

Kursangebote im Probensaal am Panometer

Aerial Pilates – Pilates in der „Schwerelosigkeit“

26F 63229 Mo, 16.03. – 04.05., 17.30 – 19.00 Uhr 101 €

26F 63230 Mo, 01.06. – 29.06., 17.30 – 19.00 Uhr 73 €

Pole-Fitness Schnupperkurs (ab 18 Jahre)

26F 6455 So, 29.03., 11.00 – 13.00 Uhr 23 €

Flamenco für Einsteigerinnen

26F 2536 Mo, 13.04. – 15.06., 17.00 – 18.00 Uhr 86 €

Jazz Dance für Erwachsene – Time for the show!

26F 2525 Mi, 15.04. – 17.06., 18.00 – 19.00 Uhr 106 €

Kreativer Kindertanz für 4- bis 6-Jährige

26F 5403 Mi, 15.04. – 17.06., 16.00 – 16.50 Uhr 70 €

„Let's Dance“ – mit Freude Tanzen (ab 8 Jahre)

26F 5404 Mi, 15.04. – 17.06., 16.55 – 17.55 Uhr 80 €

Pole-Fitness Schnupperkurs (ab 18 Jahre)

26F 64555 Sa, 18.04.,
11.00 – 13.00 Uhr 23 €

Aerial Pilates (Schnupperkurs)

Pilates in der
„Schwerelosigkeit“

26F 63232 Sa, 25.04.,
15.30 – 17.00 Uhr 18 €

Qigong – Schnupperkurs zum Welt-Taiji-Qigong-Tag

26F 66208 Sa, 25.04., 9.30 – 11.00 Uhr gebührenfrei

Hochzeitstanzkurs

26F 2503 So, 03.05., 10.05., 31.05., 16.45 – 17.30 Uhr 30 €

Aerial Yoga – Yoga in der „Schwerelosigkeit“

26F 66148 Mo, 01.06. – 29.06., 19.30 – 21.00 Uhr 73 €

Herz aktiv – Ausdauertraining für Herz und Kreislauf 60 plus

26F 6422 Do, 04.06. – 25.06., 16.00 – 17.00 Uhr 28 €



© Seventyfour – stock.adobe.com



Hier finden Sie
weitere Kurse.

Volkshochschule Dresden e.V.

VHS – Reicker Straße
Otto-Dix-Center (O.D.C.)
Reicker Str. 60 | 01219 Dresden

VHS – Gasanstaltstraße
Probensaal am Panometer
Gasanstaltstr. 10 | 01237 Dresden

gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
DIEZWEI



Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel
auf Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen
Landtags beschlossenen Haushaltes.

vhs Volkshochschule
Dresden e.V.



Informationen und Anmeldung:

Tel. 0351 254 40 0
post@vhs-dresden.de

www.vhs-dresden.de

Kursangebote im Dresdner Osten

Auszug aus dem Programm
Frühjahr | Sommer **2026**

Kursangebote im Otto-Dix-Center (O.D.C.)

Koreanisch – Grundkurs

26F 3KO1101 Di, 17.03. – 09.06., 16.45 – 18.15 Uhr 183 €

„English to go“ für Ältere: Survival English for Travelling

Praktisches Englisch für unterwegs – Auffrischkurs,
Stufe A2/A2+

26F 337101 Mo, 23.03. – 08.06., 09.15 – 11.45 Uhr 183 €

English Easter Corner

Kleiner englischer Frühlingsnachmittag

26F 338111 Mi, 25.03., 15.30 – 17.00 Uhr gebührenfrei

Smartphone – Sprechstunde

gebührenfrei

26F 41490

Mi, 25.03., 10.00 – 13.00 Uhr

26F 41491

Mi, 29.04., 10.00 – 13.00 Uhr

26F 41492

Mi, 27.05., 10.00 – 13.00 Uhr

26F 41493

Mi, 24.06., 10.00 – 13.00 Uhr

Auf Augenhöhe – Umgang mit Menschen mit Behinderung

Workshop für hauptamtliche Mitarbeitende und Kursleitungen

26F 5I50 Mi, 25.03., 14.00 – 17.00 Uhr gebührenfrei

Tschechisch – Grundkurse, Stufe A1/1

26F 3TS1103 Do, 26.03. – 11.06., 15.00 – 16.30 Uhr 93 €

Manga-Charaktere zeichnen wie ein Profi (ab 10 Jahre)

26F 52064 Di – Fr, 07.04. – 10.04., 10.00 – 12.30 Uhr 69 €

Die Kraft der Knolle – Raffiniertes mit Knoblauch, Lauch und Zwiebelgemüse

26F 1K212 Mo, 13.04., 17.00 – 20.00 Uhr 38 €

Koreanisch für die Reise

26F 3KO1115 Di, 14.04. – 19.05., 18.30 – 20.00 Uhr 93 €

Taste & Talk – Kochklub für alle zwischen 18 und 30

26F 1K105 Mi, 15.04. – 17.06., 17.30 – 20.30 Uhr 90 €

Englisch – Grundkurs, Stufe A1 (1. Sem.)

26F 331112 Mi, 15.04. – 10.06.,
15.45 – 18.15 Uhr 132 €

Englisch – Grundkurs für Wiedereinstieg und Auffrischung, Stufe A1 – A2 (1. Sem.)

26F 331174 Mi, 15.04. – 10.06.,
18.30 – 21.00 Uhr 132 €

Englisch für Ältere: Basiskurse, Stufe A1 (1. Sem.)

26F 337107 Do, 16.04. – 11.06., 09.15 – 11.45 Uhr 117 €

Mit Händen und Herz – Werkeln mit Naturmaterial

Finanzielle Entlastung

25V SV3311 Di, 21.04., 16.00 – 19.00 Uhr gebührenfrei

Kochen für Singles ab 60

26F 1K336 Di, 28.04., 17.30 – 21.15 Uhr 45 €

Streetfood Fusion – internationale Gerichte kreativ kombiniert

26F 1K314 Mi, 06.05., 17.30 – 21.15 Uhr 45 €

Durchblick – gemeinsam Nachrichten und Politik verstehen

Austausch und Diskussion

26F 1108 Mi, 06.05.,
18.00 – 20.00 Uhr gebührenfrei

26F 1108 Mi, 26.08.,
18.00 – 20.00 Uhr gebührenfrei

Die große Welt des Käses

26F 1K109 Mo, 18.05.,
18.00 – 21.00 Uhr 23 €

Kulinarischer Frühlingsspaziergang

26F 1K305 Do, 21.05., 17.30 – 21.15 Uhr 45 €

Englisch – Speaking Corner and English Panel, C1

26F 338132 Do, 11.06. – 02.07., 17.00 – 18.30 Uhr 59 €



© Krakenimages.com – stock.adobe.com

Babys erster Brei – bunte Vielfalt gelassen gelöffelt

26F 1K226 Mi, 17.06., 10.00 – 12.00 Uhr gebührenfrei

Englisch für Ältere: Basiskurse, Stufe A1 (1. Sem.)

26F 337107 Do, 16.04. – 11.06., 09.15 – 11.45 Uhr 117 €

Süß und leicht: vegane Sommerdesserts

26F 1K507 Do, 25.06., 17.00 – 20.00 Uhr 38 €

Einführung in die koreanische Schrift und Aussprache

26F 3KO1110 Mo – Mi, 29.06. – 01.07., 18.15 – 19.45 Uhr 48 €

26F 3KO1111 Mo – Mi, 29.06. – 01.07., 16.30 – 18.00 Uhr 48 €

Mediterrane Sommerküche – vegan, leicht und voller Lebensfreude

26F 1K217 Do, 02.07., 17.00 – 20.00 Uhr 38 €

Röllchen – Rolle – Roulade

26F 1K330 Do, 20.08., 17.30 – 21.15 Uhr 45 €

Ja? Nein? Vielleicht? – Sich leichter entscheiden und weniger Aufschieben

26F 1715 Do, 03.09., 18.00 – 21.00 Uhr 32 €

Fast & Yummi – Homeoffice-Küche leicht gemacht

26F 1K208 Di, 03.09., 17.30 – 21.15 Uhr 45 €

Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit

26F 1K230 Mi, 23.09., 16.30 – 19.00 Uhr gebührenfrei

Verwenden statt Verschenden:

Wir entdecken gemeinsam, was alles Wert hat. **Kostenlose Workshops** rund um Kochen, Nachhaltigkeit, kreatives Upcycling und Stadtgrün. Vier alltagsnahe, vielfältige Themenbereiche, die offen für alle sind.

Alle zwei Wochen – in den ungeraden Wochen – jeden Dienstag ab 16 Uhr.

Einfach vorbeikommen – gern vorher anmelden, damit genug Material und Essen für alle da ist.



© Miha Creative – stock.adobe.com