



Neues Volkshochschul-Programm



Liebe Kursinteressierte,
liebe Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer!

Mein Name ist **Sofie Kopita** und seit Kurzem darf ich die Leitung der Volkshochschule Waidhofen an der Thaya innehaben. Ich freue mich sehr auf diese neue Aufgabe und darauf, gemeinsam mit unseren engagierten Kursleiterinnen und Kursleitern ein abwechslungsreiches Programm für Jung und Alt zu gestalten.

Auch in diesem Semester erwarten Sie wieder bereits bekannte Angebote und neue Kurse. Es freut mich besonders, dass wir dabei verschiedene Interessen und Altersgruppen ansprechen können – von Bewegung und Gesundheit über Kreativität bis hin zu Angeboten für Kinder und Jugendliche.

Gerade in der kalten Jahreszeit bietet sich die Möglichkeit, sich bewusst Zeit für sich selbst zu nehmen, Neues

auszuprobieren und gemeinsam mit anderen aktiv zu sein. Ob Sie etwas für Ihre Gesundheit tun, Ihre Kreativität entdecken oder einfach einmal etwas Neues kennenlernen möchten – ich hoffe, dass Sie im aktuellen Programm das passende Angebot für sich finden.

Die Volkshochschule soll ein Ort sein, an dem Lernen Freude macht, Begegnungen entstehen und man mit neuen Ideen und Erfahrungen nach Hause geht.

Ich wünsche allen Teilnehmenden viel Freude beim Stöbern und Ausprobieren, spannende Begegnungen und eine schöne gemeinsame Zeit.

Sofie Kopita

Ihre Volkshochschulleiterin
Sofie Kopita



Kursübersicht Wintersemester 2026/2027

Gesundheitsgymnastik (GG) nach Mößler-Taubert	ab 15. September 2026 für 10 Vormittage	9.00 – 10.00 Uhr
Klangwichtel: Musizieren für 1,5- bis 3-jährige Kinder		
in Begleitung einer Vertrauensperson	ab 4. November 2026	8.50 – 9.30 Uhr
Klangwichtel: Musizieren für 0- bis 1,5-jährige Kinder		
in Begleitung einer Vertrauensperson	ab 4. November 2026	9.45 – 10.15 Uhr
Pilates mit Faszienstimulation – Basic I	ab 10. November 2026 für 6 Abende	19.00 – 20.00 Uhr
Pilates mit Faszienstimulation – Basic II	ab 11. November 2026 für 6 Abende	18.00 – 19.00 Uhr
Zwirnknöpfe für Anfänger	19. November 2026	17.00 – 20.00 Uhr
Mit Pflanzenkraft durch die kalte Jahreszeit – die natürliche Familienhausapotheke	20. November 2026	16.00 – 18.00 Uhr
Weihnachtskarten „WINTERLICH ABSTRAKT“	27. November 2026	15.00 – 17.30 Uhr
Aquarellmalen „WINTERLICH FLORAL“	15. Jänner 2027	15.00 – 17.30 Uhr
Chakra Power – entdecke deine Superkräfte!		
12 bis 16 Jahre mit Begleitperson	21. Jänner 2027	16.00 – 18.00 Uhr
Aquarellmalen „FRÜHLINGSERWACHEN“	19. Februar 2027	15.00 – 17.30 Uhr



Gesundheitsgymnastik nach Mößler-Taubert

Die Gesundheitsgymnastik (GG) nach Mößler-Taubert versteht sich nicht als Therapie im medizinischen Sinn. Es geht vielmehr um das Üben, Spüren und geduldige Erlernen einer optimalen Körperhaltung, um Beschwerden des Bewegungsapparates vorzubeugen oder zu lindern.

Kursbeginn: Dienstag, 15. September 2026
9.00 bis 10.00 Uhr

Leiterin: Therese HAUSMANN

Ort: Kulturschlössl, Ballettsaal

Beitrag: 65 Euro für 10 Vormittage

Überweisung an Stadtgemeinde Waidhofen

IBAN: AT09 2027 2083 0000 1107

Verwendungszweck: VHS Gesundheitsgymnastik

Mitzubringen: Gymnastikmatte, bequeme Kleidung (Naturfaser), Trinkflasche

🕒 **Mindestens 10, maximal 12 Teilnehmende!**

Pilates mit Faszienstimulation Basic I

Bring deinen Körper sanft in Form und löse Spannungen von innen heraus. In diesem Kurs verbinden wir die kontrollierten, kräftigenden Übungen des Pilates mit effektiven Faszien-Methoden für mehr Elastizität, Stabilität und Leichtigkeit. Erlebe ein Training, das dich aufrichtet, mobilisiert und gleichzeitig entspannt. Für alle geeignet, die sich beweglicher, stärker und ausgeglichener fühlen möchten.

Kursbeginn: Dienstag, 10. November 2026
19.00 bis 20.00 Uhr

Leiterin: Ilse BÖHM, Professional Instructor

Ort: Kindergarten I, Bewegungsraum (Kindergartenstraße 1)

Beitrag: 47 Euro für 6 Abende

Barzahlung beim 1. Termin

Mitzubringen: Gymnastikmatte und gute Laune

🕒 **Mindestens 10 Teilnehmende!**

Pilates mit Faszienstimulation Basic II

Wir trainieren mit verschiedenen Geräten, wie etwa der Faszienrolle. Dabei geht es um Faszienentspannung und Bindegewebsstärkung. Faszien, unser größtes Sinnesorgan, bilden das Netzwerk, das unseren Körper formt. Ziel des Trainings ist es, die Elastizität und Beweglichkeit der Faszien zu verbessern und den gesamten Körper zu kräftigen.

Kursbeginn: Mittwoch, 11. November 2026
18.00 bis 19.00 Uhr

Leiterin: Ilse BÖHM, Professional Instructor

Ort: Kindergarten I, Bewegungsraum (Kindergartenstraße 1)

Beitrag: 47 Euro für 6 Abende

Barzahlung beim 1. Termin

Mitzubringen: Gymnastikmatte und gute Laune

🕒 **Mindestens 10 Teilnehmende!**

Mit Pflanzenkraft durch die kalte Jahreszeit – die natürliche Familienhausapotheke

Der Hals kratzt, die Taschentuchbox ist fast leer und du fragst dich, wie du dein Kind sanft und natürlich im Alltag begleiten kannst? In diesem Workshop lernst du ausgewählte Pflanzenöle & Hydrolate kennen und erfährst, wie du sie sicher und kindgerecht einsetzen kannst. Gemeinsam mischen wir ein Körperöl und einen Riechstift zum Mitnehmen nach Hause.

Kurstag: Freitag, 20. November 2026
16.00 bis 18.00 Uhr

Leiterin: Julia HAHN

Ort: Rathaus, Ebene 5

Beitrag: 45 Euro (inkl. Material & digitalem Skript)

Überweisung an Stadtgemeinde Waidhofen

IBAN: AT09 2027 2083 0000 1107

Verwendungszweck: VHS Familienhausapotheke

🕒 **Mindestens 6, maximal 12 Teilnehmende!**

Klangwichtel: Musizieren für Kinder von 0 bis 3 Jahren in Begleitung einer Vertrauensperson

Singen, Tanzen, Lachen und noch viele andere Sachen. Wer will mit mir erleben, sich den Klängen hinzugeben? Bist du zwischen 0 und 3, dann komm doch geschwind herbei. Nimm die Mama an der Hand und komm mit ins Liederland. Auch mit dem Papa darfst du gern kommen, er wird mit Freuden aufgenommen. Mal laut, mal leise, so wird es sein, mit Trommel und Rassel bringt ihr euch selber ein. Ganz viel Spaß, sich gut entfalten, profitieren vom Musizieren. Vergiss nicht Matte und dicke Socken, so können wir viel besser rocken. Ich freu mich auf dich, kann es kaum erwarten, dich zu begrüßen im Musikgarten (Kursformat nach dem Konzept „Musikgarten“).

FÜR KINDER VON 1,5 BIS 3 JAHREN

Kursbeginn: Mittwoch, 4. November 2026
8.50 bis 9.30 Uhr

Leiterin: Melanie PAZOUR

Ort: Jugendberatungsstelle, Niederleuthnerstraße 6

Beitrag: 56 Euro für 5 Vormittage

Überweisung an Stadtgemeinde Waidhofen

IBAN: AT09 2027 2083 0000 1107

Verwendungszweck: VHS Klangwichtel I

Mitzubringen: Hausschuhe/Socken, Polster oder Decke zum Sitzen

🕒 **Mindestens 5, maximal 8 Teilnehmende!**



FÜR KINDER VON 0 BIS 1,5 JAHREN

Kursbeginn: Mittwoch, 4. November 2026
9.45 bis 10.15 Uhr

Leiterin: Melanie PAZOUR

Ort: Jugendberatungsstelle,
Niederleuthnerstraße 6

Beitrag: 51 Euro für 5 Vormittage
Überweisung an Stadtgemeinde Waidhofen
IBAN: AT09 2027 2083 0000 1107
Verwendungszweck: VHS Klangwichtel II

Mitzubringen: Hausschuhe/Socken, Polster
oder Decke zum Sitzen

🕒 **Mindestens 5, maximal 8 Teilnehmende!**

Chakra Power –**12 bis 16 Jahre mit Begleitperson**

Entdecke die sieben Chakren und finde heraus, was in dir steckt – von Selbstvertrauen und Mut bis hin zu Kreativität, Intuition und innerer Stärke. In interaktiven Übungen und kleinen Achtsamkeitsmomenten lernst du dich selbst und deine ganz persönlichen „Superkräfte“ besser kennen.

Kurstag: Donnerstag, 21. Jänner 2027
16.00 bis 18.00 Uhr

Leiterin: Birgit BRUCKNER

Ort: Rathaus, Ebene 5

Beitrag: 22 Euro (inkl. Arbeitsmappe)
Barzahlung beim Kurs

🕒 **Mindestens 5, maximal 10 Teilnehmende!**

**Zwirnknöpfe
für Anfänger**

Ob groß, ob klein, jeder Knopf soll ein Hingucker sein. Auch du kannst diese alte Handarbeitstechnik erlernen und erleben. Du erschaffst dein eigenes kleines Schmuckstück, in bunten Farben und vielen Mustern. Als Geschenk, eine Brosche, oder auf der Dirndlbluse, jeder Zwirnknopf ist ein Unikat.

Kurstag: Donnerstag, 19. November 2026
17.00 bis 20.00 Uhr

Leiterin: Jacqueline PAHR

Ort: Rathaus, Ebene 5

Beitrag: 50 Euro (inkl. Materialien)
Überweisung an Stadtgemeinde Waidhofen
IBAN: AT09 2027 2083 0000 1107
Verwendungszweck: VHS Zwirnknöpfe

Mitzubringen: Brille bzw. Lesehilfe, wenn benötigt
🕒 **Mindestens 4, maximal 10 Teilnehmende!**

**Weihnachtskarten****„WINTERLICH ABSTRAKT“**

Im Mittelpunkt steht das kreative Gestalten von winterlichen Weihnachtskarten mit Aquarellfarben. Wir probieren einfache Techniken aus und lassen dabei stimmungsvolle kleine Weihnachtsmotive entstehen. Musik unterstützt uns beim Loslassen und weckt den kreativen Geist. Dabei werden die Grundlagen der Aquarellmalerei vorgezeigt und erklärt. Alle Teilnehmenden nehmen drei selbst gestaltete A6-Karten mit nach Hause – zum Verschicken, Verschenken oder Einrahmen.

Kurstag: Freitag, 27. November 2026
15.00 bis 17.30 Uhr

Leiterin: Tanja WAGLECHNER und Anna HELMREICH

Ort: Jugendberatungsstelle,
Niederleuthnerstraße 6

Beitrag: 50 Euro (inkl. Materialien)
Überweisung an Stadtgemeinde Waidhofen
IBAN: AT09 2027 2083 0000 1107
**Verwendungszweck: VHS Aquarellmalen
Weihnachtskarten**

Mitzubringen: Dicke Socken oder Hausschuhe
🕒 **Mindestens 8, maximal 14 Teilnehmende!**

Aquarellmalen

Im Mittelpunkt steht das Einlassen auf die Eigendynamik von Wasser, Farbe und Form. Musik unterstützt uns beim Loslassen und weckt den kreativen Geist. Dabei werden die Grundlagen der Aquarellmalerei vorgezeigt und erklärt. Alle Teilnehmenden bekommen ein Lieblingsbild in einem Passepartout-Rahmen mit nach Hause.

„WINTERLICH FLORAL“

Kurstag: Freitag, 15. Jänner 2027
15.00 bis 17.30 Uhr

Leiterin: Tanja WAGLECHNER und Anna HELMREICH

Ort: Jugendberatungsstelle,
Niederleuthnerstraße 6

Beitrag: 50 Euro (inkl. Materialien)
Überweisung an Stadtgemeinde Waidhofen
IBAN: AT09 2027 2083 0000 1107
Verwendungszweck: VHS Aquarellmalen Floral

Mitzubringen: Dicke Socken oder Hausschuhe
🕒 **Mindestens 8, maximal 14 Teilnehmende!**

„FRÜHLINGSERWACHEN“

Kurstag: Freitag, 19. Februar 2027
15.00 bis 17.30 Uhr

Leiterin: Tanja WAGLECHNER und Anna HELMREICH

Ort: Jugendberatungsstelle,
Niederleuthnerstraße 6

Beitrag: 50 Euro (inkl. Materialien)
Überweisung an Stadtgemeinde Waidhofen
IBAN: AT09 2027 2083 0000 1107
**Verwendungszweck: VHS Aquarellmalen
Frühlingserwachen**

Mitzubringen: Dicke Socken oder Hausschuhe
🕒 **Mindestens 8, maximal 14 Teilnehmende!**





Meine Erfolgshochschule – Volkshochschule Waidhofen an der Thaya Nehmen Sie unser Angebot in Anspruch, denn Bildung schafft Wissen und Vorsprung!

Die VHS Waidhofen an der Thaya ist ein vom Land NÖ anerkannter qualifizierter Bildungsträger. Kursteilnehmer können die NÖ Bildungsförderung in Anspruch nehmen.

Förderrichtlinien finden Sie unter:

https://www.noel.gv.at/noe/Arbeitsmarkt/Foerderung_noeBildungsfoerderung.html

Anträge können direkt unter diesem Link beim Land NÖ gestellt werden.

Organisatorische Infos und Anmeldebedingungen

Anmeldungen: Schriftlich oder per E-Mail bis spätestens fünf Tage vor Kursbeginn an: Volkshochschule Waidhofen an der Thaya, Hauptplatz 1, 3830 Waidhofen an der Thaya, E: volkshochschule@waidhofen-thaya.gv.at oder www.waidhofen-thaya.at/vhs. Telefonische Vorreservierung unter 02842 / 503-14. Anmeldungen gelten als verbindlich.

Abmeldungen: Stornierungen bis spätestens fünf Tage vor Kursbeginn sind kostenlos. Bei Abmeldung innerhalb von fünf Tagen vor Kursbeginn werden 50 % der Kursgebühr als Stornogebühr verrechnet. Bei Rücktritt am Kurstag oder bei einer Nichtteilnahme ohne Abmeldung wird die volle Kursgebühr fällig. Abmeldungen bitte schriftlich an die Volkshochschule. Sie haben die Möglichkeit, eine Ersatzperson für die Kursteilnahme zu nennen.

Kursbeitrag: siehe Kursbeschreibung

Teilnehmeranzahl: Die Mindest- und Maximalteilnehmerzahl ist bei jedem Kurs angeführt. Bei zu geringer Teilnehmerzahl kann ein Kurs nicht durchgeführt werden, allenfalls nur bei Kostenübernahme durch die Teilnehmenden.

Unterrichtszeiten: Eine Unterrichtseinheit dauert, sofern nicht anders angegeben, 45 Minuten.

Haftung: Die VHS Waidhofen an der Thaya haftet nicht für den Verlust von Kleidungsstücken, Wertgegenständen, Fahrrädern usw. Für Unfälle und sonstige Schäden während der Veranstaltung sowie auf den Wegen zu und von den Unterrichtsorten wird keine Haftung übernommen.

Änderungen: Die VHS behält sich das Recht vor, notwendige Programmänderungen vorzunehmen.

Facebook: [/vhs.waidhofen.thaya](https://www.facebook.com/vhs.waidhofen.thaya)

...einfach
anmelden!



Per E-Mail:

volkshochschule@waidhofen-thaya.gv.at

Per Post:

Volkshochschule, Hauptplatz 1,
3830 Waidhofen an der Thaya
(oder im Rathaus abgeben)

Per Telefon:

02842 / 503-14



... einfach
inserieren!



HIER
könnte Ihre
Werbung gelesen
werden!

Mit 4.200 Stück Auflage erreicht Ihre Einschaltung jeden Haushalt in der Stadtgemeinde Waidhofen.

Werbung, die ankommt!

Alle Infos unter www.waidhofen-thaya.at/mediadaten oder einfach den QR-Code scannen.

