

# Kursprogramm 2026-1

## Kurse und Veranstaltungen ab Januar bis Juli 2026





Sprachen

«Die Sprache ist die Kleidung  
der Gedanken.»  
*Samuel Johnson*

## FRANZÖSISCH

### A1: C'est parti! – Französisch lernen leicht gemacht Aufbaukurs 26W-4102-1 NEU!

Montag, 05. Januar 2026, 18:00 – 19:30 Uhr  
22 x 90 Min. bis am 29. Juni 2026  
Sandra Maier | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 440.00 😊

### A2: Ça continue! – Französisch für den Alltag Aufbaukurs 26W-4100-6

Mittwoch, 07. Januar 2026, 18:00 – 19:30 Uhr  
22 x 90 Min. bis am 01. Juli 2026  
Sandra Maier | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 550.00 (Kleingruppe)

### A2+/B1: Vous parlez français? Cours de conversation Aufbaukurs 26W-4103 NEU!

Montag, 05. Januar 2026, 19:40 – 21:10 Uhr  
22 x 90 Min. bis am 29. Juni 2026  
Sandra Maier | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 550.00

Weitere Informationen zu den Kursen und verschiedenen Niveaustufen: [www.vhsak.ch](http://www.vhsak.ch)

## B1+/B2: Nous parlons français! Cours de conversation Anwenderkurs 26W-4101

Mittwoch, 07. Januar 2026, 19:40 – 21:10 Uhr  
22 x 90 Min. bis am 01. Juli 2026  
Sandra Maier | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 550.00

## ITALIENISCH

### A2: Bella Italia! Aufbaukurs 26W-4200-4

Donnerstag, 08. Januar 2026, 09:00 – 10:30 Uhr  
22 x 90 Min. bis am 02. Juli 2026  
Sara Crespi Balemi | VHSAK, Münsingen  
CHF 660.00 (Kleingruppe)

### A2: Come si dice? Aufbaukurs 26W-4202-4

Mittwoch, 07. Januar 2026, 17:45 – 19:15 Uhr  
22 x 90 Min. bis am 01. Juli 2026  
Karin Schranz | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 550.00

### B1: Viva l'Italia! Aufbaukurs 26W-4201-4

Dienstag, 06. Januar 2026, 19:00 – 20:30 Uhr  
23 x 90 Min. bis am 30. Juni 2026  
Sonja Maklari Eichmann  
Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 690.00 (Kleingruppe)

### B2/C1: Italienisch - Conversazione e lettura Anwenderkurs 26W-4231

Donnerstag, 08. Januar 2026, 09:00 – 10:30 Uhr  
23 x 90 Min. bis am 02. Juli 2026  
Rosa Di Matteo | Wehrdienste, Münsingen  
CHF 690.00 (Kleingruppe)

## ENGLISCH

### A1: English, yes we can! – Mit Freude lernen ab 60 Aufbaukurs 26W-4400-1 NEU!

Montag, 05. Januar 2026, 08:45 – 10:15 Uhr  
23 x 90 Min. bis am 29. Juni 2026  
Amanda Jakob | VHSAK, Münsingen  
CHF 460.00 😊

### A2+: Keep calm and learn English! Aufbaukurs 26W-4404-1 NEU!

Montag, 05. Januar 2026, 10:20 – 11:50 Uhr  
23 x 90 Min. bis am 29. Juni 2026  
Amanda Jakob | VHSAK, Münsingen  
CHF 460.00 😊

### A1: Hello English! Aufbaukurs 26W-4403-4

Dienstag, 06. Januar 2026, 18:40 – 20:10 Uhr  
24 x 90 Min. bis am 30. Juni 2026  
Amanda Jakob  
Mehrzweckgebäude Kirchstrasse, Wichtrach  
CHF 480.00 😊

### A2: Hello English! Aufbaukurs 26W-4402-1

Dienstag, 06. Januar 2026, 17:00 – 18:30 Uhr  
24 x 90 Min. bis am 30. Juni 2026  
Amanda Jakob  
Mehrzweckgebäude Kirchstrasse, Wichtrach  
CHF 600.00 (Kleingruppe)

### B1: Don't worry – be happy!

Aufbaukurs 26W-4406-1  
Mittwoch, 07. Januar 2026, 18:50 – 20:20 Uhr  
24 x 90 Min. bis am 01. Juli 2026  
Amanda Jakob | VHSAK, Münsingen  
CHF 600.00

**B1: Let's go!**

Aufbaukurs 26W-4401-6

Mittwoch, 07. Januar 2026, 17:15 – 18:45 Uhr  
24 x 90 Min. bis am 01. Juli 2026  
Amanda Jakob | VHSAK, Münsingen  
CHF 720.00 (Kleingruppe)

**C1/C2: Keep it going! – Englisch für Fortgeschrittene 60+ Anwenderkurs 26W-4414**

Montag, 05. Januar 2026, 12:30 – 14:00 Uhr  
23 x 90 Min. bis am 29. Juni 2026  
Amanda Jakob | VHSAK, Münsingen  
CHF 690.00 (Kleingruppe)

Kostenlose Schnupperlektion gewünscht?  
Bitte kontaktieren Sie uns für einen Termin.

Der Kurspreis unserer Kleingruppen (3 – 7 Personen) richtet sich nach der Anzahl Teilnehmenden und der Lektionsdauer. Bitte erkundigen Sie sich bei uns nach dem aktuellen Preis.

**Was bedeutet ☺ ?**

Dank finanzieller Unterstützung des Kantons Bern können bestimmte Sprachkurse zu einem reduzierten Preis angeboten werden.

**SPANISCH****A1: Vamos! Spanisch für Einsteigende**Aufbaukurs 26W-4501-1 **NEU!**

Mittwoch, 07. Januar 2026, 09:00 – 10:30 Uhr  
22 x 90 Min. bis am 01. Juli 2026  
Mónica Mandiola-Álvarez | VHSAK, Münsingen  
CHF 550.00

**A1: Spanisch Aufbaukurs 26W-4503-3**

Mittwoch, 07. Januar 2026, 17:30 – 18:30 Uhr  
22 x 60 Min. bis am 01. Juli 2026  
Mónica Mandiola-Álvarez | VHSAK, Münsingen  
CHF 660.00 (Kleingruppe)

**B2: Spanisch Aufbaukurs 26W-4502-2**

Mittwoch, 07. Januar 2026, 18:45 – 19:45 Uhr  
22 x 60 Min. bis am 01. Juli 2026  
Mónica Mandiola-Álvarez | VHSAK, Münsingen  
CHF 660.00 (Kleingruppe)

**B2: Spanisch Lectura y conversación Anwenderkurs 26W-4506**

Mittwoch, 07. Januar 2026, 18:15 – 19:30 Uhr  
22 x 75 Min. bis am 01. Juli 2026  
Myriam A. Joss-Bernal  
Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 660.00 (Kleingruppe)

**C2: Spanisch Anwenderkurs 26W-4516**

Dienstag, 06. Januar 2026, 08:00 – 09:30 Uhr  
23 x 90 Min. bis am 30. Juni 2026  
Mónica Mandiola-Álvarez  
Volkshochschule Aare-/Kiesental, Münsingen  
CHF 575.00

**DEUTSCH****Hoi Zäme! Mundart verstehen und sprechen****NEU!**

Aufbaukurs 26W-4015-1

Montag, 05. Januar 2026, 18:00 – 19:30 Uhr  
23 x 90 Min. bis am 29. Juni 2026  
Doris Engel | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 575.00

**A1.1: Deutsch als Fremdsprache**

Aufbaukurs Intensiv 26W-4005-2

Dienstag, 06. Januar 2026, 09:00 – 12:00 Uhr  
45 x 180 Min. / 2x wöchentlich Di + Do  
bis am 02. Juli 2026  
Johanna Feurer  
Verein Schlossstrasse 5 (Freizythuus), Münsingen  
CHF 630.00 ☺

**A1.1: Deutsch als Fremdsprache**

Aufbaukurs Intensiv 26W-4009-4

Dienstag, 06. Januar 2026, 13:00 – 15:00 Uhr  
45 x 120 Min. / 2x wöchentlich Di + Do  
bis am 02. Juli 2026  
Johanna Feurer  
Volkshochschule Aare-/Kiesental, Münsingen  
CHF 428.00 ☺

## A1.2: Deutsch als Fremdsprache

**Aufbaukurs Intensiv 26W-4002-3**

Montag, 05. Januar 2026, 18:10 – 20:10 Uhr

44 x 120 Min. / 2x wöchentlich Montag + Mittwoch  
bis am 01. Juli 2026

Olga Danylenko | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 418.00 ☺

## A1.2: Deutsch als Fremdsprache

**Aufbaukurs 26W-4013-5**

Montag, 12. Januar 2026, 18:15 – 20:15 Uhr

21 x 120 Min. bis am 29. Juni 2026  
Katja Emons | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 200.00 ☺

## A2.1: Deutsch als Fremdsprache

**NEU!**

**Aufbaukurs 26W-4004-1**

Dienstag, 06. Januar 2026, 09:00 – 11:00 Uhr

22 x 120 Min. bis am 30. Juni 2026

Gabriele Daniel-Geiser  
Verein Schlossstrasse 5 (Freizythus), Münsingen  
CHF 210.00 ☺

## A2.1: Deutsch als Fremdsprache

**Aufbaukurs Intensiv 26W-4008-1**

Montag, 05. Januar 2026, 13:00 – 15:00 Uhr

43 x 120 Min. / 2x wöchentlich Mo + Mi  
bis am 01. Juli 2026

Dolores Marie Helena Gerber  
Wehrdienste, Münsingen  
CHF 410.00 ☺

## A2.2: Deutsch als Fremdsprache

**Aufbaukurs Intensiv 26W-4011-2**

Mittwoch, 07. Januar 2026,  
Mi 08:45 – 10:45 Uhr / Do 14:00 – 16:00 Uhr

45 x 120 Min. / 2x wöchentlich Mi + Do  
bis am 02. Juli 2026

Ref. Kirchgemeindehaus, Münsingen  
CHF 428.00 ☺

## A2.2: Deutsch als Fremdsprache

**Aufbaukurs 26W-4007-3**

Mittwoch, 07. Januar 2026, 09:00 – 11:00 Uhr

23 x 120 Min. bis am 01. Juli 2026

Gabriele Daniel-Geiser | Wehrdienste, Münsingen  
CHF 220.00 ☺

## B1.1: Deutsch als Fremdsprache

**Aufbaukurs Intensiv 26W-4012-2**

Dienstag, 06. Januar 2026, 17:00 – 19:00 Uhr

47 x 120 Min. / 2x wöchentlich Di + Do  
bis am 02. Juli 2026

Doris Engel | Freizeitwerk, Konolfingen  
CHF 447.00 ☺

## B1.2: Deutsch als Fremdsprache

**Aufbaukurs 26W-4010-6**

Donnerstag, 15. Januar 2026, 19:00 – 21:00 Uhr

20 x 120 Min. bis am 02. Juli 2026

Katja Emons | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 190.00 ☺

**Unsere Niveaustufen richten sich nach  
dem Europäischen Sprachenportfolio:**

**A1 / A2: Grundstufe**

**B1 / B2: Mittelstufe**

**C1 / C2: Oberstufe**

**[www.sprachenportfolio.ch](http://www.sprachenportfolio.ch)**

## B1.2: Deutsch als Fremdsprache

**Aufbaukurs Intensiv 26W-4014-3**

Dienstag, 06. Januar 2026, 14:00 – 16:00 Uhr

47 x 120 Min. / 2x wöchentlich Di + Do  
bis am 02. Juli 2026

Doris Engel | Wehrdienste, Münsingen  
CHF 447.00 ☺

## B1.2: Deutsch als Fremdsprache

**Aufbaukurs 26W-4001-5**

Mittwoch, 14. Januar 2026, 09:00 – 11:00 Uhr

22 x 120 Min. bis am 01. Juli 2026

Katja Emons  
Ref. Kirchgemeindehaus Münsingen, Münsingen  
CHF 210.00 ☺

## B1.2: Deutsch als Fremdsprache

**Aufbaukurs 26W-4003-4**

Donnerstag, 08. Januar 2026, 18:30 – 20:30 Uhr

21 x 120 Min. bis am 02. Juli 2026

Nadine Tschanz | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 200.00 ☺

## B1.2: Deutsch als Fremdsprache

**Aufbaukurs Intensiv 26W-4016-6**

Montag, 05. Januar 2026, 18:15 – 19:45 Uhr

43 x 90 Min. / 2x wöchentlich Mo + Do  
bis am 02. Juli 2026

Evelyne Zumstein  
Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 300.00 ☺

## EINBÜRGERUNG

Einbürgerungswillige Personen wenden sich zuerst an ihre Einwohnergemeinde.

### Einbürgerungskurs – Die Schweiz verstehen 26W-2002

Mittwoch, 06. Mai 2026, 19:10 – 21:40 Uhr  
5 x 150 Min. bis am 03. Juni 2026  
Andreas Zumstein  
Schulzentrum Rebacker, **Münsingen**  
CHF 320.00 (inkl. Lehrmittel)



### Einbürgerungstest des Kantons Bern

26W-2004

Montag, 02. März 2026, 18:30 – 20:00 Uhr  
Anmeldung bis 09. Februar 2026

26W-2005

Montag, 29. Juni 2026, 18:30 – 20:00 Uhr  
Anmeldung bis 01. Juni 2026

Volkshochschule Aare-/Kiesental, **Münsingen**  
CHF 300.00

Weitere Informationen und wichtige  
Hinweise: [www.vhsak.ch/einbuergerungen](http://www.vhsak.ch/einbuergerungen)



## Kulinarik

*«Brot und Wasser stillen den Hunger  
jedes Menschen, aber unsere Kultur  
hat die Gastronomie erfunden.»*  
Honoré de Balzac

### Frozen Magic – Dein Gelato Abenteuer 26W-3300

Freitag, 13. Februar 2026, 18:00 – 21:00 Uhr  
Domenico Di Gregorio | Gelateria La Golosa, **Bern**  
CHF 135.00 (inkl. Vaschetta und Apéro)



### Schicht für Schicht zum Tortenglück

Freitag, 20. Februar 2026, 17:30 – 21:30 Uhr  
Claudine Rubin | Schulhaus Kirchbühl, **Konolfingen**  
CHF 100.00 (+ Materialkosten CHF 20.00)

### Backen mit Lievito Madre – Gesunder Brotgenuss 26W-3302

Samstag, 21. März 2026, 09:00 – 13:30 Uhr  
Michaela Studer | Schulhaus Kirchbühl, **Konolfingen**  
CHF 90.00 (+ Materialkosten CHF 20.00)

### Fermentieren im Alltag – natürlich und gesund 26W-3303

Samstag, 25. April 2026, 09:00 – 13:30 Uhr  
Michaela Studer | Schulhaus Kirchbühl, **Konolfingen**  
CHF 90.00 (+ Materialkosten CHF 20.00)

## Kulinarische Weltreisen

in Zusammenarbeit mit  Colibri Treff Münsingen

### Albanien 26W-3304

Samstag, 09. Mai 2026, 09:00 – 13:00 Uhr  
Nurdjan Selmani | Schulhaus Kirchbühl, **Konolfingen**  
CHF 80.00

### Äthiopien 26W-3305

Samstag, 30. Mai 2026, 09:00 – 13:00 Uhr  
Tsige Schaad | Schulhaus Kirchbühl, **Konolfingen**  
CHF 80.00

Detaillierte Kursbeschreibungen unter  
[www.vhsak.ch](http://www.vhsak.ch)



## Kreatives

### Urban Sketching

#### Reiseskizzen und Nature Journaling 26W-3206

Dienstag, 27. Januar 2026, 18:30 – 21:00 Uhr  
4 x 150 Min. bis am 17. Februar 2026

#### Alltags- und Reiseskizzen 26W-3205

Donnerstag, 28. Mai 2026, 18:00 – 20:30 Uhr  
4 x 150 Min. bis am 18. Juni 2026

Barbara Grünenfelder, Gestalterin  
Volkshochschule Aare-/Kiesental, Münsingen  
CHF 180.00 (+ Materialkosten CHF 5.00)

### Leuchtendes Glas – Solarlampe löten

#### 26W-3208

Samstag, 14. März 2026, 09:00 – 12:00 Uhr

#### 26W-3209

Samstag, 06. Juni 2026, 09:00 – 12:00 Uhr

Karin Hofer | VHSACK, Münsingen

CHF 90.00

(+ Materialkosten ca. CHF 14.00 pro Solarleuchte)

### Zentangle Grundkurs Kreative Muster Schritt für Schritt

#### 26W-3201

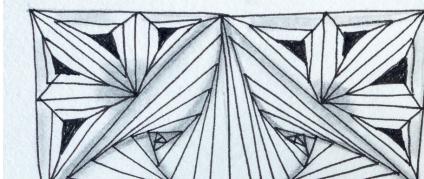
Montag, 09. März 2026, 18:00 – 21:00 Uhr

#### 26W-3202

Mittwoch, 25. März 2026, 18:00 – 21:00 Uhr

Karin Wolf | Schulzentrum Rebacker, Münsingen

CHF 60.00 (+ Materialkosten CHF 15.00)



### Zentangle im Frühling – Blütenzauber

#### 26W-3203

Mittwoch, 22. April 2026, 18:00 – 21:00 Uhr

2 x 180 Min. bis am 29. April 2026

Karin Wolf | Schulzentrum Rebacker, Münsingen

CHF 120.00 (+ Materialkosten CHF 15.00)

### Schnitzkunst: Individuelles Salatbesteck aus Lindenholz 26W-3200

Samstag, 25. April 2026, 09:00 – 13:00 Uhr

2 x 240 Min. bis am 02. Mai 2026

Nicole Guyan

Oberstufenzentrum Stockhorn, Konolfingen

CHF 120.00 (+ Materialkosten CHF 50.00)

### Aquarellmalerei

#### Grundtechniken – Farbe, Wasser, Pinsel 26W-3204

Freitag, 13. Februar 2026, 18:00 – 20:00 Uhr

6 x 120 Min. bis am 27. März 2026

#### Aufbaukurs – Technik und Ausdruck 26W-3207

Freitag, 24. April 2026, 18:00 – 20:00 Uhr

6 x 120 Min. bis am 05. Juni 2026

Silvia Torres Lusuardi, Aquarellmalerin

Volkshochschule Aare-/Kiesental, Münsingen

CHF 260.00 (+ Materialkosten CHF 5.00)

### Tierisch fotografen – Einstieg in die Tierfotografie 26W-3501

Dienstag, 21.04. bis 05.05.2026, 18:00 – 20:00 Uhr (3x),

Samstag, 09. Mai 2026, 09:00 – 13:00 Uhr

Dienstag, 12. Mai, 18:00 – 21:00 Uhr

Barbara Schärer | VHSACK, Münsingen  
CHF 260.00



*Moment By Barbara Schärer*  
Die Materialkosten unserer Kreativkurse werden direkt im Kurs bezahlt.



## Exkursionen / Führungen

*„Nimm nur Erinnerungen mit, hinterlasse nichts außer Fußspuren.“  
Chief Seattle*

### Entdeckungstour durch das Berner Generationenhaus

26W-3000

Freitag, 06. März 2026, 14:00 – 15:30 Uhr  
CHF 20.00

### Flugzeuge hautnah – Werft-Tour

Flughafen Zürich

26W-3001

Freitag, 29. Mai 2026, 13:00 – 15:30 Uhr  
CHF 45.00



### Bernisches Kulturgut entdecken

Führungen mit Samuel Sommer, Kulturvermittler

#### Schloss Utzigen

26W-3002

Freitag, 20. März 2026, 16:00 – 17:00 Uhr

26W-3003

Freitag, 27. März 2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Schloss Utzigen, Wuhlstrasse 110a, Utzigen

CHF 30.00



#### Neues Schloss Bümpliz

26W-3004

Mittwoch, 22. April 2026, 16:00 – 17:00 Uhr  
Neues Schloss Bümpliz, Bümplizstr. 97, Bern  
CHF 30.00

Melden Sie sich möglichst früh, bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn an.

#### Anmeldetermin verpasst?

Vielleicht hat es noch freie Plätze.  
Rufen Sie uns an.

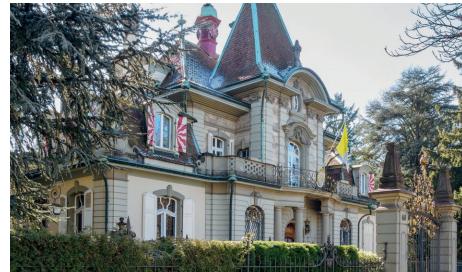
### Nuntiatur – Villa «Le Pavillon»

26W-3005

Freitag, 22. Mai 2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Nuntiatur, Thunplatz, Bern

CHF 30.00



### Entdeckung der Villa im Kocherpark

26W-3006

Freitag, 12. Juni 2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Villa Kocher, Schlösslistrasse 5, Bern

CHF 30.00



Eine frühzeitige Anmeldung erhöht die Durchführungschancen unserer Kurse.



Mensch / Tier /  
Natur

«Das Ziel des Lebens ist ein Leben im  
Einklang mit der Natur.»  
Zenon von Kition

### Handreflex-Massage

Entdecke den faszinierenden Schatz  
in deinen Händen 26W-3400  
Donnerstag, 07. Mai 2026, 18:00 – 20:00 Uhr  
Barbara Schertenleib, Resilienz-/Stress-Coach  
Ref. Kirchgemeindehaus Münsingen, Münsingen  
CHF 45.00

Praxis-Workshop –  
Die Gesundheit liegt in deinen Händen 26W-3401  
Samstag, 06. Juni 2026, 08:30 – 12:00 Uhr  
Barbara Schertenleib, Resilienz-/Stress-Coach  
Verein Schlossstrasse 5 (Freizythus), Münsingen  
CHF 90.00



Wissen

«Es ist nicht genug zu wissen - man  
muss auch anwenden. Es ist nicht genug  
zu wollen - man muss auch tun.»  
Johann Wolfgang von Goethe

### Weniger Zeug, mehr Zeit – Aufräumen mit System 26W-3100

Dienstag, 03. + 24. März 2026, 18:00 – 19:40 Uhr  
Elisbeth Rohrbach  
Volkshochschule Aare-/Kiesental, Münsingen  
CHF 100.00

### Das Universum verstehen – Von den Anfängen bis zur Zukunft 26W-3101

Mittwoch, 11. März 2026, 19:00 – 20:00 Uhr  
3 x 60 Min. bis am 25. März 2026  
Marcel Prohaska, Leiter Sternwarte SIRIUS  
Ref. Kirchgemeindehaus Münsingen  
CHF 80.00



Weitere Kursinformationen  
finden Sie auf unserer  
Webseite: [www.vhsak.ch](http://www.vhsak.ch)

Gerne beantworten wir Ihre  
Fragen und beraten Sie.

Kontaktieren Sie uns unter  
Tel. 031 721 62 54

Montag – Donnerstag von  
9.00 – 11.30 Uhr



Eine frühzeitige Anmeldung erhöht die  
Durchführungschancen unserer Kurse.



## Digital

### Bitcoin und Blockchain verstehen und anwenden

26W-3500

Dienstag, 21. April 2026, 19:00 – 21:00 Uhr

4 x 120 Min. bis am 12. Mai 2026

Jürg Kradolfer | ONLINE-Seminar (Zoom)

CHF 220.00 (inkl. Bitcoins CHF 20.00)



Melden Sie sich möglichst früh, bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn an.

Anmeldetermin verpasst?  
Vielleicht hat es noch freie Plätze.  
Rufen Sie uns an.



## Kids

### Eltern-Kind-Turnen – Gemeinsam aktiv!

26W-5005

Mittwoch, 07. Januar 2026, 09:10 – 10:10 Uhr

21 x 60 Min. bis am 01. Juli 2026

Edith Weiss | Schulzentrum Rebacker, Münsingen

CHF 273.00 / zwei Geschwister CHF 410.00



### Kennen Sie unseren Newsletter?

Keinen Kurs mehr verpassen und anmelden unter [www.vhsak.ch](http://www.vhsak.ch)

## Schenken Sie Wissen

Eine besondere Überraschung für alle, die sich gerne weiterbilden:

Der VHSAK-Bildungsgutschein.





## Bewegung

### Fit auf der Loipe – Langlauf

Klassische Technik – für Einsteigende 26W-7300  
Samstag, 24. Januar 2026, 09:30 – 11:30 Uhr

Skating Technik – für Einsteigende und  
Fortschrittene 26W-7301  
Samstag, 24. Januar 2026, 13.00 – 15.00 Uhr

Christian Zürcher, Langlauflehrer  
Langnau-Trüb Loipe, Trüb  
CHF 50.00 (+ Miete Ausrüstung und Eintritt CHF 17.00)

Antara® – das moderne Rückentraining  
26W-7305

Montag, 05. Januar 2026, 17:30 – 18:30 Uhr  
22 x 60 Min. bis am 29. Juni 2026  
Sandra Kunz  
Verein Schlossstrasse 5 (Freizythus), Münsingen  
CHF 440.00

Ganzkörpertraining im Einklang mit der  
Atmung nach der Methode Klara Wolf  
26W-7304

Donnerstag, 08. Januar 2026, 09:00 – 10:00 Uhr  
22 x 60 Min. bis am 09. Juli 2026  
Ursula Wildbolz | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 440.00

### Faszien Yoga

26W-7302 NEU!  
Dienstag, 06. Januar 2026, 17:15 – 18:15 Uhr  
23 x 60 Min. bis am 30. Juni 2026

Stephanie Zürcher  
Tanzstudio Line Dancers Aaretal, Münsingen  
CHF 460.00

### Pilates

26W-7014  
Dienstag, 06. Januar 2026, 18:30 – 19:30 Uhr

26W-7015  
Dienstag, 06. Januar 2026, 19:40 – 20:40 Uhr  
23 x 60 Min. bis am 30. Juni 2026  
Stephanie Zürcher  
Tanzstudio Line Dancers Aaretal, Münsingen  
CHF 460.00

### 26W-7017

Mittwoch, 07. Januar 2026, 08:45 – 09:45 Uhr

26W-7016  
Mittwoch, 07. Januar 2026, 10:00 – 11:00 Uhr  
23 x 60 Min. bis am 01. Juli 2026  
Patrizia Oberhofer  
Tanzstudio Line Dancers Aaretal, Münsingen  
CHF 460.00

Kostenloses Probetraining gewünscht?  
Bitte kontaktieren Sie uns für einen Termin.

### Pilates Flow

26W-7018  
Montag, 05. Januar 2026, 19:00 – 20:00 Uhr  
22 x 60 Min. bis am 29. Juni 2026  
Nicole Cerratti | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 440.00

### ZUMBA® Fitness

26W-7120  
Montag, 05. Januar 2026, 17:55 – 18:55 Uhr  
21 x 60 Min. bis am 29. Juni 2026  
Delia Schwab | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 420.00

### Qi Gong Yangsheng

26W-7303  
Montag, 02. Februar 2026, 18:40 – 19:40 Uhr  
18 x 60 Min. bis am 29. Juni 2026  
Cornelia Rittiner  
Verein Schlossstrasse 5 (Freizythus), Münsingen  
CHF 360.00

### Bewusstheit durch Bewegung

26W-7200  
Donnerstag, 08. Januar 2026, 08:45 – 09:45 Uhr

26W-7201  
Donnerstag, 08. Januar 2026, 10:00 – 11:00 Uhr

26W-7202  
Donnerstag, 08. Januar 2026, 18:30 – 19:30 Uhr  
20 x 60 Min. bis am 09. Juli 2026  
Kathrin E. Lüthi | Tubaki, Münsingen  
CHF 560.00

# ALLGEMEINE INFORMATIONEN FÜR KURSBESUCHENDE

## Kurssemester/ Ferien

1. Semester 2026:	5. Januar – 3. Juli 2026
Sportwoche:	21. Februar – 1. März 2026
Frühlingsferien:	3. – 19. April 2026
Sommerferien:	4. Juli – 9. August 2026
2. Semester 2026:	10. August – 23. Dezember 2026

## Persönliche oder telefonische Beratung

Mo – Do: 09.00 – 11.30 Uhr

## Kursanmeldung

Sie können sich telefonisch, per E-Mail oder via Internet [www.vhsak.ch](http://www.vhsak.ch) anmelden. Spätestens 5 Tage vor Kursbeginn erhalten Sie unsere schriftliche Bestätigung der Kursdurchführung. Eine frühzeitige Anmeldung erleichtert uns die Planung und Organisation und erhöht die Durchführungschancen. Kurzfristige Kursteilnahmen sind auf Anfrage möglich.

## Kursabmeldung

Ihre Anmeldung ist grundsätzlich verbindlich und verpflichtet Sie zum Bezahlung des Kursgeldes. Abmeldungen bei Unfall oder Krankheit (Arztzeugnis) werden schriftlich entgegengenommen. Eine Bearbeitungsgebühr von CHF 30.00 wird Ihnen in Rechnung gestellt. Ferienabwesenheiten werden nicht zurückerstattet.

## Kursabsage

Wir behalten uns das Recht vor, einen Kurs mangels Anmeldungen abzusagen. Die Absage erfolgt ca. 1 Woche vor Kursbeginn.

## Kurskosten

Der Kursbetrag ist nach Erhalt der Rechnung innert 30 Tagen zu begleichen. Versäumte Lektionen berechtigen zu keiner Reduktion der Kurskosten.

## Kleingruppen

Bei einer zu geringen Zahl an Lernenden kann der Kurs, nach Absprache mit der Kursleitung und den Teilnehmenden, mit einem Kleingruppenzuschlag durchgeführt werden.

## Versicherung/Haftung

Wir übernehmen keine Haftung für Personen- oder Sachschäden. Die Versicherung gegen Unfälle in Kursen und Exkursionen ist Sache der Teilnehmenden.

## Kursdauer

Die genaue Dauer des Kurses ist in der Ausschreibung ersichtlich. Während den offiziellen Schulferien finden in der Regel keine Kurse statt.

## Weitere Informationen

Unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen sowie die Datenschutzerklärung finden Sie unter [www.vhsak.ch](http://www.vhsak.ch)

**Unser Kursprogramm 2026-2 ist ab Juli 2026 online verfügbar, als Druckausgabe ab August 2026.**



Mit der Bank SLM  
wird die Eigenheim-  
finanzierung zum  
Kinderspiel.

[bankslm.ch/hypothek](http://bankslm.ch/hypothek)

**BANKSLM**  
Mit üs cha me rede