

summer card 2019

08

Mit der VHS summercard
um € 39,- besuchen Sie alle
summercard-Kurse zum
halben Preis!



ALLE KURSE IM AUGUST

SPRACHEN

ARABISCH

Arabisch A1

für AnfängerInnen ohne Vorkenntnisse

534600	Saedaddin Maha	€ 86,40
19. Aug–4. Sep / Mo, Mi 09:00–11:00 12 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

BOSNISCH

Bosnisch - Kroatisch - Serbisch A2+ intensiv

18sd0003		€ 86,40
6.–27. Aug / Di, Do 18:00–20:00 12 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS polycollege Johannagasse		

CHINESISCH

Chinesisch A1+ intensiv

18sd0024	Mag. ^a Schützenhofer Yan	€ 64,80
5.–16. Aug / Mo, Mi, Fr 17:30–19:00 9 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS polycollege Johannagasse		

Chinesisch A1

für die Reise

53464100	Mag. ^a Schützenhofer Yan	€ 86,40
5.–21. Aug / Mo, Mi 18:00–20:00 12 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

DÄNISCH

Dänisch A1

für AnfängerInnen ohne Vorkenntnisse

53465400	Mouritzen Kenn	€ 86,40
26. Aug–4. Sep / Mo, Mi 17:00–20:00 12 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

ENGLISCH

Englisch B1

Refresher Course

10427655	Schwarzenberger Brigitta	€ 86,40
1. Aug–12. Sep / Do 09:00–11:00 12 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Englisch B1+ intensiv

10423617	Kendall Thomas	€ 86,40
1.–22. Aug / Di, Do 17:00–19:00 12 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Englisch A2 intensiv

10423612	Kendall Thomas	€ 86,40
5.–21. Aug / Mo, Mi 10:30–12:30 12 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Englisch B1/B1+

British and American Short Stories

10423603	Schwarzenberger Brigitta	€ 57,60
6.–27. Aug / Di 09:30–11:30 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Englisch A2/B1 für Gesundheits- und Pflegeberufe

18sd0007		€ 129,60
2. Aug–6. Sep / Fr 18:00–21:00 18 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS polycollege Johannagasse		

Englisch A2+ intensiv

18sd0006		€ 72,00
7.–28. Aug / Mi 09:00–11:30 10 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS polycollege Johannagasse		

Englisch A2/B1 Konversation

55133000	Moga Abalasei Andra	€ 54,00
21. Aug–18. Sep / Mi 18:00–19:30 7,5 UE / 5 x / 6–15 TN		
VHS Alsergrund		

Englisch B1 - Business English

für den Beruf

55133010	Stein David, MSc	€ 78,00
22. Aug–19. Sep / Do 18:00–20:00 10 UE / 5 x / 6–15 TN		
VHS Alsergrund		

Englisch A1+/A2

10.1110.01.105	Simon Andreas	€ 57,60
7.–28. Aug / Mi 16:00–18:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Favoriten		

Englisch A1

10.1110.01.104		€ 86,40
9. Aug–13. Sep / Fr 10:00–12:00 12 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS Favoriten		

Englisch A1

10.1110.01.209	Mag. ^a Arifeen Julia	€ 86,40
19. Aug–4. Sep / Mo, Mi 18:00–20:00 12 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS Favoriten		

Englisch (ab) B1 Konversation

19SGG208	Mag. ^a Hruđa Lisa	€ 86,40
14. Aug–4. Sep / Mi 18:30–20:30 8 UE / 4 x / 4–5 TN		
VHS Simmering		

Englisch A2/B1

Let's play English!

534242	Johnen Azendga	€ 57,60
1.–29. Aug / Do 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Englisch A2/B1

Improve your grammar

534201	Johnen Azendga	€ 57,60
7.–28. Aug / Mi 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Englisch A1 intensiv - für die Reise

10421819	Helwein Christian	€ 43,20
5.–7. Aug / Mo, Di, Mi 09:30–11:30 6 UE / 3 x / 6–15 TN		
VHS Penzing		

Englisch A1+/A2

Let's start talking

10426251	Schramböck Michaela	€ 86,40
21. Aug–16. Sep / Mo, Mi 09:00–10:30 12 UE / 8 x / 6–15 TN		
VHS Hernals		

Englisch B2

Conversation and grammar on demand

10426284	Schramböck Michaela	€ 86,40
21. Aug–16. Sep / Mo, Mi 10:30–12:00 12 UE / 8 x / 6–15 TN		
VHS Hernals		

Englisch A2/A2+ Konversation

S1264	Schwarzenberger Brigitta	€ 57,60
7.–28. Aug / Mi 09:00–11:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Brigittenau		

Englisch B1/B1+ intensiv

für den Beruf

A4241s	Kendall Thomas	€ 70,20
7.–21. Aug / Mi 18:00–21:00 9 UE / 3 x / 6–15 TN		
VHS Floridsdorf		

Englisch B1/B2 Refresher

A4264s	Mag. ^a Koleff Inge-Anna	€ 14,40
21. Aug / Mi 18:00–20:00 2 UE / 1 x / 6–15 TN		
VHS Floridsdorf		

Englisch A1++/A2 intensiv

Auffrischkurs

A4211s	Mgr. Mazariova Gabriela	€ 86,40
28. Aug–18. Sep / Mi 18:00–21:00 12 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Floridsdorf		

Englisch A1+ intensiv

88422 B	MBA van Schalkwyk Elaine Marlene	€ 216,00
5.–26. Aug / Mo, Di, Mi, Do 09:00–11:30 30 UE / 12 x / 6–10 TN		
VHS Donaustadt		

Englisch A2+/B1 für Jugendliche (15-18 Jahre)

Schwerpunkt Konversation

88462 B	Mag. ^a Rodriguez Marcial Judith	€ 54,00
5.–9. Aug / Mo, Di, Mi, Do, Fr 09:00–10:30 7,5 UE / 5 x / 6–12 TN		
VHS Donaustadt		

Englisch B1+ für Jugendliche (15-18 Jahre)

Schwerpunkt Konversation

88463 B	Mag. ^a Rodriguez Marcial Judith	€ 86,40
5.–28. Aug / Mo, Mi 17:00–18:30 12 UE / 8 x / 6–15 TN		
VHS Donaustadt		

Englisch A2

88428 B		€ 43,20
6.–27. Aug / Di 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Donaustadt		

Englisch B1

88442 B		€ 43,20
6.–27. Aug / Di 19:30–21:00 6 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Donaustadt		

FRANZÖSISCH

Französisch A1

10426772	De Faÿ Veronique	€ 57,60
5.–26. Aug / Mo 14:00–16:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Mariahilf		

Französisch A2/B1 Konversation

55134101	Strebl-Jouet Florence	€ 43,20
26. Aug–16. Sep / Mo 18:30–20:00 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Alsergrund		

Französisch B1/B2 Konversation

55134102	Strebl-Jouet Florence	€ 43,20
27. Aug–17. Sep / Di 17:30–19:00 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Alsergrund		

Französisch A2

10.1150.01.106	Mag.phil. Ebner Nathalie	€ 57,60
8. Aug–5. Sep / Do 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Favoriten		

Französisch A1

10.1150.01.104 Garmy Olivier, BA € 57,60
22. Aug–12. Sep / Do 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Favoriten

Französisch A1+/A2 Sprachenfrühstück

10426285 Lenoble Martine € 86,40
22. Aug–17. Sep / Di, Do 09:00–10:30 12 UE / 8 x / 6–15 TN
VHS Hernalers

Französisch B1/B2 Sprachenfrühstück

10426286 Lenoble Martine € 86,40
22. Aug–17. Sep / Di, Do 10:30–12:00 12 UE / 8 x / 6–15 TN
VHS Hernalers

Französisch A1+

A4311s Dubois Christine € 57,60
21. Aug–11. Sep / Mi 09:00–11:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Floridsdorf

Französisch A2/B1

Spielerisch lernen mit kurzen Filmausschnitten

A4321s Dubois Christine € 43,20
28. Aug–11. Sep / Mi 19:00–21:00 6 UE / 3 x / 6–15 TN
VHS Floridsdorf

Französisch A2 /A2+ intensiv

Auffrischung mit Schwerpunkt Aussprache

A4322s Dubois Christine € 64,80
29. Aug–12. Sep / Do 18:00–21:00 9 UE / 3 x / 6–15 TN
VHS Floridsdorf

Französisch A2

88486 B Rupp Marthe € 43,20
5.–26. Aug / Mo 19:30–21:00 6 UE / 4 x / 6–12 TN
VHS Donaustadt

Französisch B1+

88498 B Rupp Marthe € 43,20
5.–26. Aug / Mo 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–12 TN
VHS Donaustadt

Französisch A2

Auffrischung & Wiedereinstieg

88490 B Rupp Marthe € 57,60
6.–27. Aug / Di 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 6–12 TN
VHS Donaustadt

Französisch B1

88494 B Rupp Marthe € 43,20
14.–28. Aug / Mi 18:00–20:00 6 UE / 3 x / 6–12 TN
VHS Donaustadt

Französisch A1++

88478 B Rupp Marthe € 43,20
22.–29. Aug / Do 18:00–21:00 6 UE / 2 x / 6–12 TN
VHS Donaustadt

GEBÄRDENSPRACHE

Gebärdensprache A1+

für AnfängerInnen mit geringen Vorkenntnissen

534940 Quba Michaela € 57,60
7.–28. Aug / Mi 10:00–12:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Meidling

GRIECHISCH

Griechisch A1+/A2

10.1170.02.103 Gialamatzaki Sevasti € 57,60
22. Aug–12. Sep / Do 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Favoriten

Griechisch B1/B2 intensiv - Auffrischung

10421470 Vounelakos Ilias € 43,20
12.–14. Aug / Mo, Di, Mi 16:00–18:00 6 UE / 3 x / 6–15 TN
VHS Penzing

Griechisch C1 intensiv - Auffrischung

10421476 Vounelakos Ilias € 43,20
26.–28. Aug / Mo, Di, Mi 16:00–18:00 6 UE / 3 x / 6–15 TN
VHS Penzing

Griechisch C2 intensiv - Auffrischung

10421479 Vounelakos Ilias € 43,20
28.–29. Aug / Mi, Do 18:00–21:00 6 UE / 2 x / 6–15 TN
VHS Penzing

ISLÄNDISCH

Isländisch A1 intensiv

10433996 Hjörleifsson Arni € 57,60
1.–2. Aug / Do, Fr 17:00–21:00 8 UE / 2 x / 6–15 TN
VHS Wiener Urania

ITALIENISCH

Italienisch A1

10.1250.01.103 € 86,40
1.–22. Aug / Di, Do 10:00–12:00 12 UE / 6 x / 6–15 TN
VHS Favoriten

Italienisch A1

10.1250.01.104 € 57,60
28. Aug–18. Sep / Mi 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Favoriten

Italienisch A1 Sprachkurs

für die Reise

19SGG909 Mangiaracina Claudia, MA € 172,80
5.–14. Aug / Mo, Di, Mi, Do, Fr 18:30–20:30 16 UE / 8 x / 4–5 TN
VHS Simmering

Italienisch A1+ intensiv

Corso intensivo di Italiano, für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen

191SO005 Bassino-Augustin Marina € 86,40
19.–30. Aug / Mo, Mi, Fr 10:30–12:30 12 UE / 6 x / 6–15 TN
VHS Hietzing

Italienisch A1+/A2

Sprachenfrühstück

10426287	Mag.^a Crisci Barbara	€ 86,40
22. Aug–17. Sep / Di, Do 09:00–10:30 12 UE / 8 x / 6–15 TN		
VHS Hernalds		

Italienisch B1/B2

10426289	Mag.^a Crisci Barbara	€ 86,40
22. Aug–17. Sep / Di, Do 10:30–12:00 12 UE / 8 x / 6–15 TN		
VHS Hernalds		

Italienisch A1+ intensiv

88524 B	Mag.^a Nardi Micaela	€ 144,00
5.–28. Aug / Mo, Mi 09:00–11:30 20 UE / 8 x / 6–10 TN		
VHS Donaustadt		

Italienisch A2

88534 B		€ 43,20
7.–28. Aug / Mi 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Donaustadt		

Italienisch B1

88544 B	Gabriel Sonja	€ 43,20
7.–28. Aug / Mi 19:30–21:00 6 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Donaustadt		

JAPANISCH

Japanisch A1

für die Reise

10423624	Shiraki-Dittrich Nanami, BA MA	€ 55,20
1.–13. Aug / Di, Do 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Japanisch A2 intensiv

18sd0013		€ 86,40
6.–20. Aug / Di, Do 18:00–21:00 12 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS polycollege Johannagasse		

Japanisch A1+/A2

10.1260.01.104		€ 57,60
26. Aug–16. Sep / Mo 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Favoriten		

NORWEGISCH

Norwegisch A1 intensiv

10434038	Syczek Daniela, BA BA MA	€ 57,60
5.–8. Aug / Mo, Di, Mi, Do 17:00–19:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Norwegisch B1 intensiv

konversation

10435048	Syczek Daniela, BA BA MA	€ 57,60
5.–8. Aug / Mo, Di, Mi, Do 19:00–21:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

PERSISCH

Persisch A1 intensiv

10439422		€ 86,40
27. Aug–12. Sep / Di, Do 18:00–20:00 12 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Persisch A1

Intensiv

10426834	Amini Ehsan	€ 172,80
6. Aug–17. Sep / Di, Do 14:00–16:00 24 UE / 12 x / 6–15 TN		
VHS Mariahilf		

RUSSISCH

Russisch A2 intensiv

18sd0018		€ 129,60
5.–21. Aug / Mo, Mi 18:00–21:00 18 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS polycollege Johannagasse		

Russisch A1++ intensiv

Auffrischung

A4815s	Muravska Ivanova Svitlana	€ 86,40
21. Aug–11. Sep / Mi 18:00–21:00 12 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Floridsdorf		

SCHWEDISCH

Schwedisch A1 intensiv

10437140	Vietze Hanna Monika, BA BA	€ 86,40
20. Aug–5. Sep / Di, Do 18:00–20:00 12 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Schwedisch A1++/A2 intensiv

Auffrischung

A4921s	Haumer Julia Patricia, BA	€ 86,40
28. Aug–18. Sep / Mi 18:00–21:00 12 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Floridsdorf		

SPANISCH

Spanisch A1

10423627	Mag.^a Vazquez Umpierrez Yamira	€ 100,80
6.–29. Aug / Di, Do 18:00–20:00 14 UE / 7 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Spanisch A1 intensiv

10437360	BA, BEd Fend Sandra	€ 64,80
19. Aug–4. Sep / Mo, Mi 18:00–19:30 9 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Spanisch A2+ intensiv

18sd0022	Mag.^a Rodriguez Marcial Judith	€ 129,60
8.–29. Aug / Di, Do 18:00–21:00 18 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS polycollege Johannagasse		

Spanisch B1/B2 Konversation

55136410	Lic. Torres Sánchez María, MA	€ 54,00
21. Aug–18. Sep / Mi 10:00–11:30 7,5 UE / 5 x / 6–15 TN		
VHS Alsergrund		

Spanisch A1

10.1510.01.103	Sumariva Bernal Luis Manuel	€ 86,40
5.–21. Aug / Mo, Mi 18:00–20:00 12 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS Favoriten		

Spanisch A1+/A2

10.1150.02.101	Mag.^a Bonilla-Spitzer Doralice	€ 57,60
23. Aug–13. Sep / Fr 10:00–12:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Favoriten		

Spanisch A1

10.1510.01.102 Sumariva Bernal Luis Manuel € 57,60
29. Aug–19. Sep / Do 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Favoriten

Spanisch A1+

für AnfängerInnen mit geringen Vorkenntnissen

534500 Manzano Migliozi Pablo € 57,60
1.–29. Aug / Do 17:00–19:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Meidling

Spanisch B1 Lesekreis

Literatur auf Spanisch genießen

534501 Manzano Migliozi Pablo € 86,40
1.–29. Aug / Do 19:00–21:00 8 UE / 4 x / 4–5 TN
VHS Meidling

Spanisch A1 intensiv

für AnfängerInnen ohne Vorkenntnisse

534502 Manzano Migliozi Pablo € 129,60
5.–28. Aug / Mo, Mi 17:00–20:00 18 UE / 6 x / 6–15 TN
VHS Meidling

Spanisch B1

Auffrischung und Konversation

1915C038 Prof. Tesén Chávez José € 43,20
2.–30. Aug / Fr 09:00–10:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Hietzing

Spanisch A1+/A2

Sprachenfrühstück

10426291 Sumariva Bernal Luis Manuel € 86,40
21. Aug–16. Sep / Mo, Mi 09:00–10:30 12 UE / 8 x / 6–15 TN
VHS Hernals

Spanisch B1/B2

10426295 Sumariva Bernal Luis Manuel € 86,40
21. Aug–16. Sep / Mo, Mi 10:30–12:00 12 UE / 8 x / 6–15 TN
VHS Hernals

Spanisch B1/B1+ intensiv

S1886 Mag. Artacho Adrián, MA € 86,40
20. Aug–10. Sep / Di 18:00–21:00 12 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Brigittenau

Spanisch A1+ intensiv

S1866 Mag. Artacho Adrián, MA € 86,40
22. Aug–12. Sep / Do 18:00–21:00 12 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Brigittenau

Spanisch A1+

A4512s00 Mag.ª Vazquez Umpierrez Yamira € 64,80
14.–28. Aug / Mi 18:00–21:00 9 UE / 3 x / 6–15 TN
VHS Floridsdorf

Spanisch A2+ für Jugendliche (15-18 Jahre)

Schwerpunkt Konversation

88602 B Mag.ª Rodriguez Marcial Judith € 86,40
5.–28. Aug / Mo, Mi 18:30–20:00 12 UE / 8 x / 6–15 TN
VHS Donaustadt

Spanisch B1 für Jugendliche (15-18 Jahre)

Schwerpunkt Konversation

88603 B Mag.ª Rodriguez Marcial Judith € 54,00
5.–9. Aug / Mo, Di, Mi, Do, Fr 10:30–12:00 7,5 UE / 5 x / 6–12 TN
VHS Donaustadt

Spanisch B2

88594 B Mag.ª Rodriguez Marcial Judith € 57,60
6.–27. Aug / Di 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 6–8 TN
VHS Donaustadt

Spanisch A2

88582 B Sassano de Rausch Rosario Graciela € 43,20
8. Aug–5. Sep / Do 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–10 TN
VHS Donaustadt

Spanisch B1

88588 B Sassano de Rausch Rosario Graciela € 43,20
8. Aug–5. Sep / Do 19:30–21:00 6 UE / 4 x / 6–10 TN
VHS Donaustadt

TÜRKISCH

Türkisch A1

10424118 Mag. Tüylü Osman € 57,60
1.–29. Aug / Do 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Wiener Urania

Türkisch A1

Intensiv

10426774 Mag. Tüylü Osman € 57,60
19.–28. Aug / Mo, Mi 09:00–11:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Mariahilf

Türkisch A1

für die Reise

534900 Mag. Tüylü Osman € 86,40
7.–28. Aug / Mi 18:00–21:00 12 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Meidling

UNGARISCH

Ungarisch A1

10428149 Rajki Dorottya, MA € 57,60
30. Aug–20. Sep / Fr 17:00–19:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Wiener Urania

Ungarisch A1+ intensiv

Auffrischung

A4811s Mag.ª Kozma Hedvig € 86,40
28. Aug–18. Sep / Mi 18:00–21:00 12 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Floridsdorf

GESUNDHEIT | BEWEGUNG

Bewegung & Entwicklungsförderung

SPIEL, SPASS UND BEWEGUNG

Salsa

10422230	BA,BEd Fend Sandra	€ 52,00
21.–29. Aug / Mi, Do 19:00–21:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Penzing		

Entspannung & Körperwahrnehmung

ASIATISCHE BEWEGUNGSKULTUREN

Tao Qigong für Frauen

10423828	Mag. ^a Benkö Linda	€ 26,00
6.–27. Aug / Di 17:00–18:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Wiener Urania		

Yoga für Schwangere

10438286	Zwolinski Agnes	€ 26,00
5.–26. Aug / Mo 15:00–16:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Mariahilf		

Yin-Yoga

10426125	Nutz Janine	€ 39,00
14. Aug–4. Sep / Mi 19:00–20:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Mariahilf		

Yoga für Fortgeschrittene

55162200	Damm Bernhard	€ 52,00
27. Aug–17. Sep / Di 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Alsergrund		

Schwert Tai Chi zum Kennenlernen

55163050	Laber Alexandra	€ 26,00
28. Aug–18. Sep / Mi 19:00–20:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Alsergrund		

Tai Chi zum Kennenlernen

55163000	Laber Alexandra	€ 26,00
28. Aug–18. Sep / Mi 18:00–19:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Alsergrund		

Yoga

Yin Yoga und Meditation

19SGG809	Nutz Janine	€ 39,00
22. Aug–12. Sep / Do 19:30–21:00 6 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Simmering		

Yoga

19SGG808	Nutz Janine	€ 39,00
26. Aug–16. Sep / Mo 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Simmering		

Entspannungstraining im Freien

19SLB804	Nutz Janine	€ 29,40
27.–29. Aug / Di, Do 09:00–10:30 3 UE / 2 x / 4–5 TN		
VHS Leberberg		

Yoga am Morgen

19SLB803	Nutz Janine	€ 19,60
27.–29. Aug / Di, Do 08:00–09:00 2 UE / 2 x / 4–5 TN		
VHS Leberberg		

Yoga - Fortgeschrittene

535369	Mag. ^a Hodous Ingrid	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 18:00–19:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Qi Gong

535131	Carvajal Jaime	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 10:00–11:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Tai Chi Chuan

535127	Carvajal Jaime	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 09:00–10:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Yoga für AnfängerInnen

535194	Carvajal Jaime	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 11:00–12:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Tai Chi

191SC026	Carvajal Jaime	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 17:00–18:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Hietzing		

Qi Gong

191SC031	Carvajal Jaime	€ 19,50
5.–26. Aug / Mo 17:00–18:00 3 UE / 3 x / 6–20 TN		
VHS Hietzing		

Faszienyoga

191SC034	Mag. ^a Artacker Iris	€ 29,30
6.–27. Aug / Di 18:30–20:00 4,5 UE / 3 x / 6–10 TN		
VHS Hietzing		

Rücken Yoga

10426215	Mag. ^a Artacker Iris	€ 39,00
5.–26. Aug / Mo 17:00–18:30 6 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Yoga im Park

...unter freiem Himmel

10421213	Mag. ^a Artacker Iris	€ 39,00
7.–28. Aug / Mi 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Penzing Treffpunkt bei Schönwetter: Baumgartner Casino-Park, Linzer Straße 297 - Ecke Hochsatzengasse		

Pilates

10421362	Griensteidl Olivia	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 20:00–21:00 4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Yoga

10421715	Rabitsch Kurt	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 09:00–10:00 4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Qi Gong

10421257	Mag. Schlader Hannes	€ 29,30
21. Aug–4. Sep / Mi 17:30–19:00 4,5 UE / 3 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Tai Chi & Qi Gong

S8201	Mag. ^a Högner Evelyn	€ 39,00
7.–28. Aug / Mi 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Brigittenau		

Yoga

S8400	Golova Maria	€ 26,00
29. Aug–19. Sep / Do 19:30–20:30 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Brigittenau		

Tai Chi

Authentisches Tai Chi in Kooperation mit der Chenjiagou-Europe Taijiquan Association

G7409	Breibert Markus, MSc	€ 39,00
27. Aug–5. Sep / Di, Do 09:00–10:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Großfeldsiedlung		

Yoga

19595201	Eidenberger Sophie, BA	€ 29,30
13.–15. Aug / Di, Mi, Do 17:00–18:30 4,5 UE / 3 x / 6–15 TN		
VHS Erlaa		

Faszienyoga

19595301	Wutte Ursula	€ 19,50
28. Aug–4. Sep / Mi 17:30–19:00 3 UE / 2 x / 6–15 TN		
VHS Erlaa		

ENTSPANNUNGSMETHODEN

Yoga

10425207	DI Gezer Rollin Perim	€ 39,00
6.–27. Aug / Di 17:00–18:30 6 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Wiener Urania		

Yoga für Rückenschmerzen

10432563	Zwolinski Agnes	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 09:00–10:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Wiener Urania		

Meditation und Achtsamkeit

10438836	Dipl.Päd. Tara Marion, BEd	€ 39,00
19.–21. Aug / Mo, Di, Mi 18:00–20:00 6 UE / 3 x / 6–12 TN		
VHS Wiener Urania		

Brain Gym

00002227	Papst Miriam	€ 19,50
6. Aug / Di 17:00–20:00 3 UE / 1 x / 6–15 TN		
VHS Landstraße		

Atem- und Achtsamkeitstraining Atempädagogik - zum Kennenlernen

19SGG836	Opriessnig-Kumar Monika	€ 29,30
20.–22. Aug / Di, Do 18:30–20:00 3 UE / 2 x / 4–5 TN		
VHS Simmering		

Stress weg - Entspannungstechniken kennenlernen

535303	Amon Ilse	€ 26,00
6.–27. Aug / Di 17:00–18:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Entspannung & Stretching

10421496	Griensteidl Olivia	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 18:00–19:00 4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

KÖRPERWAHRNEHMUNG

Feldenkrais® - Bewusstheit durch Bewegung

10421725	Schattovits Michaela	€ 48,80
26.–30. Aug / Mo–Fr 09:00–10:30 7,5 UE / 5 x / 6–8 TN		
VHS Penzing		

Gymnastik & Fitness

FITGYMNASTIK

Zumba®

10432821	Bakk. Kotrba Cornelia	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 19:00–20:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Zumba® Fitness

10432799	Bakk. Kotrba Cornelia	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 18:00–19:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Bauch-Bein-Po

00002291	Pinger Anna	€ 39,00
7.–28. Aug / Mi 18:30–20:00 6 UE / 4 x / 6–18 TN		
LaWie, Landstraßer Hauptstraße 96, 1030 Wien		

Bauch-Bein-Po

10438276	Zwolinski Agnes	€ 26,00
5.–26. Aug / Mo 11:00–12:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Mariahilf		

Easy Movement - Fit mit Tanz und Musik

5517256N	Schoene Helen, MA	€ 58,80
27. Aug–17. Sep / Di 16:00–17:30 6 UE / 4 x / 4–5 TN		
VHS Alsergrund		

Bauch-Bein-Po

10.8402.00.302	Rodlmayr Elfriede	€ 26,00
5.–26. Aug / Mo 19:00–20:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Favoriten		

Zumba®

10.8402.00.304	DI ⁱⁿ MSc Altmann Naghmeh	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 19:00–20:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Favoriten		

Body-Workout

19SGG838	BA Nevrkla Markus	€ 29,40
1.–8. Aug / Do 19:00–20:30		
3 UE / 2 x / 4–5 TN		
VHS Simmering		

Bodyshape

19SGG834	Nutz Janine	€ 39,00
21. Aug–11. Sep / Mi 10:00–11:00		
4 UE / 4 x / 4–5 TN		
VHS Simmering		

Bauch-Bein-Po für Frauen

535359	Mag.^a Hodous Ingrid	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 17:00–18:00		
4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Bodywork und Tanz

535214	Mag.^a Stastny Eva	€ 19,50
28. Aug / Mi 10:00–13:00		
3 UE / 1 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Musikgymnastik

191SC024	Griensteidl Olivia	€ 45,50
1. Aug–19. Sep / Do 10:30–11:30		
7 UE / 7 x / 6–20 TN		
VHS Hietzing		

Bodywork

191SC022	BA Nevrkla Markus	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 09:00–10:00		
4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Hietzing		

Bauch-Bein-Po

191SC029	Griensteidl Olivia	€ 39,00
5. Aug–16. Sep / Mo 18:00–19:00		
6 UE / 6 x / 6–20 TN		
VHS Hietzing		

Faszien-Pilates-Stretching

191SC027	Schörg Martina	€ 58,50
5. Aug–16. Sep / Mo 18:30–20:00		
9 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS Hietzing		

Faszien-Stretching & Relax

Dehnen mit Gähnen

191SC028	Schörg Martina	€ 58,50
5. Aug–16. Sep / Mo 17:00–18:30		
9 UE / 6 x / 6–15 TN		
VHS Hietzing		

Zumba®

191SC035	Vollmer Mimin	€ 39,00
6. Aug–17. Sep / Di 18:00–19:00		
6 UE / 6 x / 6–20 TN		
VHS Hietzing		

Bauch-Bein-Po

191SC032	BA Nevrkla Markus	€ 26,00
6. Aug–3. Sep / Di 09:00–10:00		
4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Hietzing		

Line Dance

191SC042	Malai Hulda	€ 19,50
7.–28. Aug / Mi 18:30–19:30		
3 UE / 3 x / 6–15 TN		
VHS Hietzing		

Piloxing

191SC041	Malai Hulda	€ 19,50
7.–28. Aug / Mi 17:30–18:30		
3 UE / 3 x / 6–15 TN		
VHS Hietzing		

Intervalltraining

Anspruchsvolles Training für Alle

191SC050	Mag.^a Hodous Ingrid	€ 19,50
7.–28. Aug / Mi 19:00–20:00		
3 UE / 3 x / 6–20 TN		
VHS Hietzing		

Wohlfühlgymnastik mit Musik

191SC037	Weithofer Dorothea	€ 19,50
21. Aug–4. Sep / Mi 11:00–12:00		
3 UE / 3 x / 6–20 TN		
VHS Hietzing		

Musikgymnastik

191SC036	Weithofer Dorothea	€ 19,50
21. Aug–4. Sep / Mi 10:00–11:00		
3 UE / 3 x / 6–20 TN		
VHS Hietzing		

Gesunder Rücken

10423816	Schörg Martina	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 16:30–17:30		
4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Bodystyling

10423818	Schörg Martina	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 17:30–18:30		
4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Latin Dance & Fun

10423820	Schörg Martina	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 18:30–19:30		
4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Zumba®

10422085	Bakk. Kotrba Cornelia	€ 26,00
5.–26. Aug / Mo 17:30–18:30		
4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Bauch, Bein, Po

10421360	Griensteidl Olivia	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 19:00–20:00		
4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Latin Fit

10423813	Schörg Martina	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 17:30–18:30		
4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Zumba®

58312	Golova Maria	€ 26,00
29. Aug–19. Sep / Do 18:30–19:30		
4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Brigittenau		

Aktiv in den Morgen

Sanftes Durchbeugen vom Scheitel bis zur Sohle

19591403		€ 19,50
22. Aug–5. Sep / Do 08:30–09:30		
3 UE / 3 x / 6–12 TN		
VHS Liesing		

FUNKTIONELLE GYMNASTIK, SANFT & SCHONEND

Bodywork

10432311	Zwolinski Agnes	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 17:00–18:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Wiener Urania		

Fitness Mix

10432312	Zwolinski Agnes	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 18:00–19:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Wiener Urania		

Faszien - Pilates

Dehnen mit Ganzkörperkräftigung

10423861	Schörg Martina	€ 58,50
2. Aug–6. Sep / Fr 18:30–20:00 9 UE / 6 x / 6–12 TN		
VHS Wiener Urania		

Faszien - Stretching

Dehnen zum Wohlfühlen & Entspannen

10423862	Schörg Martina	€ 58,50
2. Aug–6. Sep / Fr 17:00–18:30 9 UE / 6 x / 6–12 TN		
VHS Wiener Urania		

Bauch-Bein-Po

10423693	Griensteidl Olivia	€ 26,00
2.–23. Aug / Fr 18:00–19:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		

10423822	Mayerl Renate	€ 26,00
5.–26. Aug / Mo 18:00–19:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		

VHS Wiener Urania

Pilates

10423695	Griensteidl Olivia	€ 26,00
2.–23. Aug / Fr 19:00–20:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		

VHS Wiener Urania

Yogalates

10423851	Mag. ^a Benkö Linda	€ 26,00
6.–27. Aug / Di 16:00–17:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		

VHS Wiener Urania

Bauch-Bein-Po

10423833	Griensteidl Olivia	€ 26,00
6.–27. Aug / Di 19:00–20:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		

VHS Wiener Urania

Faszien - Stretching

10423866	Schörg Martina	€ 58,50
6. Aug–10. Sep / Di 18:30–20:00 9 UE / 6 x / 6–12 TN		

VHS Wiener Urania

Faszien - Wirbelsäulengymnastik

10423864	Schörg Martina	€ 58,50
6. Aug–10. Sep / Di 17:00–18:30 9 UE / 6 x / 6–12 TN		

VHS Wiener Urania

Pilates

10423835	Griensteidl Olivia	€ 26,00
6.–27. Aug / Di 20:00–21:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		

10423824	Mag. ^a Benkö Linda	€ 26,00
6.–27. Aug / Di 10:00–11:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		

VHS Wiener Urania

Wirbelsäulengymnastik

10423848	Pospisil Paula	€ 39,00
7.–28. Aug / Mi 09:00–10:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		

VHS Wiener Urania

Relaxing & Stretching

10432558	Zwolinski Agnes	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 16:00–17:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		

VHS Wiener Urania

Yoga flow

10432548	Zwolinski Agnes	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 15:00–16:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		

VHS Wiener Urania

Fit durch Bewegung

10423841	Hammer Vera, BA	€ 29,25
21. Aug–11. Sep / Mi 10:00–11:30 4,5 UE / 3 x / 6–12 TN		

VHS Wiener Urania

Pilates

0002257b	Griensteidl Olivia	€ 58,50
7. Aug–11. Sep / Mi 09:00–10:30 9 UE / 6 x / 6–18 TN		

LaWie, Landstraßer Hauptstraße 96, 1030 Wien

Wirbelsäulengymnastik

0002270b	Krispl Ernst	€ 39,00
7.–28. Aug / Mi 17:00–18:30 6 UE / 4 x / 6–20 TN		

LaWie, Landstraßer Hauptstraße 96, 1030 Wien

Wirbelsäulengymnastik

10426119	Everett Elina	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 10:00–11:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		

VHS Mariahilf

Pilates zum Kennenlernen für AnfängerInnen

Anleitung in deutscher und englischer Sprache

5517100N	Nadler Margarete	€ 49,00
22. Aug–12. Sep / Do 17:00–18:00 4 UE / 4 x / 4–5 TN		

VHS Alsergrund

Gesunder Rücken

10.8401.00.302	Mag. ^a Hodous Ingrid	€ 26,00
5.–26. Aug / Mo 09:00–10:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		

VHS Favoriten

Pilates

10.8401.00.304	Rodlmayr Elfriede	€ 26,00
5.–26. Aug / Mo 18:00–19:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		

VHS Favoriten

Morgengymnastik

19SGG842	Sulzbacher Evelyn	€ 19,60
2.–9. Aug / Fr 08:00–09:00 2 UE / 2 x / 4–5 TN		

VHS Simmering

Sitzgymnastik

19SGG841	Sulzbacher Evelyn	€ 19,60
2.–9. Aug / Fr 09:00–10:00 2 UE / 2 x / 4–5 TN		

VHS Simmering

Gesundheitsgymnastik

19SGG819	Reisinger Doris	€ 26,00
5.–26. Aug / Mo 19:00–20:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		

VHS Simmering

Wirbelsäulengymnastik

19SGG810	Nutz Janine	€ 26,00
21. Aug–11. Sep / Mi 09:00–10:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Simmering		

Yogalates

19SGG812	Nutz Janine	€ 39,00
22. Aug–12. Sep / Do 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Simmering		

Pilates

19SGG811	Nutz Janine	€ 39,00
26. Aug–16. Sep / Mo 19:30–21:00 6 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Simmering		

Pilates für Fortgeschrittene

535389	Griensteidl Olivia	€ 39,00
6.–27. Aug / Di 09:00–10:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Gyrokinesis®

191SC025	Griensteidl Olivia	€ 45,50
1. Aug–19. Sep / Do 09:30–10:30 7 UE / 7 x / 6–10 TN		
VHS Hietzing		

Pilates

191SC023	Griensteidl Olivia	€ 45,50
1. Aug–19. Sep / Do 11:30–12:30 7 UE / 7 x / 6–15 TN		

191SC030	Griensteidl Olivia	€ 39,00
5. Aug–16. Sep / Mo 19:00–20:00 6 UE / 6 x / 6–20 TN		
VHS Hietzing		

Gleichgewichtsschulung & Koordination

191SC052	Mag.^a Hodous Ingrid	€ 19,50
6.–27. Aug / Di 09:00–10:00 3 UE / 3 x / 6–10 TN		
VHS Hietzing		

Osteoporosevorbeugung

191SC053	Mag.^a Hodous Ingrid	€ 19,50
6.–27. Aug / Di 10:00–11:00 3 UE / 3 x / 6–10 TN		
VHS Hietzing		

Wirbelsäulengymnastik

191SC033	BA Nevrkla Markus	€ 26,00
6. Aug–3. Sep / Di 10:00–11:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Hietzing		

Rückenfit

191SC051	Mag.^a Hodous Ingrid	€ 19,50
7.–28. Aug / Mi 18:00–19:00 3 UE / 3 x / 6–20 TN		
VHS Hietzing		

Faszientraining mit Schwerpunkt Rücken

10421668	Gallistl Susanne	€ 26,00
6.–27. Aug / Di 16:30–17:30 4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Wirbelsäulengymnastik

10421678	Gallistl Susanne	€ 26,00
6.–27. Aug / Di 17:30–18:30 4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Sturzprävention

10422521	Wöfl Ursula	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 10:00–11:00 4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Faszientraining

10423814	Schörg Martina	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 18:30–19:30 4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Rückenfit mit Faszientraining

10421670	Gallistl Susanne	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 10:00–11:00 4 UE / 4 x / 6–14 TN		
VHS Penzing		

Wirbelsäulengymnastik

Inklusive Faszientraining

10423812	Schörg Martina	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 16:30–17:30 4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Wirbelsäulengymnastik mit Beckenbodentraining

10421665	Gallistl Susanne	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 09:00–10:00 4 UE / 4 x / 6–14 TN		
VHS Penzing		

Pilates Workout

S8304	Kvarda Elisabeth	€ 39,00
1.–29. Aug / Do 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Brigittenau		

Pilates & Relax

S8308	Seper Franz L.	€ 39,00
6.–27. Aug / Di 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Brigittenau		

Dehnung & Stretching

A8456s	Thomaschütz Susanne	€ 39,00
7.–28. Aug / Mi 19:30–21:00 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Floridsdorf		

Yogalates

A8186s	Everett Elina	€ 39,00
28. Aug–18. Sep / Mi 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Floridsdorf		

PHIIT: Pilates plus Intervalltraining Pilates mit Hochintensiv-Intervalltraining kombiniert

A8183s	Everett Elina	€ 39,00
28. Aug–18. Sep / Mi 19:30–21:00 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Floridsdorf		

Ismakogie

Nach Methode Anna Seidl - für AnfängerInnen

89538 B	Mag.^a Pols Zofia	€ 39,00
5.–26. Aug / Mo 09:00–10:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Donaustadt		

Ismakogie

Nach Methode Anna Seidl - für Fortgeschrittene

89539 B	Mag.^a Pols Zofia	€ 39,00
5.–26. Aug / Mo 10:30–12:00 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Donaustadt		

Gymnastik mit Beckenbodentraining

19591101	Agoston-Scherr Marta, BA	€ 48,80
5. Aug–2. Sep / Mo 18:00–19:30 7,5 UE / 5 x / 6–12 TN		
VHS Liesing		

Osteoporosevorbeugung

19591201	Agoston-Scherr Marta, BA	€ 68,30
6. Aug–17. Sep / Di 08:30–10:00 10,5 UE / 7 x / 6–12 TN		
VHS Liesing		

Pilates

19591202	Agoston-Scherr Marta, BA	€ 68,30
6. Aug–17. Sep / Di 10:00–11:30 10,5 UE / 7 x / 6–12 TN		
VHS Liesing		

Die Stunde für Runde©

19591401	Gaidatsch-Hamernik Elke	€ 13,00
22.–29. Aug / Do 18:30–19:30 2 UE / 2 x / 6–15 TN		
VHS Liesing		

Faszientraining

zum Kennenlernen

19591102	Kerekes Anna Krisztina	€ 6,50
26. Aug / Mo 18:00–19:00 1 UE / 1 x / 1–15 TN		
VHS Liesing		

Beckenbodengymnastik

19595207	Agoston-Scherr Marta, BA	€ 39,00
20.–28. Aug / Di, Mi 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Erlaa		

Yogalates mit Bauch Bein Po Elementen

19595101	Eidenberger Sophie, BA	€ 29,30
26.–28. Aug / Mo, Di, Mi 17:00–18:30 4,5 UE / 3 x / 6–15 TN		
VHS Erlaa		

KONDITION & AUSDAUER

PHIIT: Pilates plus Intervalltraining

10426120	Everett Elina	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 11:00–12:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Mariahilf		

Power Workout

535397	Mag. ^a Hodous Ingrid	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 19:00–20:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

KO-KRA

Kondition & Kraft

10425671	Rodlmayr Elfriede	€ 26,00
5.–26. Aug / Mo 09:30–10:30 4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Workout

A8454s	Thomaschütz Susanne	€ 39,00
7.–28. Aug / Mi 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Floridsdorf		

Piloxing

A8420s	Arslanyan Bernadett	€ 26,00
26. Aug–16. Sep / Mo 19:30–20:30 4 UE / 4 x / 1–15 TN		
VHS Floridsdorf		

SELBSTVERTEIDIGUNG

Selbstverteidigung für Frauen

55165510	Nestler Peter	€ 39,00
5.–26. Aug / Mo 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Alsergrund		

Selbstverteidigung Krav Maga light

535302	Amon Ilse	€ 26,00
6.–27. Aug / Di 18:00–19:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Selbstverteidigung für Männer und Frauen

10423527		€ 13,00
23. Aug / Fr 10:00–12:00 2 UE / 1 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Kochkurse

KOCHKURSE

Parlando in cucina

pasta & pasta

19591501	Fava Mauro	€ 36,80
23. Aug / Fr 18:00–22:00 4 UE / 1 x / 5–8 TN		
VHS Liesing		

Tanz

ETHNO- UND GRUPPENTÄNZE

Internationale Kreis- und Gruppentänze

10423843	Hammer Vera, BA	€ 19,50
21. Aug–11. Sep / Mi 11:30–12:30 3 UE / 3 x / 6–12 TN		
10423845	Hammer Vera, BA	€ 29,25
22. Aug–12. Sep / Do 18:00–19:30 4,5 UE / 3 x / 6–12 TN		
10423867	Hammer Vera, BA	€ 29,25
22. Aug–12. Sep / Do 19:30–21:00 4,5 UE / 3 x / 6–12 TN		
VHS Wiener Urania		

Orientalischer Tanz - Anfänger*innen

0002310a	Schmidt Susanne	€ 39,00
6.–27. Aug / Di 17:00–18:30 6 UE / 4 x / 6–18 TN		
LaWie, Landstraßer Hauptstraße 96, 1030 Wien		

Orientalischer Tanz - Fortgeschrittene

0002313a	Schmidt Susanne	€ 39,00
6.–27. Aug / Di 18:30–20:00 6 UE / 4 x / 6–18 TN		
LaWie, Landstraßer Hauptstraße 96, 1030 Wien		

Hula-Tanz aus Hawaii

00002319	Gabriel Sonja	€ 19,50
29. Aug / Do 17:00–20:00 3 UE / 1 x / 6–12 TN		
LaWie, Landstraßer Hauptstraße 96, 1030 Wien		

Orientalischer Tanz für Frauen - Anfängerinnen

55155010	Heingärtner Sara	€ 58,80
26. Aug–16. Sep / Mo 18:00–19:30 6 UE / 4 x / 4–5 TN		
VHS Alsergrund		

Line Dance für AnfängerInnen

10.8601.00.302	Nagy Christine	€ 26,00
7.–28. Aug / Mi 18:00–19:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Favoriten		

JAZZ, MODERN, MUSICAL DANCE

Jazz Dance für Erwachsene

535193	Johnen Azendga	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 17:00–18:00 4 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Line Dancing für Fortgeschrittene

535151	Nagy Christine	€ 26,00
1.–29. Aug / Do 16:00–17:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Lindy Hop

10422176	Groiss Michael	€ 29,30
19.–22. Aug / Mo, Mi, Do 17:00–18:30 4,5 UE / 3 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

KLASSISCHER TANZ, BALLETT

Ballett für AnfängerInnen

10425212	DI Gezer Rollin Perim	€ 39,00
2.–23. Aug / Fr 17:00–18:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Ballett für mäßig Fortgeschrittene

10425215	DI Gezer Rollin Perim	€ 39,00
2.–23. Aug / Fr 18:30–20:00 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Ballett-Floor Barre

10425217	DI Gezer Rollin Perim	€ 26,00
2.–23. Aug / Fr 16:00–17:00 4 UE / 4 x / 6–12 TN		
VHS Wiener Urania		

Flamenco

Anfänger und leicht Fortgeschrittene

10433525	Hannappi Angela	€ 58,50
5.–28. Aug / Mo, Mi 18:30–20:00 9 UE / 6 x / 6–12 TN		
VHS Wiener Urania		

Ballett für AnfängerInnen und mäßig Fortgeschrittene

10425210	DI Gezer Rollin Perim	€ 39,00
6.–27. Aug / Di 18:30–20:00 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Wiener Urania		

Ballett für Erwachsene

10425824	Golova Maria	€ 39,00
21. Aug–11. Sep / Mi 19:30–21:00 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Mariahilf		

Ballett Workshop Variation

535190	Johnen Azendga	€ 13,00
6. Aug / Di 18:00–20:00 2 UE / 1 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Smooth Ballett für AnfängerInnen

535288	Sidera-Papadopoulou Manuela, BEd	€ 39,00
9.–30. Aug / Fr 10:00–11:30 6 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

Workshop: Ballett

535186	Sidera-Papadopoulou Manuela, BEd	€ 16,30
23. Aug / Fr 18:00–20:30 2,5 UE / 1 x / 6–15 TN		
VHS Meidling		

KUNST | KREATIVITÄT | HANDWERK

Angewandte Kunst, Handwerk

HOLZ & RESTAURIEREN

Sommerwerkstatt - Holzbearbeitung

19sb0004	Fallmann Michael	€ 169,20
20.–22. Aug / Di, Mi, Do 10:00–16:00 18 UE / 3 x / 6–12 TN		
VHS KunstHandWerk		

Holzschnitzen

10.7622.00.302	Carvajal Jaime	€ 37,60
22. Aug / Do 17:00–21:00 4 UE / 1 x / 6–9 TN		
VHS Favoriten		

KERAMIK & TÖPFEREI

Kreative Keramik

10423206	Schörg Helga	€ 86,40
1.–29. Aug / Do 10:00–13:00 12 UE / 4 x / 6–15 TN		
VHS Mariahilf		

Kreative Keramik: Arbeiten auf der Töpferscheibe

10.7650.00.302	Seifried Karin	€ 36,00
5. Aug / Mo 15:30–20:30 5 UE / 1 x / 6–8 TN		
VHS Favoriten		

Sommer-Töpfern

536182	Kukelka Natalia	€ 72,60
5.–8. Aug / Mo, Di, Mi, Do 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 4–6 TN		
VHS Meidling		

Sommer-Töpfern

536183	Kukelka Natalia	€ 72,60
19.–22. Aug / Mo, Di, Mi, Do 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 4–6 TN		
VHS Meidling		

NÄHEN, TEXTILES DESIGN

Nähen - Intensivkurs

10424145	Kober Karin	€ 108,00
5.–9. Aug / Mo, Di, Mi, Do, Fr 10:00–13:00 15 UE / 5 x / 6–8 TN		
VHS Wiener Urania		

Nähen

19SGG720	Sindelar Charlotte	€ 72,00
26.–29. Aug / Mo, Di, Mi, Do 09:30–12:00 10 UE / 4 x / 6–8 TN		
VHS Simmering		

Nähen ganz einfach Am Nachmittag

53616200	Demiray Viktoria	€ 72,00
19.–22. Aug / Mo, Di, Mi, Do 18:00–20:30 10 UE / 4 x / 6–8 TN		
VHS Meidling		

Schicke Kleidung selbst gemacht

Intensiv-Nähkurs für AnfängerInnen & Fortgeschrittene

536162 Sindelar Charlotte € 72,00
26.–29. Aug / Mo, Di, Mi, Do 18:00–20:30 10 UE / 4 x / 6–8 TN
VHS Meidling

Nähworkshop: Tunika

10422881 Schromm Konstanze € 43,20
7.–8. Aug / Mi, Do 16:30–19:30 6 UE / 2 x / 6–6 TN
VHS Penzing

SCHMUCKDESIGN

Individueller echter Silberschmuck aus Art Clay Silber

10423890 Schimani Sabine € 50,40
7. Aug / Mi 11:00–18:00 7 UE / 1 x / 6–12 TN
VHS Mariahilf

Edelsteinschmuck selbstgemacht

10.7725.00.301 Bakk. phil Zauner Julia € 28,80
21. Aug / Mi 16:00–20:00 4 UE / 1 x / 6–8 TN
VHS Favoriten

WERKEN & DEKORIEREN

Laternen bauen für ein Lichterfest

10423136 Mag.^a Ettinger-Cecic Maja € 86,40
12.–28. Aug / Mo, Mi 10:00–12:00 12 UE / 6 x / 6–15 TN
VHS Mariahilf

Gestalten mit Kreativbeton

55451220 Mag.^a Binder Lise € 34,50
19.–21. Aug / Mo, Mi 09:00–11:30 5 UE / 2 x / 6–15 TN
VHS Döbling

Bildende Kunst

FOTOGRAFIE

Workshop Insektenfotografie

Fotografie

18se1220 Mag.^a Schatzl Gabriele Johanna € 83,20
8.–9. Aug / Do 18:00–21:00, Fr 13:00–18:00 8 UE / 2 x / 4–5 TN
VHS polycollege Johannagasse

Die Goldene und die Blaue Stunde

Workshop

18se1020 Nigro Fernanda € 41,40
21.–22. Aug / Mi, Do 18:00–21:00 6 UE / 2 x / 6–8 TN
VHS polycollege Johannagasse

Fotoblog – Grundlagen

Die besten Fotos für Ihren Fotoblog!

18se1110 Mari Christian € 20,70
22. Aug / Do 18:00–21:00 3 UE / 1 x / 6–8 TN
VHS polycollege Johannagasse

Tolle Fotos mit dem Smartphone

18se1200 € 31,00
24. Aug / Sa 10:00–14:30 4,5 UE / 1 x / 6–8 TN
VHS polycollege Johannagasse

Workshop Nachtfotografie

Ein Ausflug in eine neue Welt

18se1230 Nigro Fernanda € 62,40
28.–29. Aug / Mi, Do 19:00–22:00 6 UE / 2 x / 4–5 TN
VHS polycollege Johannagasse

Fotospaziergang: „Menschen in Wien“

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

536141 Svoboda Franz € 62,10
15.–17. Aug / Do, Fr 17:00–19:00, Sa 14:00–19:00 9 UE / 3 x / 6–10 TN
VHS Meidling

MALEREI/ZEICHNEN

Akt – Zeichnen und Malen mit Modell

10428692 Mag.art. Pill Herbert € 115,20
26.–29. Aug / Mo, Di, Mi, Do 18:00–21:00 12 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Wiener Urania

Mal-Workshop

Einführungsworkshop

10428645 Mag.^a Klapper Barbara € 55,20
6.–27. Aug / Di 10:00–12:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Mariahilf

Comicfiguren zeichnen und malen

Einführungsworkshop

10427612 Mag.^a Strehn Viktoria € 55,20
14. Aug–4. Sep / Mi 16:00–18:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Mariahilf

Zeichnen von mir und anderen

19SGG722 Mag. Arch. Reich Katharina € 55,20
22.–29. Aug / Do 14:00–18:00 8 UE / 2 x / 6–15 TN
VHS Simmering

Zeichnend die Umgebung erkunden

19SGG721 Mag. Arch. Reich Katharina € 55,20
24.–31. Aug / Sa 10:00–14:00 8 UE / 2 x / 6–15 TN
VHS Simmering

Aquarellmalen leicht gemacht

Basiskurs im Sommer

536171 Mag. Felbermayer Felix, BA € 103,50
19.–23. Aug / Mo, Di, Mi, Do 09:00–12:00, Fr 14:30–17:30 15 UE / 5 x / 6–12 TN
VHS Meidling

Comics, Karikaturen und Cartoons

Mit einem -- auf den . gebracht!

10425915 Mathes Walter € 34,50
7.–8. Aug / Mi, Do 18:00–20:30 5 UE / 2 x / 6–10 TN
VHS Penzing

Intuitives Malen mit Musik

10426437 Mag.^a Binder Lise € 20,70
14. Aug / Mi 17:00–20:00 3 UE / 1 x / 6–15 TN
VHS Penzing

Sketchnotes für den Urlaub

Strich für Strich zum 1. eigenen Sketchnote

10425916 Mag.^a Lang Erika € 41,40
21.–22. Aug / Mi, Do 18:00–21:00 6 UE / 2 x / 6–15 TN
VHS Penzing

Malerei ins Blaue

BLAU in BLAU

S7103 Dr.ⁱⁿ Esterlus Astrid € 82,80
5.–8. Aug / Mo, Di, Mi, Do 18:00–21:00 12 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Brigittenu

Workshop Aquarell

S7105 Ing. Brandstätter Christine € 193,20
6.–9. Aug / Di, Mi, Do, Fr 10:00–17:00 28 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Brigittenu

Leichte Sommermalerei

Sonne - Himmel - Wolken - Wasser - Landschaft

S7104 Dr.ⁱⁿ Esterlus Astrid € 82,80
19.–22. Aug / Mo, Di, Mi, Do 18:00–21:00 12 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Brigittenu

Dynamic Scetching - intuitiv und schnell skizzieren

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

S7030 Keiser Vivien € 55,20
29. Aug–19. Sep / Do 19:00–21:00 8 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Brigittenu

Zeichnen für ALLE!

19611101 Dr.ⁱⁿ Esterlus Astrid € 41,40
26.–29. Aug / Mo, Mi, Do 17:30–19:30 6 UE / 3 x / 6–12 TN
VHS Liesing

Darstellende Kunst

FILM & FERNSEHEN

Filmen und schneiden mit dem Smartphone (Android)

18se2030 € 48,00
7.–8. Aug / Mi, Do 18:00–21:00 6 UE / 2 x / 6–12 TN
VHS polycollege Johannagasse

Amateur-Videokurs

Tipps und Tricks, wie Sie das Beste aus Ihrer Videokamera herausholen können.

18se2010 Mag.art Ujlaki Tamas € 99,00
28.–29. Aug / Mi, Do 17:00–21:30 9 UE / 2 x / 4–5 TN
VHS polycollege Johannagasse

SPRECHTHEATER

„Was für ein Sommertheater ...“

Schauspiel-Kurzworkshop für Erwachsene

536130 Mag. Protiwensky-Schenk Raphael € 86,40
28.–30. Aug / Mi, Do, Fr 16:00–20:00 12 UE / 3 x / 6–15 TN
VHS Meidling

Literatur

LITERATURTHEORIE

Lesen und Schreiben (lernen) mit österreichischer Literatur

10423646 Dr. Ballhausen Thomas € 39,00
7.–28. Aug / Mi 15:00–17:00 6 UE / 3 x / 6–15 TN
VHS Mariahilf

SCHREIBEN

Sprache bewegt - Schreibwerkstatt zum Thema Reisen

10.7313.00.301 Mag.^a Waltl Silvia € 78,00
7.–28. Aug / Mi 18:00–21:00 12 UE / 4 x / 6–10 TN
VHS Favoriten

Sommerworte

Schreib- und Literaturwerkstatt

536032 Mag.^a Waltl Silvia € 78,00
23.–24. Aug / Fr 17:00–21:00, Sa 10:00–18:00 12 UE / 2 x / 6–12 TN
VHS Meidling

Musik

CHOR

Die Welt des Musicals zum Kennenlernen

19SGG715 Schönleitner Zohreh € 39,00
23.–30. Aug / Fr 18:00–21:00 6 UE / 2 x / 6–15 TN
VHS Simmering

ZUPFINSTRUMENTE

Gitarrenlieder für laue Sommernächte Gruppenunterricht

53715000 Krenn Lukas € 39,00
1.–29. Aug / Do 18:30–20:00 6 UE / 4 x / 6–15 TN
VHS Meidling

PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

Eigenverantwortliches Handeln

SELBSTERFAHRUNG, SELBSTWERT UND PSYCHOLOGIE

Sommerflirt

19SGG302 Mag. Leeb Elisabeth, MA € 38,40
6.–8. Aug / Di, Do 18:30–20:30 4 UE / 2 x / 6–15 TN

19SGG303 Mag. Leeb Elisabeth, MA € 38,40
21.–23. Aug / Mi, Fr 18:30–20:30 4 UE / 2 x / 6–15 TN
VHS Simmering

SELBSTORGANISATION

Lebenslange Begleiter: Entrümpeln! Ausmustern! Loslassen!

10.5090.01 Walter Elisabeth € 12,00
22. Aug / Do 17:00–20:00 3 UE / 1 x / 6–12 TN
VHS Favoriten

Gesellschaftliche Verantwortung übernehmen

REFLEKTIEREN, HINTERFRAGEN & WIDERSTEHEN

Lachen ist gesund – Work-life-balance

536815 Mag.^a Denk Doris € 76,80
12. Aug / Mo 09:00–17:00 8 UE / 1 x / 6–15 TN
VHS Meidling

In und mit Gruppen leben

GRUPPEN- & TEAMARBEIT

Theater-/Team-Spiele für und mit Erwachsene

00002413 Papst Miriam € 28,80
8. Aug / Do 16:00–19:00 3 UE / 1 x / 6–15 TN
VHS Landstraße

Situationsgerecht kommunizieren

KOMMUNIKATION, RHETORIK & PRÄSENTATION

Ihr starker Auftritt

536593 Markytàn Wolfgang, MA € 230,40
2.–9. Aug / Fr 14:00–21:00 14 UE / 2 x / 4–5 TN
VHS Meidling

Die Macht der Stimme & Rhetorik

536823 Markytàn Wolfgang, MA € 144,00
16. Aug / Fr 09:00–19:00 10 UE / 1 x / 4–5 TN
VHS Meidling

SPRECHTECHNIK

Sprech- und Stimmtraining
Einzelunterricht (3x 100min)

Sprechtechnik Einzelunterricht

536800 Öller Susanne € 259,20
5.–7. Aug / Mo, Di, Mi 16:00–20:00 6 UE / 3 x / 1–2 TN
VHS Meidling

POLITIK | GESELLSCHAFT

Eigenverantwortliches Handeln

GESCHICHTE

Berühmte Persönlichkeiten am Alsergrund -
Stadtspaziergang

Freud, Frankl und Schubert

55151700 Luif Otto € 10,00
29. Aug / Do 19:00–21:00 2 UE / 1 x / 8–15 TN
VHS Alsergrund Bitte den jeweiligen Treffpunkt erfragen

KULTUR

Operettendynastien auf dem
Hietzinger Friedhof

Leon, Karczag, Marischka

55152001 Linsbauer Franz € 10,00
6. Aug / Di 15:30–17:00 1,5 UE / 1 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund Treffpunkt: Maxingstraße 15

WIRTSCHAFT | MANAGEMENT

Unternehmensorganisation und Managementkompetenz

FÜHREN & LEITEN

Neue Wege gehen - 2 -

Mehr Kreativität, aber wie?

Inspirierende Methoden für die Gewinnung
von neuen Ideen

53620200 DI (FH) Hasibeder Benedikt € 28,80
5. Aug / Mo 14:00–17:00 3 UE / 1 x / 6–15 TN
VHS Meidling

COMPUTER | INTERNET | MULTIMEDIA

BETRIEBSSYSTEME

Windows 10

Grundkurs II

10429817	Sachsenmaier Christine	€ 115,20
5.–21. Aug / Mo, Mi 15:00–18:00 12 UE / 4 x / 6–8 TN		
VHS Hietzing		

INTERNET & SICHERHEIT

google Dienste

google Drive und Fotos

10428491	Verein für Medienarbeit und Generationen	€ 28,80
13. Aug / Di 09:00–12:00 3 UE / 1 x / 6–9 TN		
VHS Mariahilf		

Behördenwege online erledigen

19SGG403	Mizerovsky Harald	€ 43,20
6. Aug / Di 17:00–20:00 3 UE / 1 x / 4–5 TN		
VHS Simmering		

Facebook, Twitter & Co

19SGG405	Mizerovsky Harald	€ 43,20
27. Aug / Di 17:00–20:00 3 UE / 1 x / 4–5 TN		
VHS Simmering		

Behördenwege online erledigen

533242	Pazdernik Benjamin Sebastian	€ 43,20
9. Aug / Fr 17:00–20:00 3 UE / 1 x / 4–5 TN		
VHS Meidling		

Internet für Generation 60+

10426398	Sachsenmaier Christine	€ 115,20
26.–29. Aug / Mo, Di, Mi, Do 13:00–16:00 12 UE / 4 x / 6–8 TN		
VHS Hietzing		

PROGRAMMIEREN, WEBENTWICKLUNG UND DESIGN

DO's und DONT's beim Bloggen

18se3050	Belik Jolantha	€ 45,90
8. Aug / Do 18:00–21:00 3 UE / 1 x / 6–8 TN		
VHS polycollege Johannagasse		

Bloggen

Gestalten Sie Ihren Blog effektiv!

19SGG417	Widtmann Martin	€ 69,00
7. Aug / Mi 18:00–21:00 3 UE / 1 x / 4–5 TN		
VHS Simmering		

Do's & Dont's beim Bloggen

WordPress

533145	Belik Jolantha	€ 45,90
22. Aug / Do 18:00–21:00 3 UE / 1 x / 6–10 TN		
VHS Meidling		

SMARTPHONE & TABLET

Smartphone & Tablet Grundkurs (Android)

19SGG404	Mizerovsky Harald	€ 43,20
13. Aug / Di 17:00–20:00 3 UE / 1 x / 4–5 TN		
VHS Simmering		

KINDER | ELTERN

Gymnastik & Fitness

FUNKTIONELLE GYMNASTIK, SANFT & SCHONEND

Mother & Baby Workout (8 - 18 Monate)

Rückbildungsgymnastik nach der Schwangerschaft

10425668	Rodlmayr Elfriede	€ 26,00
5.–26. Aug / Mo 10:30–11:30 4 UE / 4 x / 6–10 TN		
VHS Penzing		

Pädagogik

ELTERNBILDUNG

„Auf vier Beinen Richtung Schule“

19SGG504	Mag. ^a Cerny Sonja	€ 32,40
20.–23. Aug / Di 18:00–19:30, Fr 17:00–18:30 3 UE / 2 x / 4–5 TN		
VHS Simmering		