

# Kursprogramm 2026-2

Kurse und Veranstaltungen ab August bis Dezember 2026





## Sprachen

«Mit Sprachen bist du überall  
zu Hause.»

Edward De Waal

### FRANZÖSISCH

#### A1: C'est parti! – Französisch lernen leicht gemacht

Aufbaukurs 265-4102-2

Montag, 10. August 2026, 18:00 – 19:30 Uhr

15 x 90 Min. bis am 14. Dezember 2026

Sandra Maier | Schulzentrum Rebacker, Münsingen

CHF 375.00 (Kleingruppe)

#### A2: Ça continue! – Französisch im Alltag

Aufbaukurs 265-4100-7

Montag, 10. August 2026, 19:40 – 21:10 Uhr

15 x 90 Min. bis am 14. Dezember 2026

Sandra Maier | Schulzentrum Rebacker, Münsingen

CHF 375.00 (Kleingruppe)

#### A2+: Ça continue encore!

Aufbaukurs 265-4103 **NEU!**

Mittwoch, 12. August 2026, 18:00 – 19:30 Uhr

15 x 90 Min. bis am 16. Dezember 2026

Sandra Maier | Schulzentrum Rebacker, Münsingen

CHF 300.00 ☺

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

#### B1+/B2: Nous parlons français! Cours de conversation

Anwenderkurs 265-4101

Mittwoch, 12. August 2026, 19:40 – 21:10 Uhr

15 x 90 Min. bis am 16. Dezember 2026

Sandra Maier | Schulzentrum Rebacker, Münsingen

CHF 375.00

### ITALIENISCH

#### A1: Ciao Italia – Italienisch für Einsteigende

Aufbaukurs 265-4203-1 **NEU!**

Donnerstag, 13. August 2026, 10:45 – 12:15 Uhr

16 x 90 Min. bis am 17. Dezember 2026

Sara Crespi Balemi | VHSAK, Münsingen

CHF 400.00

#### A2: Si continua! Italiano in pratica

Aufbaukurs 265-4202-5

Mittwoch, 12. August 2026, 18:00 – 19:30 Uhr

16 x 90 Min. bis am 16. Dezember 2026

Cloè Vittoria Mini

Schulzentrum Rebacker, Münsingen

CHF 480.00 (Kleingruppe)

#### A2: Bella Italia!!

Aufbaukurs 265-4200-5

Donnerstag, 13. August 2026, 09:00 – 10:30 Uhr

16 x 90 Min. bis am 17. Dezember 2026

Sara Crespi Balemi | VHSAK, Münsingen

CHF 480.00 (Kleingruppe)

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

#### B1: Viva l'Italia!

Aufbaukurs 265-4201-5

Dienstag, 11. August 2026, 19:00 – 20:30 Uhr

16 x 90 Min. bis am 15. Dezember 2026

Sonja Maklari Eichmann

Schulzentrum Rebacker, Münsingen

CHF 480.00 (Kleingruppe)

#### B2/C1: Italienisch – Conversazione e lettura

Anwenderkurs 265-4231

Donnerstag, 13. August 2026, 09:00 – 10:30 Uhr

16 x 90 Min. bis am 17. Dezember 2026

Rosa Di Matteo | Wehrdienste, Münsingen

CHF 480.00 (Kleingruppe)

### ENGLISCH

#### A1: Yes, we can! Englisch für Einsteigende

Aufbaukurs 265-4400-1 **NEU!**

Montag, 10. August 2026, 08:45 – 10:15 Uhr

16 x 90 Min. bis am 14. Dezember 2026

Amanda Jakob | VHSAK, Münsingen

CHF 320.00 ☺

#### A1: Hello English!

Aufbaukurs 265-4403-5

Dienstag, 11. August 2026, 18:40 – 20:10 Uhr

16 x 90 Min. bis am 15. Dezember 2026

Amanda Jakob

Mehrzweckgebäude Kirchstrasse, Wichtrach

CHF 400.00 (Kleingruppe)

#### A2: Hello English!

Aufbaukurs 265-4402-2

Dienstag, 11. August 2026, 17:00 – 18:30 Uhr

16 x 90 Min. bis am 15. Dezember 2026

Amanda Jakob

Mehrzweckgebäude Kirchstrasse, Wichtrach

CHF 400.00 (Kleingruppe)

## A2+: Keep calm and learn English!

Aufbaukurs 26S-4404-1

Montag, 10. August 2026, 10:20 – 11:50 Uhr

16 x 90 Min. bis am 14. Dezember 2026

Amanda Jakob | VHS AK, Münsingen

CHF 320.00 😊

## B1: Don't worry – be happy!

Aufbaukurs 26S-4406-2

Mittwoch, 12. August 2026, 18:50 – 20:20 Uhr

12 x 90 Min. bis am 18. November 2026

Amanda Jakob | VHS AK, Münsingen

CHF 300.00

## B2: Let's go!

Aufbaukurs 26S-4401-1

Mittwoch, 12. August 2026, 17:15 – 18:45 Uhr

16 x 90 Min. bis am 16. Dezember 2026

Amanda Jakob | VHS AK, Münsingen

CHF 480.00 (Kleingruppe)

## C1/C2: Keep it going! – Englisch für

Fortgeschrittene 60+ Anwenderkurs 26S-4414

Montag, 10. August 2026, 12:30 – 14:00 Uhr

16 x 90 Min. bis am 14. Dezember 2026

Amanda Jakob | VHS AK, Münsingen

CHF 480.00 (Kleingruppe)

## Was bedeutet 😊 ?

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

## SPANISCH

### A1: Vamos! Spanisch für Einsteigende

Aufbaukurs 26S-4501-1 **NEU!**

Mittwoch, 12. August 2026, 09:00 – 10:30 Uhr

16 x 90 Min. bis am 16. Dezember 2026

Mónica Mandiola-Álvarez | VHS AK, Münsingen

CHF 400.00

### A1: Spanisch

Aufbaukurs 26S-4503-4

Mittwoch, 14. Oktober 2026, 17:30 – 18:30 Uhr

10 x 60 Min. bis am 16. Dezember 2026

Mónica Mandiola-Álvarez | VHS AK, Münsingen

CHF 350.00 (Kleingruppe)

### B2: Spanisch

Aufbaukurs 26S-4502-3

Mittwoch, 12. August 2026, 19:00 – 20:30 Uhr

16 x 90 Min. bis am 16. Dezember 2026

Mónica Mandiola-Álvarez | VHS AK, Münsingen

CHF 480.00 (Kleingruppe)

### B2: Spanisch Lectura y conversación

Anwenderkurs 26S-4506

Mittwoch, 12. August 2026, 18:15 – 19:30 Uhr

16 x 75 Min. bis am 16. Dezember 2026

Myriam A. Joss-Bernal

Schulzentrum Rebacher, Münsingen

CHF 480.00 (Kleingruppe)

### C2: Spanisch

Anwenderkurs 26S-4516

Dienstag, 11. August 2026, 08:00 – 09:30 Uhr

16 x 90 Min. bis am 15. Dezember 2026

Mónica Mandiola-Álvarez | VHS AK, Münsingen

CHF 400.00



## DEUTSCH

### Konversationskurs: Bärndütsch / Schwiizerdütsch

Aufbaukurs 26S-4015-2

Mittwoch, 14. Oktober 2026, 18:00 – 19:30 Uhr

10 x 90 Min. bis am 16. Dezember 2026

Doris Engel | Schulzentrum Rebacher, Münsingen

CHF 250.00

### Alphabetisierung 1 – Start ins lateinische Alphabet

Aufbaukurs Intensiv 26S-4014-1 **NEU!**

Dienstag, 11. August 2026, 14:00 – 16:00 Uhr

32 x 120 Min. / 2x wöchentlich Di + Do

bis am 17. Dezember 2026

Doris Engel | Wehrdienste, Münsingen

CHF 320.00 😊

### A1.1: Deutsch als Fremdsprache für Einsteigende

Aufbaukurs 26S-4006-1 **NEU!**

Dienstag, 11. August 2026, 18:00 – 20:00 Uhr

16 x 120 Min. bis am 15. Dezember 2026

Olga Danylenko | Schulzentrum Rebacher, Münsingen

CHF 160.00 😊

### A1.1: Deutsch als Fremdsprache für Einsteigende

Aufbaukurs Intensiv 26S-4012-1 **NEU!**

Dienstag, 11. August 2026, 17:00 – 19:00 Uhr

32 x 120 Min. / 2x wöchentlich Di + Do

bis am 17. Dezember 2026

Doris Engel | Freizeitwerk, Konolfingen

CHF 320.00 😊

## A1.2: Deutsch als Fremdsprache

Aufbaukurs Intensiv 26S-4009-5

Dienstag, 11. August 2026, 13:00 – 15:00 Uhr  
32 x 120 Min. / 2x wöchentlich Di + Do  
bis am 17. Dezember 2026  
Johanna Feurer | VHSAK, Münsingen  
CHF 320.00 😊

## A2.1: Deutsch als Fremdsprache

Aufbaukurs Intensiv 26S-4002-1

Montag, 10. August 2026, 18:10 – 20:10 Uhr  
32 x 120 Min. / 2x wöchentlich Mo + Mi  
bis am 16. Dezember 2026  
Olga Danylenko | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 320.00 😊

## A2.1: Deutsch als Fremdsprache

Aufbaukurs Intensiv 26S-4005-1

Dienstag, 11. August 2026, 09:00 – 12:00 Uhr  
32 x 180 Min. / 2x wöchentlich Di + Do  
bis am 17. Dezember 2026  
Johanna Feurer | Verein Schlossstrasse 5, Münsingen  
CHF 480.00 😊

## A2.1: Deutsch als Fremdsprache

Aufbaukurs 26S-4013-1

Montag, 10. August 2026, 18:15 – 20:15 Uhr  
16 x 120 Min. bis am 14. Dezember 2026  
Katja Emons | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 160.00 😊

## A2.1: Deutsch als Fremdsprache

Aufbaukurs Intensiv 26S-4008-2

Montag, 10. August 2026, 13:00 – 15:00 Uhr  
32 x 120 Min. / 2x wöchentlich Mo + Mi  
bis am 16. Dezember 2026  
Dolores Gerber | Wehrdienste, Münsingen  
CHF 320.00 😊

## A2.2: Deutsch als Fremdsprache

Aufbaukurs 26S-4004-2

Dienstag, 11. August 2026, 09:00 – 11:00 Uhr  
16 x 120 Min. bis am 15. Dezember 2026  
Gabriele Danial-Geiser  
Verein Schlossstrasse 5, Münsingen  
CHF 160.00 😊

## A2.2: Deutsch als Fremdsprache

Aufbaukurs 26S-4007-4

Mittwoch, 12. August 2026, 09:00 – 11:00 Uhr  
16 x 120 Min. bis am 16. Dezember 2026  
Gabriele Danial-Geiser | Wehrdienste, Münsingen  
CHF 160.00 😊

## B1.1: Deutsch als Fremdsprache

Aufbaukurs Intensiv 26S-4011-1

Mittwoch, 12. August 2026,  
Mi: 08:45 – 10:45 Uhr, Do: 13:45 – 15:45 Uhr  
32 x 120 Min. / 2x wöchentlich Mi + Do  
bis am 17. Dezember 2026  
Andrea Huber  
Ref. Kirchgemeindehaus, Münsingen  
CHF 320.00 😊

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 – Training

Anwenderkurs 26S-4003-5

Donnerstag, 13. August 2026, 18:30 – 20:30 Uhr  
16 x 120 Min. bis am 17. Dezember 2026  
Nadine Tschanz | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 160.00 😊

## B1+: Deutsch als Fremdsprache

Aufbaukurs 26S-4001-1

Mittwoch, 12. August 2026, 09:00 – 11:00 Uhr  
16 x 120 Min. bis am 16. Dezember 2026  
Katja Emons | Ref. Kirchgemeindehaus, Münsingen  
CHF 160.00 😊

## B1+: Deutsch als Fremdsprache

Aufbaukurs 26S-4010-1

Donnerstag, 13. August 2026, 19:00 – 21:00 Uhr  
16 x 120 Min. bis am 17. Dezember 2026  
Katja Emons | Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 160.00 😊

## B1+: Deutsch als Fremdsprache

Aufbaukurs Intensiv 26S-4016-1

Montag, 10. August 2026, 18:15 – 19:45 Uhr  
32 x 90 Min. / 2x wöchentlich Mo + Do  
bis am 17. Dezember 2026  
Evelyne Zumstein  
Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 256.00 😊

Der Einstieg in unsere Sprachkurse ist jederzeit möglich.

## EINBÜRGERUNG

Einbürgerungswillige Personen wenden sich zuerst an ihre Einwohnergemeinde.

### Einbürgerungskurs – Die Schweiz verstehen 265-2002

Dienstag, 20. Oktober 2026, 18:00 – 20:30 Uhr  
5 x 150 Min. bis am 17. November 2026  
Andreas Zumstein  
Schulzentrum Rebacker, Münsingen  
CHF 329.00 (inkl. Lehrmittel)



### Einbürgerungstest des Kantons Bern 265-2004

Montag, 30. November 2026, 18:30 – 20:00 Uhr  
Volkshochschule Aare-/Kiesental, Münsingen  
CHF 300.00 / Anmeldung bis am 9. November 2026

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

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



## Kulinarik

*«Das Kochen ist ein wenig wie Kino.  
Was zählt, ist das Gefühl.»*  
Anne-Sophie Pic

## Kulinarische Weltreisen

in Zusammenarbeit mit  Colibri Treff Münsingen

### Äthiopien 265-3305

Samstag, 17. Oktober 2026, 09:00 – 13:00 Uhr  
Tsige Schaad | Schulhaus Kirchbühl, Konolfingen  
CHF 80.00

### Afghanistan 265-3301

Samstag, 21. November 2026, 09:00 – 13:00 Uhr  
Sadia Turkmani | Schulhaus Kirchbühl, Konolfingen  
CHF 80.00

### Alte Brotbackkunst neu entdeckt – Lievito Madre, Sauerteig & Wasserkefir

265-3302

Samstag, 14. November 2026, 09:00 – 13:30 Uhr  
Michaela Studer | Schulhaus Kirchbühl, Konolfingen  
CHF 90.00

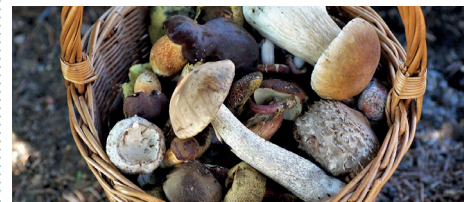
### Getränke fermentieren im Alltag – Kombucha, Wasserkefir und rote Beete Kwas 265-3303

Samstag, 24. Oktober 2026, 09:00 – 13:30 Uhr  
Michaela Studer | Schulhaus Kirchbühl, Konolfingen  
CHF 90.00



### Das Reich der Pilze entdecken – für Anfänger und Fortgeschrittene 265-3304

Mittwoch, 19.8. / 26.8. und 2.9.2026,  
19:00 – 20:30 Uhr (Theorie)  
Samstag, 12.9.2026, 09:00 – 12:00 Uhr  
(Praxis im Wald)  
Daniel Rügsegger, Pilzkontrolleur  
Ref. Kirchengemeindehaus, Münsingen  
CHF 140.00





Kreatives

*«Alles, was du dir vorstellen kannst, ist real»  
Pablo Picasso*

### Ein Guss – ein Unikat:

#### Silberschmuck mit Seele 265-3201

Samstag, 05. Dezember 2026, 09:00 – 15:00 Uhr  
Maya Friedli  
Oberstufenzentrum Stockhorn, **Konolfingen**  
CHF 128.00

#### Aquarellmalerei Grundkurs 265-3202

Freitag, 14. August 2026, 18:00 – 20:00 Uhr  
6 x 120 Min. bis am 18. September 2026  
Silvia Torres Lusuardi  
Volkshochschule Aare-/Kiesental, **Münsingen**  
CHF 260.00

### Urban Sketching, Alltags- und Reiseskizzen

265-3205

Mittwoch, 26. August 2026, 18:00 – 20:30 Uhr  
4 x 150 Min. bis am 16. September 2026

265-3206

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

Barbara Grünenfelder  
Schulzentrum Rebacker, **Münsingen**  
CHF 180.00

### Farbe erleben – Theorie zur Gestaltung in der Aquarellmalerei 265-3203

Freitag, 16. Oktober 2026, 18:00 – 20:00 Uhr  
6 x 120 Min. bis am 20. November 2026  
Silvia Torres Lusuardi | VHS AK, **Münsingen**  
CHF 260.00



### Perle für Perle – Kulturperlenketten selbst knüpfen 265-3204

Freitag, 27. November 2026, 10:00 – 17:00 Uhr  
Therese Vetsch | VHS AK, **Münsingen**  
CHF 85.00



Eine frühzeitige Anmeldung erhöht die Durchführungschancen unserer Kurse.

## Schenken Sie Wissen

Eine besondere Überraschung für alle, die sich gerne weiterbilden:

Der VHS AK-Bildungsgutschein.





Exkursionen /  
Führungen

*«Ich war noch nicht überall, aber es  
steht auf meiner Liste.»*  
Susan Sonntag

**Vom Rohstoff zum Genuss – erlebe  
Braukunst hautnah!** 265-3000

Freitag, 16. Oktober 2026, 16:00 – 17:45 Uhr  
Brauerei Felsenau AG, **Bern**  
CHF 30.00



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

**Skis made in Switzerland – Exklusive  
Stöckli Manufakturführung** 265-3001

Mittwoch, 18. November 2026, 14:30 – 16:30 Uhr  
Stöckli Swiss Sports AG, **Malters/LU**  
CHF 30.00 (inkl. kleines Apéro)



**Im Takt der Züge – Live aus der SBB  
Betriebszentrale Olten** 265-3002

Mittwoch, 11. November 2026, 13:45 – 15:45 Uhr  
SBB Infrastruktur – Fahrplan und Betrieb, **Olten**  
CHF 25.00 (Kinder ab 13 Jahre)



**Schlössli-Schüür Kirchdorf** 265-3003

Freitag, 30. Oktober 2026, 13:30 – 15:30 Uhr  
Roman Droux  
Schlössli-Schüür, **Kirchdorf**  
CHF 20.00

**Alles Zucker! – Zu Besuch in der  
Zuckerfabrik Aarberg** 265-3007

Freitag, 30. Oktober 2026, 14:30 – 16:30 Uhr  
Schweizer Zucker AG, **Aarberg**  
CHF 25.00

**Bernisches Kulturgut entdecken**

Führungen mit Samuel Sommer, Kulturvermittler

**Brünnengut** 265-3004

Freitag, 28. August 2026, 16:00 – 17:00 Uhr  
Samuel Sommer | Brünnengut, **Bern-Bümpliz**  
CHF 30.00



**Schloss Utzigen** 265-3006

Freitag, 16. Oktober 2026, 16:00 – 17:00 Uhr  
Samuel Sommer | Schloss **Utzigen**  
CHF 30.00

**Landsitz Mont (Kalchegg-Gut)** 265-3005

Freitag, 11. September 2026, 16:00 – 17:00 Uhr  
Samuel Sommer | Landsitz Mont, **Bern**  
CHF 30.00





Mensch / Tier /  
Natur

«Ich habe gelernt, dass man nie zu klein  
dafür ist, einen Unterschied zu machen.»  
Greta Thunberg

### Einfach beeindruckend: Bäume im Orts- und Landschaftsbild 26S-3404

Dienstag, 20. Oktober 2026, 18:00 – 20:00 Uhr  
Fabian Dietrich, Baumpflegespezialist  
VHSAK, Münsingen  
CHF 25.00



### Selbstfürsorge neu entdecken und im Alltag leben 26S-3405

Samstag, 07. November 2026, 09:00 – 12:00 Uhr  
Julia Sahli, Beraterin u. Coach für  
Persönlichkeitsentwicklung  
Reformiertes Kirchgemeindehaus, Münsingen  
CHF 85.00

### Handreflex-Massage: Entdecke den faszinierenden Schatz in Deinen Händen

26S-3400  
Mittwoch, 14. Oktober 2026, 18:00 – 20:00 Uhr

26S-3401  
Freitag, 30. Oktober 2026, 18:00 – 20:00 Uhr

Barbara Schertenleib, Resilienz-/Stress-Coach  
Verein Schlosstrasse 5, Münsingen  
CHF 45.00

### Handreflexzonen-Massage Workshop: Stress, Erschöpfung, Verspannungen, Kopfschmerzen 26S-3402

Freitag, 13. November 2026, 13:30 – 17:00 Uhr  
Barbara Schertenleib, Resilienz-/Stress-Coach  
Verein Schlosstrasse 5, Münsingen  
CHF 90.00

### Handreflex-Massage Workshop: Allergien (Pollen), Erkältung, Grippe, Atemprobleme 26S-3403

Freitag, 04. Dezember 2026, 13:30 – 17:00 Uhr  
Barbara Schertenleib, Resilienz-/Stress-Coach  
Verein Schlosstrasse 5, Münsingen  
CHF 90.00



Digital

### Deep Fakes und Halluzinationen – Die Rolle von generativer KI für die Meinungsbildung 26S-3500

Montag, 02. November 2026, 18:30 – 20:30 Uhr  
Franziska Oehmer-Pedrazzi | VHSAK, Münsingen  
CHF 30.00

### Digital sicher unterwegs – Smartphone, Apps & soziale Medien verstehen 26S-3501

Montag, 02. November 2026, 14:00 – 16:00 Uhr

### Digital fit: Noch mehr aus dem Smartphone herausholen 26S-3502

Montag, 12. Oktober 2026, 16:30 – 18:30 Uhr

3 x 120 Min. bis am 16. November 2026  
Christina Berger | VHSAK, Münsingen  
CHF 95.00





Wissen

*«Der Experte in allem  
war einmal ein Anfänger.»*

*Helen Hayes*

### 400 Jahre Schweizer Neutralität – wie weiter?

Referat 26S-3102

Freitag, 28. August 2026, 18:30 – 19:30 Uhr  
Marco Jorio, Dr. phil. Historiker  
Volkshochschule Aare-/Kiesental, Münsingen  
CHF 25.00



### Iran verstehen: Zwischen Protesten, Religion und geopolitischer Krise

Referat 26S-3103

Dienstag, 03. November 2026, 18:00 – 19:30 Uhr  
Dr. Elika Palenzona-Djalili,  
Dozentin für persische Sprache und Literatur  
Volkshochschule Aare-/Kiesental, Münsingen  
CHF 25.00

### Clipper Chroniken – 45'000 Seemeilen um die Welt

Multimedia-Vortrag 26S-3100

Freitag, 13. November 2026, 18:30 – 21:00 Uhr  
Adrian Birrer, Weltumsegler  
Volkshochschule Aare-/Kiesental, Münsingen  
CHF 25.00



### Eine Reise durch Japan – kulturelle und landschaftliche Vielfalt

26S-3104

Freitag, 27. November 2026, 18:30 – 20:00 Uhr  
2 x 90 Min. bis am 04. Dezember 2026  
Prof. Peter Ackermann, Japanologe  
Ref. Kirchgemeindehaus Münsingen  
CHF 60.00

### Das Universum verstehen – Unsere Milchstrasse

26S-3101

Mittwoch, 25. November 2026, 19:00 – 20:30 Uhr  
Marcel Prohaska, Leiter Sternwarte SIRIUS  
Ref. Kirchgemeindehaus Münsingen  
CHF 35.00



Kids

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

26S-5005

Mittwoch, 19. August 2026, 09:10 – 10:10 Uhr  
15 x 60 Min. bis am 16. Dezember 2026  
Edith Weiss | Schulzentrum Rebacher, Münsingen  
CHF 195.00 / zwei Geschwister CHF 295.00



**Kennen Sie unseren Newsletter?**

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



## Bewegung

### Faszien Yoga 26S-7302 **NEU!**

Dienstag, 11. August 2026, 17:30 – 18:30 Uhr  
14 x 60 Min. bis am 15. Dezember 2026  
Stephanie Zürcher  
Tanzstudio Line Dancers Aaretal, **Münsingen**  
CHF 320.00



### Ganzkörpertraining im Einklang mit der Atmung nach Methode Klara Wolf

26S-7304

Donnerstag, 13. August 2026, 09:00 – 10:00 Uhr  
15 x 60 Min. bis am 17. Dezember 2026  
Ursula Wildbolz | Schulzentrum Rebacker, **Münsingen**  
CHF 300.00

### Antara® – das moderne Rückentraining

26S-7305

Montag, 10. August 2026, 17:30 – 18:30 Uhr  
16 x 60 Min. bis am 14. Dezember 2026  
Sandra Kunz | Verein Schlosstrasse 5, **Münsingen**  
CHF 320.00

### Pilates

26S-7014

Dienstag, 11. August 2026, 18:30 – 19:30 Uhr

26S-7015

Dienstag, 11. August 2026, 19:40 – 20:40 Uhr

16 x 60 Min. bis am 15. Dezember 2026  
Stephanie Zürcher  
Tanzstudio Line Dancers Aaretal, **Münsingen**  
CHF 320.00

26S-7017

Mittwoch, 12. August 2026, 08:45 – 09:45 Uhr

26W-7016

Mittwoch, 12. August 2026, 10:00 – 11:00 Uhr

16 x 60 Min. bis am 16. Dezember 2026  
Patrizia Oberhofer  
Tanzstudio Line Dancers Aaretal, **Münsingen**  
CHF 320.00

### Pilates Flow

26S-7018

Montag, 10. August 2026, 19:00 – 20:00 Uhr  
16 x 60 Min. bis am 14. Dezember 2026  
Nicole Cerratti | Schulzentrum Rebacker, **Münsingen**  
CHF 320.00

### Qi Gong Yangsheng

26S-7303

Montag, 10. August 2026, 18:40 – 19:40 Uhr  
16 x 60 Min. bis am 14. Dezember 2026  
Cornelia Rittiner  
Verein Schlosstrasse 5, **Münsingen**  
CHF 320.00

### Qi Gong Yangsheng

26S-7301

Mittwoch, 12. August 2026, 18:40 – 19:40 Uhr  
14 x 60 Min. bis am 16. Dezember 2026  
Cornelia Rittiner  
Mehrzweckraum Wehrdienste, **Münsingen**  
CHF 280.00

### ZUMBA® Fitness

26S-7120

Montag, 10. August 2026, 17:55 – 18:55 Uhr  
14 x 60 Min. bis am 30. November 2026  
Delia Schwab | Schulzentrum Rebacker, **Münsingen**  
CHF 280.00

### Bewusstheit durch Bewegung

26S-7200

Donnerstag, 13. August 2026, 08:45 – 09:45 Uhr

26S-7201

Donnerstag, 13. August 2026, 10:00 – 11:00 Uhr

26S-7202

Donnerstag, 13. August 2026, 18:30 – 19:30 Uhr

16 x 60 Min. bis am 17. Dezember 2026

Kathrin E. Lüthi | Tubaki, **Münsingen**

CHF 448.00

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

**Bei gesundheitlichen Problemen  
empfehlen wir, die Teilnahme an einem  
Bewegungskurs mit Ihrem Arzt zu  
besprechen und die Kursleitung über  
allfällige Einschränkungen zu informieren.**

# ALLGEMEINE INFORMATIONEN FÜR KURSBESUCHENDE

## **Kurssemester/ Ferien**

2. Semester 2026: 10. August – 23. Dezember 2026  
Herbstferien: 19. September – 11. Oktober 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 Bezahlen 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)

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



**Unser Kursprogramm 2027-1 ist ab November 2026 online und als Druckausgabe verfügbar.**



UNKOMPLI-  
ZIERT

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

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

**BANK**SLM

Mit üs cha me rede