

**Geschäftsstelle:**

Stadt Rehau
Martin-Luther-Str. 1
95111 Rehau

Leitung und Anmeldung:

Melek Atmaca
Stadt Rehau

E-Mail: melek.atmaca@rehau.bayern
Telefon: 09283/20-71
Fax: 09283/20-60

**Allgemeine Hinweise**

Es gelten die Geschäftsbedingungen (siehe Heftende). Eine nochmalige **Benachrichtigung bei Kursbeginn erfolgt nicht**. Angemeldete Teilnehmer werden jedoch bei Nichtzustandekommen oder Änderungen benachrichtigt.

**Sprachen**

● 30RE400618

Englisch - Niveaustufe A1 - VIII. Semester für Fortgeschrittene

Der Kurs vermittelt auf unterhaltsame Art und Weise das weiterführende Grundvokabular und die wesentlichen, fortführenden grammatikalischen Strukturen, um sich im Alltag, auf Reisen oder im Urlaub auf Englisch verständigen zu können.

Beginn: Mittwoch, 25. Februar 2026

Dauer: 10x mittwochs, 18.30 - 20 Uhr (20 UE)

Ort: Rehau, Realschule, Pilgramsreuther Str. 34 (Zimmer 1.02)

Leitung: Ina Schorscher, B.A.

Gebühr: 96,- € ab 5 Teilnehmer

Anmeldeschluss: 18. Februar 2026

**Gesundheit & Ernährung**

● 30RE502401

Zumba-Kids®**Workshop für Kinder von 4 - 8 Jahren**

Einfache Choreografien, die Freude am Tanzen und Spaß an der Bewegung wecken! Hinter jedem Lied steckt eine Geschichte - so können sich die Kinder die Schrittfolge gut merken. Zwischen dem Tanzen gibt es kleine Spiele und Trinkpausen. Für Mädchen und Jungen, die gern tanzen.

Beginn: Samstag, 25. April 2026

Dauer: 14.30 - 17 Uhr (3 UE)

Ort: Rehau, Jugendzentrum, Unlitzstr. 4

Leitung: Sandra Steibel

Gebühr: 14,- € zuzüglich 1,50 € Materialkosten (für Tücher, Instrumente, Bastelutensilien, Perlen und Band fürs Zumba Kids Armband, Zumba Kids Medaille usw.) - Materialkosten werden von der Kursleiterin vor Ort eingesammelt.

Anmeldeschluss: 18. April 2026

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Schuhe, ein Getränk, ein Handtuch.

● 30RE501101

Flow Yoga meets Yin Yoga

In dem Kurs werden wir Elemente aus unterschiedlichen Yoga-Arten kennenlernen, wie z.B. Hatha Yoga, Vinyasa Yoga und Yin Yoga.

Mit gezielten Übungen, die durch deine Atmung gelenkt werden, lernst du, deine Gedanken und Gefühle in einen ruhigeren Zustand zu bringen und somit Raum für dich zu schaffen. Wir werden sowohl sanfte als auch etwas forderndere Körperhaltungen gemeinsam erfahren und du wirst Übungen erlernen, die du in deinen Alltag einbauen kannst - z.B. in der Arbeit, in der Freizeit, daheim bei der Familie. Der Kurs ist für Anfänger aber auch für alle, die schon einmal Yoga gemacht haben. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Yoga ist eine Prise Sport, gemischt mit Atemübung und Entspannungstechnik. Yoga ist Neugier, ist Leichtigkeit und vor allem eine Reise. Eine Reise zu dir selbst. Genieße deinen Weg.

Beginn: Dienstag, 14. April 2026

Dauer: 6x dienstags, 17 - 18.30 Uhr (12 UE)

Ort: Rehau, Jugendzentrum, Unlitzstr. 4

Leitung: Larissa Schmidt

Gebühr: 60,- €

Anmeldeschluss: 07. April 2026

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, evtl. Kissen und kommen Sie in bequemer Kleidung.

● 30AA904216

**VHS Smartphone-Stammtisch Rehau**

Smartphone, Tablet und Co. bereiten in der Praxis immer wieder Probleme. Die konkreten Anforderungen lassen sich gemeinsam besser lösen und daher bieten wir regelmäßige Treffen an, um Hilfe anzubieten. Idealerweise helfen sich die Teilnehmenden untereinander und entsprechen dem „Stammtisch-Gedanken“. Wir laden Sie herzlich ein, Teil der Gemeinschaft zu werden.

Termin: Donnerstag, 16. April 2026

Beginn: 15.30 - 17 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Rehau, Maxplatz 12, 95111 Rehau

Referentin: Anne Browa

Gebühr: kostenlos

Anmeldung unter Telefonnummer: 09281 7145-10.

● 30AA904217

**VHS Smartphone-Stammtisch Rehau**

Termin: Donnerstag, 11. Juni 2026

Beginn: 15.30 - 17 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Rehau, Maxplatz 12, 95111 Rehau

Referentin: Anne Browa

Gebühr: kostenlos

Anmeldung unter Telefonnummer: 09281 7145-10.

● 30AA904218

**VHS Smartphone-Stammtisch Rehau**

Termin: Donnerstag, 09. Juli 2026

Beginn: 15.30 - 17 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Rehau, Maxplatz 12, 95111 Rehau

Referentin: Anne Browa

Gebühr: kostenlos

Anmeldung unter Telefonnummer: 09281 7145-10.