



2. Semester 2025
August – Dezember



Anmeldung

Wenn Sie sich anmelden, ist Ihre Anmeldung grundsätzlich verbindlich und verpflichtet Sie, das volle Kursgeld zu bezahlen.

Wiederanmeldung/Kursfortsetzung

Die Wiederanmeldung für die Fortsetzung eines Semesterkurses kann entweder via Unterschrift auf der Wiederanmeldeliste erfolgen oder direkt bei der Geschäftsstelle. Die Unterschrift gilt als definitive Anmeldung und ist verbindlich. Die Wiederanmeldeliste für Ihren Kurs wird jeweils in den letzten Lektionen eines Semesters durch die Kursleitung aufgelegt.

Abmeldung

Wollen Sie Ihre Anmeldung zurückziehen, können Sie das bis 10 Tage vor Kursbeginn tun, bei Sprach- und Bewegungskursen bis eine Woche nach Kursbeginn, weil in diesen Kursen die Möglichkeit einer Schnupperlektion besteht. Melden Sie sich nach dem Anmeldeschluss ab, sind Sie verpflichtet, das Kursgeld zu bezahlen, ausser Sie ziehen sich aus gesundheitlichen Gründen zurück und weisen ein Arztzeugnis vor.

Versäumte Lektionen

Versäumte Lektionen berechtigen zu keinem Preisabzug. Sollten Sie aber aus gesundheitlichen Gründen bei Semesterkursen (Sprache und Bewegung) Termine verpassen und uns ein Arztzeugnis vorlegen, bezahlen wir Ihnen die Lektionen zurück – vorausgesetzt die Abwesenheit betrifft mindestens 5 aufeinander folgende Lektionen im gleichen Kurs. Dabei verrechnen wir Ihnen eine Bearbeitungsgebühr von CHF 15.00.

Kursbestätigung/Absage

Ein Kurs findet nur statt, wenn wir genügend Anmeldungen erhalten haben. Nach dem Anmeldeschluss stellen wir Ihnen die Kursbestätigung oder Absage zu. Die Kursbestätigung enthält Angaben, was in den Kurs mitzubringen ist (Material, Werkzeug, spezielle Kleidung, Verpflegung etc.)

Zahlung

Wir bitten Sie das Kursgeld vor Kursbeginn zu überweisen.

Ermässigung

Lernende und Studierende mit Ausweis (Erstausbildung bis 25-jährig) zahlen das halbe Kursgeld. Legen Sie Ihrer Anmeldung bitte eine Kopie Ihres Ausweises bei. Keine Ermässigungen sind bei speziellen Jugend- und Kinderkursen möglich.

KulturLegi

Die VHSN gewährt auf fast alle Kursgelder 50% Rabatt. Legen Sie Ihrer Anmeldung bitte die Kopie Ihrer gültigen KulturLegi bei. Bei Exkursionen, Vorträgen sowie speziellen Jugend- und Kinderkursen werden keine Ermässigungen gewährt.



Kostenloser Kinderhütedienst

Haftung

Die VHSN übernimmt keine Haftung bei Unfällen und Verlusten. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Kursleiter Vertretung

LeiterInnenwechsel infolge Krankheit, Unfall oder Ferien sind zu akzeptieren.

Detailinformationen zu den Kursen

Weitere Informationen zu den Kursen finden Sie unter www.vhsn.ch. Sollten Sie keinen Zugang zum Internet haben, senden wir Ihnen die Kursbeschreibungen per Post.

Kursausweis

Als Nachweis für Ihre Weiterbildung erhalten Sie den Bildungspass SVEB (Schweiz. Vereinigung für Erwachsenenbildung) für CHF 6.00 bei der Geschäftsstelle.

Kurskosten

Die Preisangaben verstehen sich pro Kurs und Person.

Materialkosten

Angaben zu den Materialkosten finden Sie unter www.vhsn.ch beim jeweiligen Kurs.

Kursort

Sofern nichts anderes angegeben ist, findet der Kurs in Spiez statt.



Informationen zu den Sprachkursen

Zusätzliche Information über Niveau und Kurseinstufungen, Kursgeldberechnung und Subventionen, Lehrmittel etc. finden Sie unter <https://www.vhsn.ch/kurse/sprachkurse/>



Atem und Bewegung als Erlebnis 60plus

Kurs-Nr. 25-2-9201

15x, ab Montag, 11. August, 08.30–09.45 Uhr
CHF 306.00, Mitglieder CHF 291.00
Kursort: Wimmis

Pilates Flow

Kurs-Nr. 25-2-9331

14x, ab Montag, 11. August, 09.50–10.50 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9332

14x, ab Montag, 11. August, 11.00–12.00 Uhr
CHF 232.00, Mitglieder CHF 217.00

Yogilates

Kurs-Nr. 25-2-9337

14x, ab Montag, 11. August, 18.30–19.30 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9338

14x, ab Montag, 11. August, 19.45–20.45 Uhr
CHF 232.00, Mitglieder CHF 217.00

Kurs-Nr. 25-2-9336

15x, ab Donnerstag, 14. August,
08.15–09.15 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9339

15x, ab Freitag, 15. August, 08.30–09.30 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00



Weitere Informationen zu den
Bewegungskursen finden Sie hier:



Es erwartet Sie ein kinderfreundliches Hallenbad mit herrlicher Aussicht auf den Hausberg Niesen. Spiel und Spass für Gross und Klein jeden 2ten Samstag.

hallenbad-aeschi.ch

Yoga auf dem Stuhl

Kurs-Nr. 25-2-9361

14x, ab Montag, 11. August, 15.30–16.30 Uhr
CHF 239.00, Mitglieder CHF 224.00

Kurs-Nr. 25-2-9360

15x, ab Donnerstag, 14. August,
09.30–10.30 Uhr
CHF 255.00, Mitglieder CHF 240.00

Yoga 60plus

Kurs-Nr. 25-2-9301

14x, ab Montag, 11. August, 16.45–18.00 Uhr
CHF 295.00, Mitglieder CHF 280.00

Neu Dance Yoga

Kurs-Nr. 25-2-9340

6x, ab Dienstag, 14. Oktober, 07.30–08.30 Uhr
CHF 101.00, Mitglieder CHF 96.00
Anmeldung bis 6. Oktober

Sanftes Yoga

Kurs-Nr. 25-2-9312

14x, ab Dienstag, 12. August, 09.00–10.00 Uhr
CHF 239.00, Mitglieder CHF 224.00

Yin Yoga

Kurs-Nr. 25-2-9315

15x, ab Dienstag, 12. August, 17.45–18.45 Uhr
CHF 255.00, Mitglieder CHF 240.00

Flow Yoga

Kurs-Nr. 25-2-9321

15x, ab Dienstag, 12. August, 19.00–20.00 Uhr
CHF 255.00, Mitglieder CHF 240.00

Neu

Abendkurs

Yoga für Männer

Kurs-Nr. 25-2-9350

9x, ab Dienstag, 14. Oktober, 20.15–21.15 Uhr
CHF 154.00, Mitglieder CHF 144.00
Anmeldung bis 6. Oktober



Vinyasa Flow Yoga

Kurs-Nr. 25-2-9322

15x, ab Donnerstag, 14. August,
10.45–11.45 Uhr
CHF 255.00, Mitglieder CHF 240.00

Early Morning Flow

Kurs-Nr. 25-2-9318

13x, ab Freitag, 29. August, 07.30–08.30 Uhr
CHF 223.00, Mitglieder CHF 208.00
Anmeldung bis 21. August

Hatha-Yoga

Kurs-Nr. 25-2-9309

15x, ab Mittwoch, 13. August,
08.45–10.00 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9307

15x, ab Mittwoch, 13. August,
18.30–19.45 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9308

15x, ab Mittwoch, 13. August,
20.00–21.15 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9310

15x, ab Donnerstag, 14. August,
20.00–21.15 Uhr

CHF 315.00, Mitglieder CHF 300.00

Qi Gong – Harmonie in 18 Figuren

Kurs-Nr. 25-2-9211

15x, ab Donnerstag, 14. August,
19.30–20.30 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00

Körper – Tanz – Bewegung

Kurs-Nr. 25-2-9111

15x, ab Dienstag, 12. August, 09.00–10.30 Uhr
CHF 330.00, Mitglieder CHF 315.00

Line Dance Beginner

Kurs-Nr. 25-2-9115

15x, ab Dienstag, 12. August, 17.30–18.30 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00

Line Dance Beginner Easy Level 2

Kurs-Nr. 25-2-9116

15x, ab Dienstag, 12. August, 18.35–19.35 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00

Orientalischer Tanz

Kurs-Nr. 25-2-9101

15x, ab Dienstag, 12. August, 18.30–19.45 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9104

15x, ab Freitag, 15. August, 13.00–14.15 Uhr
CHF 306.00, Mitglieder CHF 291.00

Wo kein Anmeldedatum steht,
gilt die **Anmeldung bis am 3. August.**

Zumba

Kurs-Nr. 25-2-9011

15x, ab Mittwoch, 13. August,
09.30–10.30 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00

Kurs-Nr. 25-2-9012

9x, ab Dienstag, 14. Oktober, 18.30–19.30 Uhr
CHF 150.00, Mitglieder CHF 140.00
Anmeldung bis 5. Oktober

Neu Zumba Gold

Kurs-Nr. 25-2-9013

9x, ab Dienstag, 14. Oktober, 19.45–20.30 Uhr
CHF 115.00, Mitglieder CHF 105.00
Anmeldung bis 5. Oktober



sekretariat@samariterspiez.ch
www.samariterspiez.ch
www.instagram.com/samariter.spiez

**Allen Helfen können –
ein gutes Gefühl**

**Allen Helfen –
unsere Mission**



Hawaiian Dance

Kurs-Nr. 25-2-9112a

6x, ab Donnerstag, 14. August,
18.15–19.15 Uhr
CHF 98.00, Mitglieder CHF 93.00

Kurs-Nr. 25-2-9112b

7x, ab Donnerstag, 16. Oktober,
18.15–19.15 Uhr
CHF 119.00, Mitglieder CHF 109.00
Anmeldung bis 7. Oktober

Body and Soul – mehr (Körper)Bewusstsein durch Tanz

Kurs-Nr. 25-2-9113

Samstag, 8. November, 14.00–16.00 Uhr
CHF 35.00
Anmeldung bis 30. Oktober

Dance 'n' Core

Kurs-Nr. 25-2-9031

15x, ab Donnerstag, 14. August,
08.30–09.30 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00

Strong Nation

Kurs-Nr. 25-2-9001

15x, ab Dienstag, 12. August, 20.00–21.00 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00



M.A.X. 'n' Core

Kurs-Nr. 25-2-9035

14x, ab Freitag, 15. August, 08.45–09.45 Uhr
CHF 232.00, Mitglieder CHF 217.00



Bodyforming 'n' More

Kurs-Nr. 25-2-9330

14x, ab Montag, 11. August, 08.40–09.40 Uhr
CHF 232.00, Mitglieder CHF 217.00



Bodyforming, Beckenboden-Training

Kurs-Nr. 25-2-9221

15x, ab Donnerstag, 14. August,
09.40–10.40 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9222

15x, ab Donnerstag, 14. August,
10.45–11.45 Uhr

CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00

Antara – das Rückentraining der modernen Zeit

Kurs-Nr. 25-2-9217

15x, ab Mittwoch, 13. August,
07.45–08.45 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00

Antara – Lifestyle

Kurs-Nr. 25-2-9216

15x, ab Donnerstag, 14. August,
17.00–18.00 Uhr
CHF 248.00, Mitglieder CHF 233.00

Zirkel-Training

Kurs-Nr. 25-2-9020

9x, ab Mittwoch, 15. Oktober,
20.00–21.00 Uhr
CHF 150.00, Mitglieder CHF 140.00
Anmeldung bis 6. Oktober

Aquagymnastik im stehiefen Wasser

Kurs-Nr. 25-2-9402a

6x, ab Montag, 11. August, 19.15–20.00 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9403a

6x, ab Montag, 11. August, 20.05–20.50 Uhr

Kursort: Aeschi
CHF 98.00, Mitglieder CHF 93.00
exkl. Hallenbadeintritt

Kurs-Nr. 25-2-9401

9x, ab Montag, 13. Oktober, 18.15–19.00 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9402b

9x, ab Montag, 13. Oktober, 19.15–20.00 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9403b

9x, ab Montag, 13. Oktober, 20.05–20.50 Uhr

Kursort: Aeschi
CHF 150.00, Mitglieder CHF 140.00
exkl. Hallenbadeintritt
Anmeldung bis 6. Oktober



ILG AG WIMMIS
Nachhaltige Kommunikation

«schnurre, göisse,
fuchtle»

WIR WISSEN.
WIE MAN KOMMUNIZIERT.

www.ilg.ch



Aquafitness im Tiefwasser

Kurs-Nr. 25-2-9405a

6x, ab Donnerstag, 14. August,
09.00–09.45 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9406a

6x, ab Donnerstag, 14. August,
10.00–10.45 Uhr

Kursort: Aeschi
CHF 98.00, Mitglieder CHF 93.00
exkl. Hallenbadeintritt

Die Preisangaben verstehen sich pro Kurs und Person.

Beziehungszauber mit Zahlen – Numerologie für ein harmonisches Miteinander

Kurs-Nr. 25-2-4225

2x, Dienstag, 2. & 16. September,
19.00–21.00 Uhr
Barbara Martin
NOSS Schulzentrum, Spiez
CHF 110.00, Mitglieder CHF 100.00
Anmeldung bis 26. August

Bewegtes Gehirntraining für Schule, Beruf, Sport und Alter

Kurs-Nr. 25-2-4201

Samstag, 11. Oktober, 09.00–10.30 Uhr
Mareke Bänziger
Yogilates, Spiez
CHF 35.00
Anmeldung bis 3. Oktober

Kurs-Nr. 25-2-9405b

9x, ab Donnerstag, 16. Oktober,
09.00–09.45 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9406b

9x, ab Donnerstag, 16. Oktober,
10.00–10.45 Uhr

Kurs-Nr. 25-2-9407

9x, ab Donnerstag, 16. Oktober,
11.00–11.45 Uhr

Kursort: Aeschi
CHF 150.00, Mitglieder CHF 140.00
exkl. Hallenbadeintritt
Anmeldung bis 9. Oktober

Veränderung erfolgreich meistern – Workshop mit dem Zürcher Ressourcen- modell (ZRM®)

Kurs-Nr. 25-2-4227

Donnerstag, 16. Oktober, 19.00–21.00 Uhr
Thierry Eichenberger
Burgerstube, Gemeindezentrum Lötschberg,
Spiez
CHF 25.00
Anmeldung bis 9. Oktober

Stark im Auftritt – klar kommunizieren, souverän und charismatisch wirken

Kurs-Nr. 25-2-4226

3x, ab Dienstag, 21. Oktober, 19.00–21.00 Uhr
Barbara Martin
Berufsbildungszentrum IDM, Spiez
CHF 165.00, Mitglieder CHF 150.00
Anmeldung bis 14. Oktober

Jodelaufbaukurs

Kurs-Nr. 25-2-2014

8x, ab Montag, 1. September, 18.40–20.10 Uhr
Sylvia Wenger
Schulzentrum Widi, Frutigen
CHF 200.00, Mitglieder CHF 185.00
Anmeldung bis 22. August

Jazz- und Improvisation für alle Instrumentalist*innen – Workshop

Kurs-Nr. 25-2-2025

5x, ab Samstag, 25. Oktober, 09.00–11.45 Uhr
Tony Martinez
Schulzentrum Längenstein, Spiez
CHF 275.00, Mitglieder CHF 260.00
Anmeldung bis 15. Oktober

Adventliches Singen

Kurs-Nr. 25-2-2021

2x, Montag, 17. November & 1. Dezember,
18.40–20.10 Uhr
Sylvia Wenger
Schulzentrum Widi, Frutigen
CHF 60.00, Mitglieder CHF 55.00
Anmeldung bis 7. November

Der Ruf der 10: Numerologie 2026 bedeutet Klarheit. Kraft. Kurswechsel.

Kurs-Nr. 26-1-4228

Dienstag, 13. Januar 2026, 19.00–21.00 Uhr
Barbara Martin
Burgerstube, Gemeindezentrum Lötschberg,
Spiez
CHF 25.00
Anmeldung bis 6. Januar 2026



**Deutsch als Fremdsprache A1.1
für Anfängerinnen und Anfänger,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 25-2-8015**30x, ab Montag, 11. August, 17.10–19.40 Uhr
CHF 781.00**Deutsch als Fremdsprache A1.1
für Anfängerinnen und Anfänger,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 25-2-8008**26x, ab Dienstag, 14. Oktober,
18.30–20.00 Uhr
CHF 444.00

Anmeldung bis 6. Oktober

**Deutsch als Fremdsprache A1.2,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 25-2-8003**30x, ab Montag, 11. August, 14.00–16.00 Uhr
CHF 640.00**Deutsch als Fremdsprache A1.2,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 25-2-8004**30x, ab Montag, 11. August, 17.00–18.30 Uhr
CHF 500.00**Deutsch als Fremdsprache A2.1,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 25-2-8013**30x, ab Montag, 11. August, 15.45–17.15 Uhr
CHF 500.00

Wo kein Anmeldedatum steht,
gilt die **Anmeldung bis am 3. August.**

Sprachenbeiz –**jeden 1. Donnerstag im Monat****gemäss Programm****Ab 4. September 2025**

19.30–21.00 Uhr

CHF 15.00

www.dorffhus.ch

**Deutsch als Fremdsprache A2.1,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 25-2-8002**30x, ab Montag, 11. August, 18.35–20.05 Uhr
CHF 500.00**Deutsch als Fremdsprache A2.2,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 25-2-8010**27x, ab Montag, 11. August, 19.05–21.05 Uhr
CHF 584.00**Deutsch als Fremdsprache A2.2,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 25-2-8012**30x, ab Dienstag, 12. August, 17.45–19.45 Uhr
CHF 640.00**Deutsch als Fremdsprache B1.1,
Semi-Intensivkurs****Kurs-Nr. 25-2-8001**27x, ab Montag, 11. August, 16.50–18.50 Uhr
CHF 584.00**Englisch für den Beruf A1–A2****Kurs-Nr. 25-2-8120**15x, ab Dienstag, 12. August, 20.15–21.30 Uhr
CHF 306.00, Mitglieder CHF 291.00 (ab 7 TN)
CHF 353.00, Mitglieder CHF 338.00 (5–6 TN)
CHF 441.00, Mitglieder CHF 426.00 (4 TN)**Englisch B1****Kurs-Nr. 25-2-8103**5x, ab Mittwoch, 15. Oktober,
17.00–18.30 Uhr
CHF 127.00, Mitglieder CHF 117.00 (ab 7 TN)
CHF 145.00, Mitglieder CHF 135.00 (5–6 TN)
CHF 185.00, Mitglieder CHF 170.00 (4 TN)
Anmeldung bis 6. Oktober**Spanisch A1.2 mit Vorkenntnissen****Kurs-Nr. 25-2-8201**13x, ab Montag, 11. August, 19.00–20.15 Uhr
CHF 268.00, Mitglieder CHF 253.00 (ab 7 TN)
CHF 308.00, Mitglieder CHF 293.00 (5–6 TN)
CHF 384.00, Mitglieder CHF 369.00 (4 TN)**Italienisch A1–A2 mit Vorkenntnissen****Kurs-Nr. 25-2-8313**15x, ab Freitag, 15. August, 10.30–11.40 Uhr
CHF 287.00, Mitglieder CHF 272.00 (ab 7 TN)
CHF 330.00, Mitglieder CHF 315.00 (5–6 TN)
CHF 412.00, Mitglieder CHF 397.00 (4 TN)**Italienisch B2.1****Kurs-Nr. 25-2-8312**8x, ab Freitag, 22. August, 08.30–10.00 Uhr
CHF 201.00, Mitglieder CHF 186.00 (ab 7 TN)
CHF 231.00, Mitglieder CHF 216.00 (5–6 TN)
CHF 287.00, Mitglieder CHF 272.00 (4 TN)
Anmeldung bis 12. August

Italienisch B2.2

Kurs-Nr. 25-2-8317

8x, ab Freitag, 15. August, 08.30–10.00 Uhr
CHF 201.00, Mitglieder CHF 186.00 (ab 7 TN)
CHF 231.00, Mitglieder CHF 216.00 (5–6 TN)
CHF 287.00, Mitglieder CHF 272.00 (4 TN)

Französisch A2.2, rafraîchissement

Kurs-Nr. 25-2-8401

14x, ab Donnerstag, 14. August,
19.00–20.15 Uhr
CHF 287.00, Mitglieder CHF 272.00 (ab 7 TN)
CHF 330.00, Mitglieder CHF 315.00 (5–6 TN)
CHF 412.00, Mitglieder CHF 397.00 (4 TN)

Russisch B1

Kurs-Nr. 25-2-8560

14x, ab Montag, 11. August, 18.45–20.00 Uhr
CHF 287.00, Mitglieder CHF 272.00 (ab 7 TN)
CHF 330.00, Mitglieder CHF 315.00 (5–6 TN)
CHF 412.00, Mitglieder CHF 397.00 (4 TN)

– Sprachstandanalyse Deutsch auf Anfrage
– Privatunterricht und massgeschneiderte Kurse für
Firmen auf Anfrage



Bildung bewegt – bewegst du mit?

Die Volkshochschule Spiez-Niedersimmental sucht engagierte Menschen, die Herzblut, Ideen und Freude am Mitgestalten mitbringen.

Werde Teil unseres Vorstands!

 033 654 94 44  info@vhsn.ch



NATUR,
UMWELT

Mikroplastik

Kurs-Nr. 25-2-3150

Dienstag, 21. Oktober, 18.30–20.30 Uhr
Alexandra Erb
Primarschulzentrum, Aeschi
CHF 40.00
Anmeldung bis 11. Oktober

Wunder der Natur:

Sexuelle Selektion und Partnerwahl

Kurs-Nr. 25-2-3116

Donnerstag, 23. Oktober, 18.45–20.15 Uhr
Reto Künzler
Bürgerstube, Gemeindezentrum Lötschberg,
Spiez
CHF 20.00
Anmeldung bis 16. Oktober

Bildung in nachhaltiger Entwicklung – Chancen und Herausforderungen im Alpenraum

Kurs-Nr. 25-2-3160

Dienstag, 4. November, 14.30–17.00 Uhr
Janosch Hugi
World Nature Forum, Naters
CHF 60.00
Anmeldung bis 24. Oktober

Möchten Sie Mitglied
bei der VHSN werden?



Werden, Sein, Vergehen: Universum, Sterne, Planeten und Leben

Kurs-Nr. 25-2-3120

Montag, 10. November, 19.30–21.00 Uhr
Kathrin Altwegg
Podium Bibliothek, Spiez
CHF 20.00
Anmeldung bis 3. November

Klimawandel – Permafrost und Wildtiere

Kurs-Nr. 25-2-3102

Freitag, 28. November, 19.45–21.30 Uhr
Peter Juesy, Marcia Phillips
Gemeindesaal, Aeschi
CHF 20.00
Anmeldung bis 21. November

**Stress, An- und Verspannungen lösen mit TRE®****Kurs-Nr. 25-2-4156**4x, ab Donnerstag, 14. August,
18.30–20.00 Uhr

Sarah Perren

Kursraum entspannt leben, Oey
CHF 160.00, Mitglieder CHF 145.00
Anmeldung bis 7. August**Entspannt durch die Wechseljahre mit Autogenem Training****Kurs-Nr. 25-2-4160**7x, ab Mittwoch, 15. Oktober,
19.00–20.30 Uhr

Priska Hebler

Schulhaus, Spiezwiler
CHF 236.00, Mitglieder CHF 221.00
Anmeldung bis 8. Oktober**Handreflex-Massage – der faszinierende Schatz in Ihren Händen – Einführung****Kurs-Nr. 25-2-4157**Donnerstag, 30. Oktober, 18.00–20.00 Uhr
Barbara SchertenleibBerufsbildungszentrum IDM, Spiez
CHF 42.00

Anmeldung bis 19. Oktober

Weitere Informationen
zu den Kursen finden Sie hier:**Entspannt durch die Vorweihnachtszeit mit TRE®****Kurs-Nr. 25-2-4159**4x, ab Donnerstag, 30. Oktober,
18.30–20.00 Uhr

Sarah Perren

Kursraum entspannt leben, Oey
CHF 160.00, Mitglieder CHF 145.00
Anmeldung bis 23. Oktober**Winterschwimmen – aber sicher!****Kurs-Nr. 25-2-4142**Samstag, 1. November, 10.00–15.00 Uhr
Beni ImhofSchulhaus Räumli, Spiez (Einführung)
Schattenbedli, SpiezCHF 100.00, Mitglieder CHF 90.00
Anmeldung bis 23. Oktober**Vom Ernst des Lebens zur Leichtigkeit des Lachens****Kurs-Nr. 25-2-4120**Dienstag, 18. November, 19.00–21.00 Uhr
Rolf W. LocherBurgerstube, Gemeindezentrum Lötschberg,
SpiezCHF 45.00
Anmeldung bis 11. November**Handreflex-Massage – die Gesundheit liegt in Ihren Händen – Praxis Workshop****Kurs-Nr. 25-2-4158**Samstag, 29. November, 08.00–11.30 Uhr
Barbara SchertenleibYogilates, Spiez
CHF 85.00, Mitglieder CHF 80.00

Anmeldung bis 18. November

Wortwerkstatt «schreib dich frei!»**Kurs-Nr. 25-2-1011a**Freitag, 7. November, 19.00–21.00 Uhr
Katrín BärtschiDorfHus, Spiez
CHF 40.00
Anmeldung bis 30. Oktober**Kurs-Nr. 25-2-1011b**Freitag, 21. November, 19.00–21.00 Uhr
Katrín BärtschiDorfHus, Spiez
CHF 40.00
Anmeldung bis 13. November**Ihre Referenz mit Herzblut****Fahrzeugspenglerei & -lackiererei
Scheibentönung
Fahrzeugbeschriftung
Auch für Lastwagen,
Wohnmobile und
andere grosse Fahrzeuge***carrosserie-spiez.ch*Industriestrasse 24 - 3700 Spiez-Lattigen
Tel.: 033 654 32 55 - E-Mail: info@carrosserie-spiez.ch



Herbstliche Details perfekt fotografieren

Kurs-Nr. 25-2-6101

Samstag, 25. Oktober, 09.00–16.30 Uhr
Martin Müller
Primarschulzentrum, Aeschi
CHF 150.00, Mitglieder CHF 135.00
Anmeldung bis 15. Oktober

Pulli topdown stricken – der nahtlose Strick-Pulli

Kurs-Nr. 25-2-6038

Montag, 27. Oktober, 18.30–20.30 Uhr
Annik Flühmann
DorfHus, Spiez
CHF 50.00
Anmeldung bis 20. Oktober



vhs plus
volkshochschule plus

Mit Freude lernen

Kurse für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung

In Spiez bieten wir Kurse im Bereich lesen, schreiben und tanzen an.
Weitere Kurse finden in der Umgebung statt.

Alle unsere Kurse finden Sie auf vhsplus.ch.

Oder bestellen Sie unser Kursprogramm
per Mail an sekretariat@vhsplus.ch oder per Telefon: 031 302 09 05.



Herausragende Weihnachtskarten

Kurs-Nr. 25-2-6003

Mittwoch, 19. November, 18.30–20.30 Uhr
Annik Flühmann
Berufsbildungszentrum IDM, Spiez
CHF 50.00
Anmeldung bis 11. November

Druckwerkstatt

Kurs-Nr. 25-2-6004

Montag, 1. Dezember, 18.30–20.30 Uhr
Annik Flühmann
Berufsbildungszentrum IDM, Spiez
CHF 50.00
Anmeldung bis 24. November

Besichtigung Swisshelicopter

Kurs-Nr. 25-2-3005

Samstag, 8. November, 09.00–12.00 Uhr
Marius Rösti
Swisshelicopter, Gsteigwiler
CHF 60.00, Mitglieder CHF 55.00
Anmeldung bis 29. Oktober

Melden Sie sich möglichst früh, bis spätestens
zum Anmeldeschluss an.

Elterngruppe: Kinder und Jugendliche begleiten – mit Beziehung und (klarer) Orientierung

Kurs-Nr. 25-2-5106

5x, ab Donnerstag, 4. September,
19.30–21.30 Uhr
Andrea Mani
Bürgerstube, Gemeindezentrum Lötschberg,
Spiez
CHF 225.00, Mitglieder CHF 210.00,
Paare CHF 375.00
Anmeldung bis 25. August

Reiten für Kinder – Bewegen, Spielen, Reiten, Voltigieren mit Kleinpferden

Kurs-Nr. 25-2-5008c

3x, ab Montag, 6. Oktober, 14.00–16.45 Uhr
Jacqueline Rihs, Marianne Heutschi
Pony-Ranch, Spiez
CHF 135.00
Anmeldung bis 25. September





Round Table «Frauen im Fokus – Sichtweisen aus Museum und Archiv»

Kurs-Nr. 25-2-2252

Montag, 25. August, 18.00–19.30 Uhr

Nina Zimmer, Lina Gafner, Barbara Egli, Steffi Göber, Carol Rosa

Schlosskirche, Spiez

CHF 15.00

Ohne Anmeldung

Künstler als Grenzgänger – die Stuckateure Castelli zwischen Spiez, Bayern und Turin

Kurs-Nr. 25-2-2251

Donnerstag, 11. September, 19.00–20.30 Uhr

Peter Niederhäuser

Schloss, Spiez

CHF 15.00

Ohne Anmeldung



Europäische Tages des Denkmals



SCHLOSS SPIEZ

ANLASS IM SCHLOSS SPIEZ
Sonntag, 14. September, 11.15 Uhr
 Dialogische Führung
 mit Blicken hinter die Kulissen

Künstliche Intelligenz (KI) – Chancen und Risiken für unsere Gesellschaft (Einführung)

Kurs-Nr. 25-2-1020

Mittwoch, 20. August, 19.00–21.00 Uhr

Reto Künzler, Daniel Brügger

Podium Bibliothek, Spiez

CHF 32.00

Anmeldung bis 13. August

Künstliche Intelligenz (KI) – Workshop für Laien (Praxisabend)

Kurs-Nr. 25-2-1021

Mittwoch, 3. September, 18.30–21.30 Uhr

Daniel Brügger, Reto Künzler

NOSS Schulzentrum, Spiez

CHF 95.00, Mitglieder CHF 90.00

Anmeldung bis 27. August

Mit Ihrer Mitglied- oder Gönnerschaft unterstützen Sie die Ziele des Vereins VHSN

- Die VHSN bietet in der Region Spiez-Niedersimmental ein vielseitiges Bildungsangebot zu angemessenen Preisen.
- Die VHSN bietet qualitativ hochwertigen Unterricht.
- Das Bildungsangebot richtet sich an alle Bevölkerungsschichten und Altersklassen.
- Das Bildungsangebot wird zwei Mal jährlich (Juni und Dezember) im Kursprogramm und auf www.vhsn.ch publiziert.
- Das Kursprogramm wird allen Haushalten der Region Spiez-Niedersimmental zugestellt.

Als Mitglied der VHSN profitieren Sie von Kursgeldvergünstigungen. Der Mitgliederbeitrag pro Kalenderjahr beträgt CHF 30.00. Als Gönner (ab CHF 100.00) werden Sie namentlich in all unseren Programm-Publikationen und auf www.vhsn.ch aufgeführt.

Melden Sie sich bei Interesse unter Telefon 033 654 94 44 oder info@vhsn.ch.

+vhs

Die **Qualität** unseres Angebots **liegt uns am Herzen**. Die Volkshochschule Spiez-Niedersimmental erfüllt die Qualitätskriterien des Verbands der Schweizerischen Volkshochschulen und hat daher das **Qualitätslabel +vhs** erhalten.



VERBAND DER SCHWEIZERISCHEN VOLKSHOCHSCHULEN
 ASSOCIATION DES UNIVERSITÉS POPULAIRES SUISSES
 ASSOCIAZIONE DELLE UNIVERSITÀ POPOLARI SVIZZERE
 ASSOCIAZIUN DA LAS UNIVERSITADS POPULARAS SVIZRAS



Wir danken unseren Partnergemeinden



für ihre Unterstützung und
die gute Zusammenarbeit!

Herzlichen Dank unseren Gönnerinnen und Gönnern

Aldega Derron AG, Spiez
Stefan Baur, Steuerberater, Oey
BEKB BCBE, Spiez
Bücherperron GmbH, Spiez
Burgerbäuert Spiez
Carrosserie Spiez AG, Spiez
Daniel Oesch, Gartenbau AG, Spiez
Die Mobilier, Spiez
Garage Balmer AG, Latterbach
ILG AG Wimmis
Lanz AG Bauunternehmung, Spiez
Lernpoint, Därstetten
MovieWorld, Spiez
PopNet Informatik AG, Spiez
ZIMA AG, Spiez

NOSS



**Wollen Sie sich beruflich neu orientieren?
Sind Sie bereit für eine neue Herausforderung?**

Dipl. Kauffrau/Kaufmann VSH mit Handelsdiplom

Kurstag: Mittwoch (Ausbildungsdauer: 1 Jahr)
Kursbeginn: 15. Oktober 2025

Dipl. med. Arzt-/Spitalsekretär*in

Kurstag: Donnerstag (Ausbildungsdauer: 1 Jahr)
Kursbeginn: 16. Oktober 2025

Noss Schulzentrum, Schösslistrasse 7, 3700 Spiez, 033 655 50 30, noss.ch

VOLKSHOCHSCHULE SPIEZ-NIEDERSIMMENTAL

Bahnhofstrasse 10 // 3700 Spiez // Telefon 033 654 94 44 // info@vhsn.ch // www.vhsn.ch
Öffnungszeiten Geschäftsstelle: Montag, Dienstag, Donnerstag 08.30–11.30 Uhr

 facebook.com/vhsn.ch //  instagram.com/vhs_spiez_niedersimmental

Geschäftsstelle geschlossen:
21. Juli–3. August 2025
22. September–5. Oktober 2025
24. Dezember–2. Januar 2026