freising Moosburg**

