



Gesundheit

vhs auf dem Wasser

In diesem Bereich finden Interessentinnen und Interessenten verschiedene maritime Angebote. Allen gemeinsam ist, dass sie auf einem Boot stattfinden. Die Themen sind eng mit den Wünschen und Vorschlägen der Mitreisenden entwickelt worden. Neue Ideen sind willkommen.

Neben der praktischen Skipperausbildung und dem Skippertraining richtet sich das Angebot auch an Teilnehmende, die ohne spezielle Bootskenntnisse Interesse an Kunst & Kultur, Länderkunde und Sprachenlernen auf dem Boot haben.

Derzeit wird für Volkshochschulen ein Info-Portal entwickelt unter:

www.vhs-auf-dem-wasser.de

Bootsführerscheine bei der vhs

Amtl. Sportbootführerschein – SBF-Binnen und SBF-See unter Motor

Unsere Kurse sind entsprechend den Prüfungen modular aufgebaut. Die Inhalte teilen sich nach einem Basismodul in SBF-Binnen und SBF-See (bis 3-Meilenzone auf dem Meer) auf. Das Modul Binnen-Segeln kann gesondert abgelegt und bei uns gebucht werden.

Auch wenn die Module eine klare Trennung der Inhalte vorsehen, so vermischen bzw. wiederholen sich die Themen. Für das praktische Lernen der Prüfungsstoffe bedeutet dies, dass es sinnvoll ist, alle Module in einem Durchgang zu lernen und alle Prüfungen zeitnah abzulegen. Das entspricht auch unserer 35jährigen Erfahrung als Anbieter der SBF-Seminare.

Will man später auf dem Meer bis 12sm vor der Küste mit einer Yacht segeln, so sollte man den amtlichen Sportküstenschifferschein (SKS) ma-

chen. Dieser ist fast immer Voraussetzung, um eine Segelyacht chartern zu können. Die vhs bereitet Sie mit den nachfolgenden Seminarmodulen bestens für das Bestehen der theoretischen Prüfungen vor.

Wir organisieren die Theorie-Prüfungen, vermitteln die entsprechende praktische Ausbildung. Prüfungsgebühren sind im Preis nicht inbegriffen. Die Kursgebühr reduziert sich um 25%, wenn nur der SBF-See gemacht wird, bzw. um 35%, wenn nur der SBF-Binnen gemacht wird.

Die Kurse können bei Bedarf kostenlos wiederholt werden. Für besonders Businessgeplante bieten wir ein individuelles Prüfungs-Coaching an.

Dozenten:

Manfred Lauterborn Liz. Segellehrer A, B, C (DSV)
Christine Frenzel Liz. Segellehrerin (DSV)
Hubert Schierl (SSS-Schein)

Kostenbeispiel für SBF-See und SBF-Binnen/Motor

280,00 €	Kursgebühren Theorie (vhs)
250 - 290,00 €	Motorboot Praxis (Ca.-Gebühr)
40,00 €	Ärztliches Zeugnis
145,00 €	Amtl. Prüfungsgeb. SBF-See
176,00 €	Amtl. Prüfungsgeb. SBF-See und SBF-Binnen
	Fragebögen SBF-See mit Karte
30,00 €	Optional:
25,00 €	Navigationsbesteck
50,00 €	Lehrbuch (SBF-See & SKS)

Segeln Binnen:

70,00 €	Kursgebühr (vhs)
450,00 €	Segelausbildung Praxis (vhs)
113,00 €	amt. Prüfungsgebühren (bei separater Ergänzungsprüfung)

Angaben der Prüfungsgebühren sind unverbindlich.

Der besondere Charme der Ausbildung zu Bootsführerscheinen bei der vhs liegt u.a. in der individuellen Betreuung. Nach Absprache ist auch eine Verlängerung/Wiederholung der Seminare (außer Praxis) unentgeltlich möglich.

1005 ab Di, 13.01.26
6 x 18.30-21.15 Uhr € 280,00
6 Termine immer dienstags und donnerstags
Vaterstetten, vhs-Bildungszentrum,
Baldhamer Str. 39, EDV-Raum |
Christine Frenzel und Manfred Lauterborn

1006 ab Mo, 09.02.26
6 x 18.30-21.15 Uhr € 280,00
6 Termine immer montags, dienstags und mittwochs
Vaterstetten, vhs-Bildungszentrum,
Baldhamer Str. 39, EDV-Raum |
Christine Frenzel und Manfred Lauterborn

PRÜFUNG – sbfSee, sbfBinnen, Seefunk

In den Räumen der vhs-Vaterstetten finden regelmäßig amtliche Prüfungen in Kooperation mit dem Prüfungsausschuss-Bayern der subsidiär vom Bundesministerium für Digitales und Verkehr eingesetzt ist.

Folgende Prüfungen können abgelegt werden:
sbfBinnen | sbfSee | SRC | UBI | LRC | FKN

Die Anmeldung für die Prüfung erfolgt AUSSCHLIESSLICH beim Prüfungsausschuss Bayern unter dem LINK:

<https://www.sportbootfuehrerscheine.org/pruefungen/pruefungsausschuesse/bayern/>

An diesen sind auch die Prüfungs-Gebühren im Vorfeld zu entrichten.

Die Prüfungskommission besteht regelmäßig aus mehreren Prüfern, die vom PA-Bayern eingesetzt werden. Bei der vhs kann man sich hierfür nicht direkt anmelden.

1000
So, 12.10.25 9.00-17.00 Uhr
So, 01.02.26 9.00-17.00 Uhr
So, 01.03.26 9.00-17.00 Uhr
Vaterstetten, vhs-Bildungszentrum,
Baldhamer Str. 39 |
Christine Frenzel, Manfred Lauterborn und Hubert Schierl



Amtl. Sportbootführerschein Zusatz-Modul „Segeln“

Das Zusatzmodul: „Segeln“ kann nur in Verbindung mit SBF-Binnen / SBF-See gebucht werden (oder wenn entsprechende Prüfungsmodul bereits abgelegt wurden). Es bereitet Sie ergänzend auf das Segelmodul im Rahmen einer SBF-Binnen-Prüfung vor.

Ausführliche Informationen finden Sie auf: www.vhs-auf-dem-wasser.de

1010 Fr, 30.01.26
18.00-21.00 Uhr € 70,00
Neukeferloh, Innstr. 3 – Frenzel | Christine Frenzel

1011 Fr, 20.02.26
18.00-21.00 Uhr € 70,00
Neukeferloh, Innstr. 3 – Frenzel | Christine Frenzel

Sportküstenschifferschein (SKS)

Dieses Seminar-Modul bereitet Sie auf die SKS-Theorieprüfung mit Schwerpunkt NAVIGATION vor. Die Theorie- und Praxisprüfung müssen innerhalb von zwei Jahren abgelegt werden. Die Reihenfolge ist variabel. Voraussetzung für die Prüfungsteilnahme ist der SBF-See. Bei Bedarf kann ein weiterer Übungstermin als Coaching zur Prüfungsvorbereitung angefragt werden. Bitte Schreibsachen und Navigationsbesteck mitbringen.

Weitere Informationen: www.vhs-auf-dem-wasser.de

1014 € 240,00
Di, 21.10.25 18.30-21.45 Uhr
Do, 23.10.25 18.30-21.45 Uhr
Di, 28.10.25 18.30-21.45 Uhr
Do, 30.10.25 18.30-21.45 Uhr
4 Termine immer dienstags und donnerstags
**Vaterstetten, vhs-Bildungszentrum,
Baldhamer Str. 39, EDV-Raum |
Christine Frenzel und Manfred Lauterborn**

Online SportSeeSchifferschein (SSS)

Der SSS-Schein ist als Segelschein für küstennahe Seegewässer empfohlen (alle Meere bis 30 sm und Ost- und Nordsee, Mittelmeer, Schwarzes Meer). Voraussetzung ist der Sportbootführerschein See (SBF See) und 1000 sm in verantwortlicher Position (gefahren nach SBF See) bzw. nach Erlangung des SKS 700 sm.

Die Live-Online-Kurse gliedern sich in vier separat buchbare Bausteine entsprechend der einzelnen Prüfungsteile: SSS Navigation, SSS Seemannschaft, SSS Schiffsfahrtsrecht und SSS Wetter. Die Prüfungsteile können einzeln abgelegt werden.

Unterrichtsmaterialien:

Für den SSS sind Unterrichtsmaterialien, insbesondere für die Navigation Seekarte Ü2656, SSS Begleitheft, Int1 (Abkürzungsverzeichnis) sowie Kursbesteck nötig. Bitte online bestellen!

Das Live-Onlineangebot findet in Kooperation mit der Segel- und Motorsportschule: ABC-Wassersport statt.

Die Praxisausbildung wird u.a. auch von der vhs-Vaterstetten in Slowenien/Kroatien angeboten – hier geht es zu den SSS-Ausbildungstörns.

Die Anmeldegebühr wird von der vhs abgebucht, der Restbetrag wird von ABC-Wassersport in Rechnung gestellt.



Seemannschaft

1020A
Di, 04.11.25 18.00-21.00 Uhr
Mi, 05.11.25 18.00-21.00 Uhr
Kursgebühr insgesamt: 129,00 €
(davon € 12,90 vhs-Anmeldegebühr)
**Online | Michael Dobschinski und
ABC Wassersport**

Wetterkunde

1021A
Di, 18.11.25 18.00-21.00 Uhr
Mi, 19.11.25 18.00-21.00 Uhr
Kursgebühr insgesamt: 129,00 €
(davon € 12,90 vhs-Anmeldegebühr)
**Online | Michael Dobschinski und
ABC Wassersport**

Schiffsfahrtsrecht

1022A
Do, 06.11.25 18.00-21.00 Uhr
Di, 11.11.25 18.00-21.00 Uhr
Mi, 12.11.25 18.00-21.00 Uhr
Do, 13.11.25 18.00-21.00 Uhr
Kursgebühr insgesamt: 249,00 €
(davon € 24,90 vhs-Anmeldegebühr)
**Online | Michael Dobschinski und
ABC Wassersport**

Terrestrische Navigation

1023A
Sa, 22.11.25 9.00-17.00 Uhr
Di, 25.11.25 18.00-21.00 Uhr
Mi, 26.11.25 18.00-21.00 Uhr
Am Samstag: Pause von 12.00-14.00 Uhr
Kursgebühr insgesamt: 249,00 €
(davon € 24,90 vhs-Anmeldegebühr)
**Online | Michael Dobschinski und
ABC Wassersport**

Terrestrische Navigation ÜBUNG

1023B
Do, 27.11.25 18.00-21.00 Uhr
Kursgebühr insgesamt: 69,00 €
(davon € 6,90 vhs-Anmeldegebühr)
**Online | Michael Dobschinski und
ABC Wassersport**



Online SportHochSeeSchifferschein (SHS) – Terrestrische Navigation Zusatz

Voraussetzung: Wissen aus dem SSS (für SHS-Prüflinge)

Kursbuchung: Bitte bis zwei Wochen vor Kursbeginn

Kursort: Online von überall aus teilnehmen!

Unterrichtsmaterialien: Für Navigation und Astro sind Begleitheft SSS/SHS, Int1 (Abkürzungsverzeichnis) sowie ein Kursbesteck, Übungskarte BA2656 und ein nicht programmierbarer Taschenrechner nötig. Alle Materialien – auch einzeln online bestellbar Kursmaterial SHS-Materialbestellung.

Großkreisnavigation, Besteckrechnung nach Mittelbreite, Besteckrechnung nach vergrößerter Breite

Die Anmeldegebühr wird von der vhs abgebucht, der Restbetrag wird von ABC-Wassersport in Rechnung gestellt.

1024B Do, 04.12.25
18.00-21.00 Uhr
Kursgebühr insgesamt: 69,00 €
(davon € 6,90 vhs-Anmeldegebühr)
**Online | Michael Dobschinski und
ABC Wassersport**

Astronavigation

Der Kurs beschäftigt sich mit den gängigen Begriffen in der Astronavigation und mit der Standortbestimmung durch Sextantmessungen von Sonne und Mond.

Nötiges Kursmaterial: Begleitheft SSS/SHS (enthält Auszüge aus dem Nautischen Jahrbuch), Kursbesteck, Taschenrechner mit sin/cos, Grad- und Polfunktion.

Online bestellbar Kursmaterial SHS Materialbestellung

Die Anmeldegebühr wird von der vhs abgebucht, der Restbetrag wird von ABC-Wassersport in Rechnung gestellt.

1025B
Mo, 01.12.25 18.00-21.00 Uhr
Di, 02.12.25 18.00-21.00 Uhr
Mi, 03.12.25 18.00-21.00 Uhr
Do, 04.12.25 18.00-21.00 Uhr
Fr, 05.12.25 18.00-21.00 Uhr
Kursgebühr insgesamt: 299,00 €
(davon € 29,90 vhs-Anmeldegebühr)
**Online | Michael Dobschinski und
ABC Wassersport**

www.vhs-vaterstetten.de



Der Sextant – Handhabung und Einsatz

In der Astronavigation ist der Sextant unersetzlich. In diesem Seminar erklären wir den Sextanten mit den nötigen Einstellungen und Berichtigungen, seine Handhabung und praktizieren im „Feldeinsatz“ verschiedene Messungen.

Die Anmeldegebühr wird von der vhs abgebucht, der Restbetrag wird von ABC-Wassersport in Rechnung gestellt.

1027C

So, 12.10.25 14.00-16.00 Uhr

Kursgebühr insgesamt: 39,00 €
(davon € 3,90 vhs-Anmeldegebühr)

Unterhaching b. München, Holiday Inn |
Michael Dobschinski und ABC Wassersport

1027D

So, 23.11.25 14.00-16.00 Uhr

Kursgebühr insgesamt: 39,00 €
(davon € 3,90 vhs-Anmeldegebühr)

Unterhaching b. München, Holiday Inn |
Michael Dobschinski und ABC Wassersport

Online Sicherheit auf See

Das Seminar beleuchtet die Themenbereiche Sicherheitsausrüstung, Havarie, Seenotfall, Suche und Rettung mit verschiedenen Manövern und Suchmustern.

Das Live-Onlineangebot findet in Kooperation mit der Segel- und Motorsportschule: ABC-Wassersport statt.

Die Anmeldegebühr wird von der vhs abgebucht, der Restbetrag wird von ABC-Wassersport in Rechnung gestellt.

1028A

Mi, 05.11.25 18.00-21.00 Uhr

Kursgebühr insgesamt: 69,00 €
(davon € 6,90 vhs-Anmeldegebühr)

Online | Michael Dobschinski und
ABC Wassersport

Online Wetterkunde – Grundkurs

In dem Grundkurs geht es um grundlegende Begriffe, die Atmosphäre und dem Wetter mit seinen messbaren Werten wie Temperatur, Luftfeuchtigkeit, Luftdruck, Taupunkt, Niederschlag und Bewölkung. Wir beschäftigen uns mit Wolkenklassifikation, Gewitter, Nebel, der atmosphärischen Zirkulation und betrachten die Entstehung eines Tiefs von unterschiedlichen Wetterlagen und Druckgebilden und Fronten. Der Aufbaukurs widmet sich den Themenbereichen Druckgebiete, Großwetterlage, regionalen Windsysteme, Seegang, Wellen und Wetterberichten.

Das Live-Onlineangebot findet in Kooperation mit der Segel- und Motorsportschule: ABC-Wassersport statt.

Die Anmeldegebühr wird von der vhs abgebucht, der Restbetrag wird von ABC-Wassersport in Rechnung gestellt.

1029

Di, 18.11.25 18.00-21.00 Uhr

Kursgebühr insgesamt: 69,00 €
(davon € 6,90 vhs-Anmeldegebühr)

Online | Michael Dobschinski und
ABC Wassersport

Online Wetterkunde – Aufbaukurs

In dem Grundkurs geht es um grundlegende Begriffe, die Atmosphäre und dem Wetter mit seinen messbaren Werten wie Temperatur, Luftfeuchtigkeit, Luftdruck, Taupunkt, Niederschlag und Bewölkung. Wir beschäftigen uns mit Wolkenklassifikation, Gewitter, Nebel, der atmosphärischen Zirkulation und betrachten die Entstehung eines Tiefs von unterschiedlichen Wetterlagen und Druckgebilden und Fronten. Der Aufbaukurs widmet sich den Themenbereichen Druckgebiete, Großwetterlage, regionalen Windsysteme, Seegang, Wellen und Wetterberichten.

Das Live-Onlineangebot findet in Kooperation mit der Segel- und Motorsportschule: ABC-Wassersport statt.

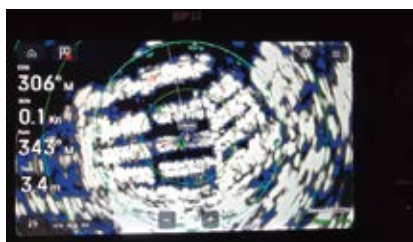
Die Anmeldegebühr wird von der vhs abgebucht, der Restbetrag wird von ABC-Wassersport in Rechnung gestellt.

1030

Mi, 19.11.25 18.00-21.00 Uhr

Kursgebühr insgesamt: 69,00 €
(davon € 6,90 vhs-Anmeldegebühr)

Online | Michael Dobschinski und
ABC Wassersport



Online Radarplotting

Das Seminar widmet sich der Darstellungsarten „head up“ und „north up“ sowie der Auswertung des Radarbildes zur Kollisionsverhütung.

Das Live-Onlineangebot findet in Kooperation mit der Segel- und Motorsportschule: ABC-Wassersport statt.

Die Anmeldegebühr wird von der vhs abgebucht, der Restbetrag wird von ABC-Wassersport in Rechnung gestellt.

1031

Do, 13.11.25 18.00-21.00 Uhr

Kursgebühr insgesamt: 69,00 €
(davon € 6,90 vhs-Anmeldegebühr)

Online | Michael Dobschinski und
ABC Wassersport

Online – Gezeitenermittlung nach ATT

In dem Seminar lernen wir den Umgang mit den Admiral Tide Tables (ATT) und daraus resultierend die zeichnerische Ermittlung der Höhe der Gezeit sowie Zeitunterschiede an Standard und Secondary Ports.

Nötiges Kursmaterial: Begleitheft SSS/SHS (enthält Auszüge aus den ATT). Online bestellbar
Das Live-Onlineangebot findet in Kooperation mit der Segel- und Motorsportschule: ABC-Wassersport statt.

Die Anmeldegebühr wird von der vhs abgebucht, der Restbetrag wird von ABC-Wassersport in Rechnung gestellt.

1032

Sa, 22.11.25 9.00-17.00 Uhr

Pause von 12.00-14.00 Uhr
Kursgebühr insgesamt: 129,00 €
(davon € 12,90 vhs-Anmeldegebühr)

Online | Michael Dobschinski und
ABC Wassersport



Online Hybrid

Laptop-Navigation auf dem Wasser | online & präsent

Auf dem Meer, auf Seen und Flüssen kommt zunehmend das kostenlose Navigations-Programm OpenCPN zum Einsatz. Es können Vektor- und Rasterkarten genutzt werden. Eine nähere Beschreibung finden Sie unter: www.opencpn.org
Darstellbare Kartenformate: u.a. BSB Rasterkarten; S57/S63 Vektorkarten; ENC/RNC; CM93/2 C-MAP Vektorkarten. Kursinhalte: Installation Programmbeschreibung und Handhabung Plugins Konfiguration Karteneinbindung Wegpunkte Routen Tracks AIS Wettergrib Vorbereitung, Durchführung, Nachbereitung der Navigation Einbinden von anderen NMEA-Gebern (Wassertiefe, Windrichtung und Windgeschwindigkeit, Logge, etc) Tipps & Tricks Entsprechendes Übungs-Kartenmaterial wird zur Verfügung gestellt.

Weitere Infos unter: www.vhs-auf-dem-wasser.de
Teilnehmer an einem SKS-Praxistörn oder eines Skippertrainings zahlen nur 25,00 €.

Das Seminar wird an 2 Freitagen in Präsenz und zusätzlich per ZOOM online angeboten.

Wenn online, ist es notwendig, dass man einen PC oder Laptop mit installierten OpenCPN sowie installierten Übungskarten zur Nutzung hat sowie einen weiteren PC oder ein Tablet für die Präsentation über Zoom zur Verfügung hat.

Diverse Informationen werden – bei rechtzeitiger Anmeldung – per Mail vorab versendet (Links zur Software und Übungskarten) sowie eine kleine Anleitung für die Installation.

Thema: Laptopnavigation mit OpenCPN – Zoom Meeting von Hubert Schierl

1035

Fr, 23.01.26 18.00-21.00 Uhr

Fr, 30.01.26 18.00-21.00 Uhr

Präsenz im EDV-Raum und zusätzlich
Online über Zoom!

Wenn Online: Bitte mit 2 PCs oder 1 PC und ein Tablet (als Präsentations-Gerät) nutzen!

Vaterstetten, vhs-Bildungszentrum,
Baldhamer Str. 39, EDV-Raum | Hubert Schierl



Wetter auf See – Meteorologie I nur online

Anspruchsvolle Wetterkunde für Wassersportler mit den Themen: Temperatur Feuchte Luftdruck Fronten Zyklone Antizyklone Kleine Wolkenkunde beobachtbare Phänomene an Bord (Wolkenbilder, Sicht, Feuchte, Barograph) Weitergehende Wetterkunde auf See: Interpretation einer Bodenwetterkarte und (verschiedener) Höhenwetterkarte(n) Zugbahnen von Tiefs (z.B. entlang der Höhen-druckisobaren) Randtief, Teil – tief Wind- und Wellenvorhersage Dünung und Windsee. Besondere lokale Windsysteme (Mistral, Bora, Schirokko, etc.) aufgrund der Orografie (Mittelmeer/Ostsee) in Abgrenzung zum Atlantik. Fragen, Tipps & Tricks Beispiele für ein gelungenes Wetterrouting: Bereiche Mittelmeer und Ostsee.

Der Seminarleiter ist Leiter der Regionalzentrale München des Deutschen Wetterdienstes. Weitere Informationen: www.vhs-auf-dem-wasser.de Das Seminar ist wird online an zwei Samstagen über ZOOM durchgeführt. Entsprechende Unterlagen werden als PDF zur Verfügung gestellt.

1037 € 69,00
Sa, 24.01.26 10.00-13.00 Uhr
Sa, 07.02.26 10.00-13.00 Uhr
2 aufbauende Termine!
Der Kurs ist nur ONLINE mit Zoom!
Online | Volker Wünsche und Hubert Schierl

Praxisausbildung Motor sbf-Binnen/See

Motor-Praxis für den SBF-Binnen und SBF-See
Für die Praxisausbildung des Motorteiles bieten wir Ihnen die Möglichkeit z.B. auf dem Chiemsee entsprechende Motorstunden zu absolvieren. Mit der Anmeldung buchen Sie insgesamt 3 Stunden (je 60 Min.) auf einem Ausbildungsboot. (1,5 h sind Sie selbst Fahrer und 1,5 h Mitfahrer). In der Gebühr ist die Nutzung des Motorbootes während der Ausbildung und der Prüfung bereits enthalten. Je nach Witterung kann die Motorpraxis in der Zeit zwischen April und November auf dem Chiemsee nach Terminvereinbarung abgehalten werden. Weitere Informationen: www.vhs-auf-dem-wasser.de Die Gebühr wird direkt von der kooperierenden Wassersportschule erhoben. Die Motorpraxis wird in Zusammenarbeit mit der „Wassersportschule Chiemgau“ (WSSC) durchgeführt. Auf Wunsch kann die Praxis auch auf einem anderen See durchgeführt werden. ALTERNATIV kann die Motorpraxis mit anschließender sbf-See-Motorprüfung auch auf einem SKS-Ausbildungstörn erfolgen. Das hat den Vorteil, dass Sie gleichzeitig Seemanns-Erfahrungen sammeln für eine spätere SKS-Ausbildung und SKS-Prüfung.

1038 Termine nach Vereinbarung
in der Zeit 15. März – 15. Dezember
Die Gebühr wird von der Segelschule vor Ort erhoben, ca. 250-290 €
Chiemsee, Feldwieser Bucht | WSSC

Praxisausbildung Binnen-Segeln

Die Praxis für den SBF-Binnen unter Segeln erfordert ein mehrtägiges Training für Teilnehmer/Innen mit oder ohne Vorkenntnisse. Erfahrene Ausbilder/innen bieten Ihnen eine optimale Vorbereitung auf einem leicht zu bedienenden Segelboot. Sie werden fit gemacht für die praktische Handhabung sowie für alle relevanten Prüfungsmanöver. Mit der Anmeldung buchen Sie ein Segeltraining, das sie an ca. 4-5 einzelnen Trainings-Tagen bis zur Prüfungsreife führt. Die Termine werden individuell vereinbart. Abhängig von der Witterung wird am Chiemsee zwischen April und Oktober gesegelt. In der Gebühr ist die Nutzung des Segelbootes während der Ausbildung und der Prüfung enthalten. Weitere Informationen: www.vhs-auf-dem-wasser.de

1039 450,00 €
für 10 Unterrichtseinheiten
TERMINE UND ZEITEN NACH VEREINBARUNG Chiemsee | Christine Frenzel

Praxistörn SKS / sbf-See (mit SSS)

Wir bereiten Sie innerhalb von 10 Tagen intensiv auf die Praxisprüfung auf einer zertifizierten, modern ausgerüsteten Ausbildungs- und Trainings-yacht vor.

(Bavaria 46 Cruiser www.sy-labonita.com)
Die Ausbildung und anschließende Prüfung findet i.d.R. in Izola / Slowenien statt.

Voraussetzung für die SKS-Prüfung ist der SBF-See-Schein und der Nachweis von 300 sm Erfahrung auf einer seegängigen Yacht auf dem Meer. Ca. 150 bis 180 sm werden in der Ausbildungswoche zurückgelegt, die entsprechend angerechnet werden. Für sbf-See-Praxis-Prüflinge ist nur ein Mindestalter von 16 Jahren Voraussetzung.

An der Praxisausbildung zum SBF/SKS können auch Interessenten teilnehmen, die keine Prüfung anstreben und nur Erfahrungen zu sammeln möchten. Seemanns werden bestätigt. Eingehende Beratung erhalten Sie von Skipper und Ausbilder Hubert Schierl

Ausbildungsinhalte:

Alle prüfungsrelevanten Prüfungs-Manöver, Prüfungswissen für die Praxisprüfung aus den Bereichen: Wetter, Seemannschaft, Navigation und Seerecht

Beratung und Information:

Im Internet auf: www.vhs-auf-dem-wasser.de
eMail-Anfragen: info@vhs-auf-dem-wasser.de
Telefonische Beratung unter:
08106/3590-35 oder -20 oder 0172/7068322
Angemeldete Teilnehmer erhalten Vorabinformationen und Lernmaterialien.



SKS Erfolgreiche Prüfung

Kosten:

Die Gebühr beträgt für den 10-Tagetörn 1270,00 € bei 4-5 Teilnehmern. Aufpreis für Einzelkabine: + 38 % (wenn bei rechtzeitiger Anmeldung verfügbar). Vorort-Kosten zur Praxisausbildung: Bordkasse (ca. 140,00 €) für Stützpunktgebühr/Endreinigung, Kurtaxe, Hafengebühren, Diesel, Gas, Verpflegung am Schiff. Prüfungsgebühren werden direkt vom Prüfungsausschuss erhoben. Selbstständige Anmeldung erfolgt unter: <https://www.sportbootfuehrerscheine.org/pruefungen/pruefungsausschuesse/ausland/> Die vhs-Anmeldegebühr von 85,00 € ist bei der Kursbuchung fällig. Der Rest wird von der Ausbildungsorganisation erhoben.



Termine finden Sie im jeweiligen Datenblock:

Die Anreise erfolgt in der Regel am ersten Tag um 18.00 Uhr (wenn nicht anders beschrieben). Am letzten Freitag findet die Prüfung statt mit anschließender Heimreise.

Das erfahrene Ausbilderteam:

Christine Frenzel, Hubert Schierl, Manfred Lauterborn, Hannes Mach, verfügen über mehrere Jahrzehnte Segel-Erfahrung im In- und Ausland und sind Inhaber diverser Lizenzen.

Skipper und Organisator: Hubert Schierl

Aufbauende Skippertrainings und SSS-Ausbildung auf Anfrage unter: info@vhs-auf-dem-wasser.de

1040 ab Mi, 15.10.25
10 x 18.00-13.00 Uhr € 1270,00
Intensivtraining mit SSS-Elementen
100 € vhs-Anmeldegebühr,
1170 € 8 Wochen vor Beginn
Mittwoch Anreise ab 12.00 Uhr
Letzten Freitag Prüfung, danach Abreise
ca. 13.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | Hubert Schierl

1043L ab Mi, 15.04.26
10 x 18.00-13.00 Uhr € 1270,00
Intensivtraining mit SSS-Elementen
100 € vhs-Anmeldegebühr,
1170 € 8 Wochen vor Beginn
Mittwoch Anreise ab 12.00 Uhr
Letzten Freitag Prüfung, danach Abreise
ca. 13.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | Hubert Schierl

1048L ab Mi, 14.10.26
10 x 18.00-13.00 Uhr € 1270,00
Intensivtraining mit SSS-Elementen
100 € vhs-Anmeldegebühr,
1170 € 8 Wochen vor Beginn
Mittwoch Anreise ab 12.00 Uhr
Letzten Freitag Prüfung, danach Abreise
ca. 13.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | Hubert Schierl



Marina Izola in Slowenien

Praxistörn SKS / sbf-See

Wir bereiten Sie innerhalb einer Woche intensiv auf die Praxisprüfung auf einer zertifizierten, modern ausgerüsteten Ausbildungs- und Trainingsyacht vor. (Bavaria 46 Cruiser www.sy-labonita.com) Die Ausbildung und anschließende Prüfung findet i.d.R. in Izola / Slowenien statt. Voraussetzung für die SKS-Prüfung ist der SBF-See-Schein und der Nachweis von 300 sm Erfahrung auf einer seegängigen Yacht auf dem Meer. Ca. 150 bis 180 sm werden in der Ausbildungswoche zurückgelegt, die entsprechend angerechnet werden. Für sbf-See-Praxis-Prüflinge ist nur ein Mindestalter von 16 Jahren Voraussetzung.

An der Praxisausbildung zum SBF/SKS können auch Interessenten teilnehmen, die keine Prüfung anstreben und nur Erfahrungen zu sammeln möchten. Seemeilen werden bestätigt. Eingehende Beratung erhalten Sie von Skipper und Ausbilder Hubert Schierl

Ausbildungsinhalte:

Alle prüfungsrelevanten Prüfungs-Manöver, Prüfungswissen für die Praxisprüfung aus den Bereichen: Wetter, Seemannschaft, Navigation und Seerecht

Beratung und Information:

Im Internet auf: www.vhs-auf-dem-wasser.de
eMail-Anfragen: info@vhs-auf-dem-wasser.de
Telefonische Beratung unter:
08106/3590-35 oder -20 oder 0172/7068322
Angemeldete Teilnehmer erhalten Vorabinformationen und Lernmaterialien.

Kosten:

Die Gebühr beträgt für den 8-Tagestörn 920,00 € bei 4-5 Teilnehmern. Aufpreis für Einzelkabine: + 38 % (wenn bei rechtzeitiger Anmeldung verfügbar). Vorort-Kosten zur Praxisausbildung: Bordkasse (ca. 140,00 €) für Stützpunktgebühr/Endreinigung, Kurtaxe, Hafengebühren, Diesel, Gas, Verpflegung am Schiff. Prüfungsgebühren werden direkt vom Prüfungsausschuss erhoben. Selbstständige Anmeldung erfolgt unter: <https://www.sportbootfuehrerscheine.org/pruefungen/pruefungsausschuesse/ausland/> Die vhs-Anmeldegebühr von 85,00 € ist bei der Kursbuchung fällig. Der Rest wird von der Ausbildungsorganisation erhoben.

Termine finden Sie im jeweiligen Datenblock:

Wenn nicht anders beschrieben: Anreise am Freitag; am Samstag startet die Ausbildung. Am letzten Freitag findet die Prüfung statt mit anschließender Heimreise.

Das erfahrene Ausbildungsteam:

Christine Frenzel, Hubert Schierl, Manfred Lauterborn, Hannes Mach, verfügen über mehrere Jahrzehnte Segel-Erfahrung im In- und Ausland und sind Inhaber diverser Lizenzen.

Skipper und Organisator: Hubert Schierl

Aufbauende Skippertrainings und SSS-Ausbildung auf Anfrage unter: info@vhs-auf-dem-wasser.de

1041 ab Fr, 31.10.25
85 € vhs-Anmeldegebühr, € 920
835 € 8 Wochen vor Beginn
Freitag Anreise ab 18.00 Uhr
Freitag darauf: Prüfung, danach Abreise
ca. 13.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | Manfred Lauterborn

1043 ab Fr, 03.04.26
85 € vhs-Anmeldegebühr, € 920
835 € 8 Wochen vor Beginn
Freitag Anreise ab 18.00 Uhr
Freitag darauf: Prüfung, danach Abreise
ca. 13.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | N.N.

1044 ab Fr, 01.05.26
85 € vhs-Anmeldegebühr, € 920
835 € 8 Wochen vor Beginn
Freitag Anreise ab 18.00 Uhr
Freitag darauf: Prüfung, danach Abreise
ca. 13.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | N.N.

1045 ab Fr, 22.05.26
85 € vhs-Anmeldegebühr, € 920
835 € 8 Wochen vor Beginn
Freitag Anreise ab 18.00 Uhr
Freitag darauf: Prüfung, danach Abreise
ca. 13.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | N.N.

1047 ab Fr, 30.10.26
85 € vhs-Anmeldegebühr, € 920
835 € 8 Wochen vor Beginn
Freitag Anreise ab 18.00 Uhr
Freitag darauf: Prüfung, danach Abreise
ca. 13.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | N.N.

Praxistörn SSS – 10 Tage

Vorbereitungswoche für die SSS-Praxisprüfung (SportSeeSchifferschein)

Ausbildungsinhalte:

Handhabung der Yacht, An- und Ablegen unter Motor, Notfallmanagement/Boje über Bord, Radarpeilungen und Radarfahrt (Hafen ansteuern), Navigation/terrestrisch und elektronisch (ECS), Wetterkunde in der Praxis, Motorenkunde, Technik an Bord, Sicherheit, Segel- und Hafenmanöver, Vertiefung und Ausbau vorhandener Fähigkeiten, Schwerpunkt: Einhandmanöver, Exakte Kommandosprache. Es werden ca. 170 sm zurückgelegt.

Praktische Prüfung im Anschluss:

In der praktischen Prüfung müssen die u. a. auch theoretischen Kenntnisse über das Führen einer Yacht in küstennahen Seegewässern umgesetzt und angewendet werden.

Beratung und Information:

Im Internet auf: www.vhs-auf-dem-wasser.de
eMail-Anfragen: info@vhs-auf-dem-wasser.de
Telefonische Beratung unter:
08106/3590-35 oder -20 oder 0172/7068322
Angemeldete Teilnehmer erhalten ein umfangreiches Infomaterial zur Vorbereitung.

Kosten:

Die Gebühr beträgt: 1270,00 € bei 4-5 Teilnehmern. Aufpreis für Einzelkabine: + 38 % (wenn bei rechtzeitiger Anmeldung verfügbar). Typische weitere Vorort-Kosten zur Praxisausbildung: Bordkasse (ca. 140,00 €) für Stützpunktgebühr/Endreinigung, Kurtaxe, Hafengebühren, Diesel, Gas, Verpflegung am Schiff. Prüfungsgebühren werden direkt vom Prüfungsausschuss erhoben. Selbstständige Anmeldung erfolgt unter: <https://www.sportbootfuehrerscheine.org/pruefungen/pruefungsausschuesse/ausland/> Die vhs-Anmeldegebühr von 100,00 € ist bei der Kursbuchung fällig. Der Rest wird von der Ausbildungsorganisation erhoben.

Termine finden Sie im jeweiligen Datenblock:

Anreise am Mittwoch; am Donnerstag startet die Ausbildung. Am letzten Freitag findet in Izola die Prüfung statt. Die Heimreise ist danach möglich.

Das Ausbildungsteam:

Christine Frenzel und Hubert Schierl verfügen über mehrere Jahrzehnte Segel-Erfahrung im In- und Ausland und sind beide Inhaber des Profiskipperscheines: SSS sowie mehrerer Zusatzqualifikationen.

Schiff und Revier:

Bavaria 46, Liegeplatz: Izola/Slowenien (www.sy-labonita.com).

Skipper und Organisator: Hubert Schierl

Skippertrainings auf Anfrage unter:
info@vhs-auf-dem-wasser.de

1048 ab Mi, 15.10.25
10 Tage € 1270,00
100 € vhs-Anmeldegebühr,
1170 € 8 Wochen vor Beginn
Mittwoch Anreise ab 12.00 Uhr
Letzten Freitag Prüfung, danach Abreise
ca. 13.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | Hubert Schierl

1049A ab Mi, 15.04.26
10 Tage € 1270,00
100 € vhs-Anmeldegebühr,
1170 € 8 Wochen vor Beginn
Mittwoch Anreise ab 12.00 Uhr
Letzten Freitag Prüfung, danach Abreise
ca. 13.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | Hubert Schierl

1049B ab Mi, 14.10.26
10 Tage € 1270,00
100 € vhs-Anmeldegebühr,
1170 € 8 Wochen vor Beginn
Mittwoch Anreise ab 12.00 Uhr
Letzten Freitag Prüfung, danach Abreise
ca. 13.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | Hubert Schierl



Skippertraining mit Familie

Skippertraining auf dem Meer

Das Skippertraining kann als Meilentörn, als Vertiefung für vorhandenes Wissen, als Vorbereitung um selber zu Skippern genutzt werden. Ohne Prüfungsstress lassen sich relevante praktische Trainingseinheiten erlernen und ausprobieren. Spätestens nach erfolgreicher Prüfung des Sportküstenschifferscheines (SKS) bietet es sich an, ein Skippertraining zu absolvieren.

Beschreibung: <http://www.vhs-auf-dem-wasser.de/pages/training/praxis.php>

Abhängig vom Wetter und den Wünschen der Crew, kann aus einer Vielzahl von Trainingsthemen gewählt werden. Erfahrungsgemäß gestaltet sich eine Woche als eine Mischung aus Meilenerfahrung, Vorbereitung für eigene Skipperfähigkeit und konkreten Wunschaufgaben.

Ausbildungsinhalte eines Skippertrainings:

Hafenmanöver: Leinenwurftechniken, Schiff auf der Stelle halten, Drehen auf dem Teller, Radeffekt, sichere Achterausfahrt, längsseits anlegen/ablegen Bug oder Heck an die Pier mit Moorings, Eindampfen in die Vor- und Achterspring, Anlegen mit Mittelklampe, Ablegen mit seewärtiger Achterleine, Einhand-Anlege- und Ablegemanöver, An-/Ablegen an Liegeplätzen, Eindampfen mit Vor-/Achterspring, Ankermanöver, Hafenmanöver mit kleiner Crew, Einhand-Hafenmanöver

Nachtfahrt: Vorbereiten der Crew für die Nachtfahrt, Lichterführung, Wacheinteilung, Navigation in der Nacht, Leuchtfeuer, unterschiedliche Seezeichen, Einsatz von Elektronischer Navigation, Nachtsichtgerät, Erkennen von anderen Fahrzeugen mit Klärung der Vorfahrt, Erkennung von (unbefeuerter) Gefahrenstellen – Fisch-/Muschelfarmen, Fischerfähnen, Interpretation von AIS und RADAR

Besondere Manöver: Rückwärtssegeln, Einsatz von Treibanker, Einsatz von Bootsmannstuhl, Segeltrimm/Gewichtstrimm, Segel reffen, Spinnaker-Segeln, Setzen eines Sturmsegels, Schiff aufstopfen ohne Motoreinsatz
Navigation: Papier-Seekarten, Umgang mit Küsten- und Hafenhandbüchern, Leuchtfeuerverzeichnisse, Nachrichten für Seefahrer, Terrestrische Navigation (Peilungen, Lotungen), Elektronische Navigation, Seekartenplotter, Laptopnavigation (OpenCPN)

TabletApps: Navionics Navigationshilfen Navtex AIS Einsatz von Radar (Einstellungen, Peilungen, Alarmierungen)

Sicherheit: Rettungsweste auslösen, Rettungsmanöver (Quickstopp, Q-Wende, Nothalse, Münchener/Hamburger Manöver), Rettungsinsel, Rettungs-Segel Notpinne, Segeln ohne Ruderbewegung (Ruderbruchsimulation), MOB-Manöver (mit echter Person), Bergen einer über Bord gegangenen Person, Übernahme einer Yacht, Seetüchtigkeit prüfen, Crewweisung, Sicherheitseinweisung Epirb, SART-Notsender, Signalmittel (Pyrotechnik, Spiegel, Akustische Signale), Radaralarmierungen

Wetter: Wetter auf See, Wind & Welle, Wetterprogramm xyGrib, Wetter über InfoBOX/Navtex, WetSSB-Kurzwellen (RTTY)

Sonstiges: Funkeinsatz, Motoren ohne Schalthebel (Simulation von Bruch des Schalt-/Gasgestänges), Segelliteratur, Ein- und Ausklarieren, Gespräche über Seemannschaft, Seewetter, Navigation, rechtliche Situationen, die Verantwortung als Skipper, Versicherungen.

Auf Törn je nach Möglichkeiten während der Trainingswoche: Schwerwettersegeln, Sturmtaktik, Ablaufen vor Top & Takel, Crew vorbereiten auf schweres Wetter, Segeln in Gezeitengewässer und mit Strömung

1050 ab Sa, 25.10.25
bis Freitag € 920,00

Gebühr 920 € (inkl. 85 € Anzahlung)

Anreise: Samstag 12.00 Uhr

Abreise: Freitag 12.00 Uhr

Slowenien, Marina Izola, Steg G | Hubert Schierl

1051 ab Fr, 29.05.26
bis Freitag € 920,00

Gebühr 920 € (inkl. 85 € Anzahlung)

Anreise: Freitag 18.00 Uhr

Abreise: Freitag 12.00 Uhr

Slowenien, Marina Izola, Steg G | Hubert Schierl

1053 ab Sa, 13.06.26
bis Freitag € 920,00

Gebühr 920 € (inkl. 85 € Anzahlung)

Anreise: Samstag 12.00 Uhr

Abreise: Freitag 12.00 Uhr

Slowenien, Marina Izola, Steg G | Hubert Schierl

1054 ab Sa, 24.10.26
bis Freitag € 920,00

Gebühr 920 € (inkl. 85 € Anzahlung)

Anreise: Samstag 12.00 Uhr

Abreise: Freitag 12.00 Uhr

Slowenien, Marina Izola, Steg G | Hubert Schierl

Hafentraining auf dem Meer

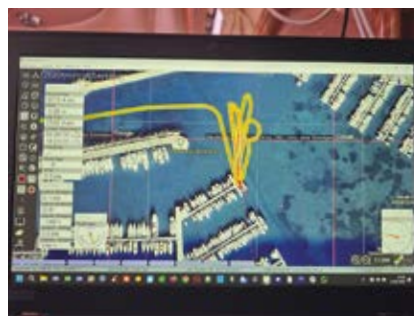
Mit einem Hafentraining kann man deutlich an Sicherheit im Umgang mit einer Segelyacht in engen Häfen gewinnen.

3-Tages-Praxisprogramm mit einer großen 46-Fuß-Segelyacht:

Leinwurf-Technik an- und ablegen: längsseits, achteraus, voraus. Einsatz von Vor- und Achterspring, Moorings, Mittelleine, seewärtige Achterleine Einhandmanöver oder Manöver mit kleiner Crew Windeinfluss und Radeffekt Bugstrahlruder Anker Tipps & Tricks Übernachtung auf der Segelyacht in der Gebühr enthalten

Alternativ: Übernachtung in Marina Nähe in einem Hotel oder Pension auf eigene Kosten und Buchung 1. Tag abends Anreise + 3 Übungstage (letzter Tag ca. 15.00 Uhr Abreise)

GEbÜHR: 390 € inkl. 40 € Stützpunktgebühr (40 € Anzahlung per vhs-Abbuchung – Rest per Überweisung nach Rechnungsstellung) Aufpreis bei Buchung Einzelkabine: 38 %



1055 € 390,00
So, 12.10.25 18.00-21.00 Uhr
Mo, 13.10.25 9.00-18.00 Uhr
Di, 14.10.25 9.00-18.00 Uhr
Mi, 15.10.25 9.00-13.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | Hubert Schierl

1056 € 390,00
Mi, 18.03.26 18.00-21.00 Uhr
Do, 19.03.26 9.00-18.00 Uhr
Fr, 20.03.26 9.00-18.00 Uhr
Sa, 21.03.26 9.00-15.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | Hubert Schierl

1057 € 390,00
Sa, 21.03.26 18.00-21.00 Uhr
So, 22.03.26 9.00-18.00 Uhr
Mo, 23.03.26 9.00-18.00 Uhr
Di, 24.03.26 9.00-15.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G | Hubert Schierl



Elektronische Navigation – Praxistörn

Elektronische Navigation hat viele Aspekte. Ein kenntnisreicher Umgang mit den digitalen Seekarten, Geräten, Programmen und Apps ist dringend angeraten um eine sichere Schiffsführung zu gewährleisten.

Es kommen viele moderne elektronische Navigationshilfen neuester Generation zum Einsatz.

Allen gemeinsam ist die Planung, Durchführung und Nachbereitung der Navigation von Wegpunkten, Routen, Tracks.

Kontrolle und Vergleich mit Papierseekarten, Peilungen, Tiefen (Tiefenmesser und Sonar), Kollisionsverhütung mit AIS und Radar, sowie die praktische Umsetzung im Rahmen eines kleinen Törns (Bavaria 46 Cruiser) auf der Nordadria.

Kursinhalte mit Einsatz von Geräten:

Kartenplotter (Axiom 2 Pro), Laptopnavigation (OpenCPN, Chart-Navigator), Smartphone und Tablet (Boating & Navionics, NV Charts, Sailgrib WR, OpenCPN), Plotter-Fernsteuerung (RayControl), Nutzung eines Hand-GPS (Garmin), Seefunkgerät, NAVTEX, u.v.m.

Überblick über sinnvolle ergänzende Apps und Programme:

Ankerwache, AIS, GPS, Gezeiten, Gribviewer, Wetter, Törnführer, diverse Segelapps, Lernapps, KVR, Notfall, u.v.m.

Neben GPS, digitalen Seekarten, AIS und Seefunk, wird es auch eine Kurzeinführung in die Nutzung eines modernen RADAR-Systems geben.



**Hilfen im Notfall, Alarmierungen:**

DSC-Seefunk/Distress, EPIRB, AIS-SAR-Transponder, Funktion der MOB-Taste
Überblick über digitale Seekarten (Vektor und Raster) verschiedener Anbieter und der Vergleich zur terrestrischen Navigation mit Papierkarten.
Bei Anmeldung ist die Teilnahme beim Seminar: Laptopnavigation mit der Kursnummer 1060 empfohlen (das online und in Präsenz durchgeführt wird). Für Teilnehmer am Törn ist das Seminar als Vorbereitung kostenfrei.

Kleiner Segeltörn:

1. Tag abends Anreise ab 18.00 Uhr + 3
Übungstage (letzter Tag ca. 15.00 Uhr Abreise)
GEBÜHR:
420 € inkl. 40 € Stützpunktgebühr (40 € Anzahlung per vhs-Abbuchung – Rest per Überweisung nach Rechnungsstellung) Aufpreis bei Buchung Einzelkabine: 38 %

1059	€ 420,00
Di, 24.03.26	18.00-21.00 Uhr
Mi, 25.03.26	9.00-21.00 Uhr
Do, 26.03.26	9.00-21.00 Uhr
Fr, 27.03.26	9.00-15.00 Uhr
Slowenien, Marina Izola, Steg G 	
Hubert Schierl	

hopOn/hopOff-Sailing – Interessentenliste

HopOn-HopOff2026

Werde Teil einer langen Segelreise in 2026!
Nach dem großen Erfolg in 2023, 2024 und 2025 geht es im Jahre 2026 mit der Segelyacht „La Bonita“ – einer modern und überkomplett ausgestatteten Bavaria 46 – ab Ende Juni bis Mitte Oktober auf eine lange Segelreise auf einen großen Rundtörn von der Nordadria ausgehend über große Teile des Mittelmeeres und zurück.
In 8 Etappen werden in über 100 Tagen auf See über 3000 Seemeilen zurück gelegt.

Veranstalter und Organisation:

vhs-Vaterstetten e.V. (gemeinnütziger Verein)
Abteilung: vhs-auf-dem-wasser

Skipper: Ausgebildete Profiskipper/innen mit SSS oder SHS

Seegängige Segel-Yacht
www.sy-labonita.com Bavaria 46 Cruiser
Zertifiziert durch die Berufsgenossenschaft See
4 Doppelkabinen und 2 Nasszellen, 14,4 m lang, 4,35 m breit bestgewartet, eignergepflegt

Zielgruppen:

Reiselustige Menschen, die das Meer lieben und ein aktives Urlaubsengagement suchen.
Engagierte Seglerinnen und Segler, mit und ohne Erfahrung und Qualifikationen, die ihre Segellust auf dem Mittelmeer ausleben und sich in dem Bordalltag einbringen wollen.
Seglerinnen und Segler, die ihr Erfahrungen erweitern und vertiefen wollen, Anfängerinnen und Anfänger, die daran denken, später einen Boots- oder Skipperschein zu erwerben.
Belegung: 4-5 Mitreisende
Seegebiete: Östliches und ggf. westliches Mittelmeer
Die Etappen ... werden demnächst – aber bis spätestens Herbst 25 – genau ausgearbeitet und im Internet veröffentlicht.
Kostenloser Eintrag in eine Interessenten-Liste

1063 in der Zeit ab Sa, 27.06.26-10.10.26
106 Tage auf See in mehreren Etappen
Östliches und westliches Mittelmeer |
Hubert Schierl



Pilates auf der Segelyacht

„Keep in Motion“ ist das Motto unter dem Ihre professionelle Pilates-Trainerin Daggy Mathis-Wiebe sie auf der Segelyacht begrüßt. In ihrem zentral in München gelegenen Studio „Keep in Motion PILATES“ lehrt und entwickelt sie erfolgreich die Methode seit vielen Jahren. Skipper Hubert ist erfahrener Organisator im Gesundheitsbereich und Profiskipper. Er freut sich, dass Daggy mit all ihrem Wissen und Können eine kleine Gruppe von Pilates-Begeisterten auf dem Segeltörn anleitet.

Pilatesinhalte:

Super Haltung starke Tiefenmuskulatur Lösen von Faszienverklebungen Rückenschmerzen ade! Spaß an der Bewegung durch Gruppendynamik in Mini-gruppen individuelle Betreuung im Pilates Personal Training Training unter freiem Himmel Atmungs-optimierung an der frischen Meeresluft. Zielgruppe sind Pilates-Übende mit Vorerfahrung. Keine Segelerfahrung notwendig.

Pilates-Organisation:

5 x Pilates Minigruppentraining pro Person 1 x 45 Min. Pilates Personal Training (jedes weitere Personal Training gegen Aufpreis) abwechslungsreich durch Einsatz von diversen Kleingeräten dazu Ganztagsbetreuung rund ums Thema Pilates, Rücken, Verspannungen
Das Ganze findet in idyllische Buchten, bei traumhaften Sonnenuntergängen, in Nähe malerischer Küstenstädtchen auf der Segelyacht, an Stränden und an schönen maritimen Plätzen statt.



Übernachtung auf der Segelyacht in Doppelkabinen. Kleingruppe mit maximal 6 Teilnehmer*innen. Gesegelt wird auf der 14m-Segelyacht „La Bonita“ – eine Bavaria 46 Cruiser mit Skipper Hubert. Sowie auf der 12m-Segelyacht „Keep in Motion“ – eine 39er Beneteau mit Skipper Mike. Weitere Infos gibt es nach der Anmeldung.

Törngebiet und Orte auf der nördlichen Adria
Je nach Wind & Wetter sowie Lust & Laune: Izola, Piran, Novigrad, Grado, oder Orte und Ankerbuchten dazwischen.

Veranstalter:

Keep in Motion PILATES in Kooperation mit der vhs-Vaterstetten e.V.

Anreise & Check in:

An- und Abreise zur Marina Izola in Slowenien erfolgt in Eigenregie
Check in auf der La Bonita:
am Samstag, ab 16.00 Uhr
Check out von der La Bonita:
am Freitag, um 12.00 Uhr

Gebühr:

Yachtaufenthalt mit Pilates-Angebot: 1085 € zuzüglich Bordkasse ca. 100-150 € pro Person vor Ort für Bordverpflegung, Treibstoff, Hafen-Gebühren

1065 ab Sa, 20.06.26
€ 1085,00

85 € vhs-Anmeldegebühr (Abbuchung)
Rest 1000 € in 2 Raten
nach Aufforderung per Überweisung
Slowenien, Marina Izola, Steg G |
Hubert Schierl und Dagmar Mathis-Wiebe



Pilates auf der Segelyacht 2026

„keep in motion“ ist das Motto unter dem Ihre professionelle Pilates-Trainerin Daggie Mathis-Wiebe Sie auf der Segelyacht begrüßt. In ihrem zentral in München gelegenen Studio „keep in motion PILATES“ lehrt und entwickelt sie erfolgreich die Methode seit vielen Jahren. Skipper Hubert ist erfahrener Organisator im Gesundheitsbereich und Profiskipper. Er freut sich, dass Daggie mit all ihrem Wissen und Können eine kleine Gruppe von Pilates-Begeisterten auf dem Segeltörn anleitet.

PILATES INHALTE:

Super Haltung | starke Tiefenmuskulatur | Lösen von Faszienverklebungen | Rückenschmerzen ade! | Spaß an der Bewegung durch Gruppendynamik in Minigruppen | individuelle Betreuung im Pilates Personal Training | Training unter freiem Himmel | Atmungsoptimierung an der frischen Meeresluft. Zielgruppe sind Pilates-Übende mit Vorerfahrung. Keine Segelerfahrung notwendig.

PILATES ORGANISATION:

5 x Pilates Minigruppentraining | pro Person 1 x 60 Min. Pilates Personal Training (jedes weitere Personal Training gegen Aufpreis) | abwechslungsreich durch Einsatz von diversen Kleingeräten wie Pilates Circle, Ball, Theraband & SPINEFITTER | dazu Ganztagsbetreuung rund ums Thema Pilates, Rücken, Verspannungen

Das Ganze findet in idyllische Buchten, bei traumhaften Sonnenuntergängen, in Nähe malerischer Küstenstädtchen auf der Segelyacht, an Stränden und an schönen maritimen Plätzen statt.

Übernachtung auf der Segelyacht in Doppelkabinen. Kleingruppe mit maximal 6 Teilnehmer*innen.

Gesegelt wird auf der 14m-Segelyacht „La Bonita“ – eine Bavaria 46 Cruiser mit Skipper Hubert. Sowie auf der 12m-Segelyacht „keep in motion“ – eine 39er Beneteau mit Skipper Mike. Weitere Info's gibt es nach der Anmeldung.



Törngebiet und Orte auf der nördlichen Adria

Je nach Wind & Wetter sowie Lust & Laune: Izola, Piran, Novigrad, Grado, oder Orte und Ankerbuchten dazwischen.

Veranstalter

keep in motion PILATES in Kooperation mit der vhs-Vaterstetten e.V.

Anreise & Check in

An- und Abreise zur Marina Izola in Slowenien erfolgt in Eigenregie

Check in auf der La Bonita:

Samstag, 20.6. ab 16.00 Uhr

Check out von der La Bonita:

Freitag, 26.6. um 12.00 Uhr



Skipper Hubert

Gebühr

Yachtaufenthalt mit Pilates-Angebot: 1085 EUR

zuzüglich Bordkasse ca. 100-150 pro Person vor Ort für Bordverpflegung, Treibstoff, Hafen-Gebühren

Information & Anmeldung

Kleingruppe begrenzt auf 4 bis 6 Teilnehmer*innen

[keep in motion-PILATES | Segelyacht La Bonita](#)

[Anmeldung vhs-Vaterstetten e.V.](#)

Beratung: +49 (0) 89 127 66 109 (Pilates Studio)

Beratung: +49 (0) 8106 359035 (vhs-Vaterstetten)



Trainerin Daggie





Segelwoche für Frauen – Training, Erfahrung & Selbst- vertrauen auf dem Meer

Segeln unter Frauen – das ist mehr als Training.

Es ist Raum für Entwicklung, für gemeinsames Lernen ohne Druck. Für Neugier, Freude, Leichtigkeit. Und für dieses besondere Gefühl, wenn man abends auf dem Vorschiff sitzt, das Boot sicher in der Bucht vor Anker liegt, der Blick über das weite, offene Meer streift – und man spürt: Ich kann das. Ich habe das geschafft. Ich bin Skipperin.

Diese Segelwoche ist für Frauen, die ...

- sich beim Üben manchmal wohler unter Frauen fühlen.
- als Co-Skipperinnen mehr Verantwortung übernehmen möchten.
- sich gezielt auf den SKS vorbereiten wollen – oder noch ein paar Seemeilen sammeln möchten.
- ihre Fähigkeiten festigen wollen, ganz ohne Leistungsdruck oder männlichen Kommentar von der Seitenlinie.
- einfach mal ausprobieren wollen, wie sich „Freiheit in der eigenen Hand“ anfühlt.
- wenn gewünscht: Vorbereitung auf den SKS mit Prüfung am Ende, wenn Vorerfahrung vorhanden.

Geleitet wird der Törn von einer erfahrenen, weiblichen Skipperin – mit viel Geduld, Kompetenz und Freude am Weitergeben.

Mach den nächsten Schritt. Für dich. Und für dein Gefühl von Freiheit.



Beratung und Information:

Im Internet auf: www.vhs-auf-dem-wasser.de
eMail-Anfragen: info@vhs-auf-dem-wasser.de
Telefonische Beratung unter:
08106/3590-35 oder -20 oder 0172/7068322
Angemeldete Teilnehmerinnen erhalten
Vorabinformationen und Lernmaterialien.

Kosten:

Die Gebühr beträgt für den 8-Tagetörn: 920,00 € bei 4-5 Teilnehmern. Aufpreis für Einzelkabine: +38% (wenn bei rechtzeitiger Anmeldung verfügbar). Vorort-Kosten: Bordkasse (ca. 140,00 €) für Stützpunktgebühr/Endreinigung, Kurtaxe, Hafen-gebühren, Diesel, Gas, Verpflegung am Schiff.

Die vhs-Anmeldegebühr von 85,00 € ist bei der Kursbuchung fällig. Der Rest wird von der Ausbildungsorganisation erhoben.
Anreise am Freitag Abend, Abreise am folgenden Freitag ca. Mittag

Organisation & Beratung Hubert Schierl
Skipperin: Monika Greitl

Aufbauende Skippertrainings und SSS-Ausbildung
auf Anfrage unter: info@vhs-auf-dem-wasser.de

1067 ab Fr, 08.05.26
1. Tag Anreise ab 18.00 Uhr € 920,00
letzter Tag am Freitag Abreise 12.00 Uhr
85 € vhs-Anmeldegebühr (Abbuchung)
Rest 835 € nach Aufforderung per Überweisung
Slowenien, Marina Izola, Steg G | Monika Greitl

ErlebnisSegelwoche – Training, Erfahrung & Selbst- vertrauen auf dem Meer

Die Erlebnis-Segelwoche ist für Frauen, Männer & Paare gleichermaßen geeignet.

Es ist Raum für Entspannung, Training, Vorbereitung, Vertiefung von Erlernten – aber auch für einen kompletten Neueinstieg in das Reisen auf einer Yacht auf dem Meer gedacht. Es ist eine Entwicklung, für gemeinsames Lernen ohne Druck. Für Neugier, Freude, Leichtigkeit.

Diese Erlebnis-Segelwoche ist für alle, die ...

- beim Üben Freude für das Schiff & Meer entwickeln möchten.
- als Co-Skipper/innen mehr Verantwortung übernehmen möchten.
- sich gezielt auf den SKS vorbereiten wollen – oder noch ein paar Seemeilen sammeln möchten.
- ihre Fähigkeiten festigen wollen, ganz ohne Leistungsdruck.
- einfach mal ausprobieren wollen, wie sich „Freiheit in der eigenen Hand“ anfühlt.
- wenn gewünscht: Vorbereitung auf den SKS mit Prüfung am Ende, wenn Vorerfahrung vorhanden.

Geleitet wird der Törn von einer erfahrenen, weiblichen Skipperin – mit viel Geduld, Kompetenz und Freude am Weitergeben.

Mach den nächsten Schritt. Für dich. Und für dein Gefühl von Freiheit.

Beratung und Information:

Im Internet auf: www.vhs-auf-dem-wasser.de
eMail-Anfragen: info@vhs-auf-dem-wasser.de
Telefonische Beratung unter:
08106/3590-35 oder -20 oder 0172/7068322
Angemeldete Teilnehmerinnen erhalten
Vorabinformationen und Lernmaterialien.

Kosten:

Die Gebühr beträgt für den 8-Tagetörn: 920,00 € bei 4-5 Teilnehmern. Aufpreis für Einzelkabine: +38% (wenn bei rechtzeitiger Anmeldung verfügbar). Vorort-Kosten: Bordkasse (ca. 140,00 €) für Stützpunktgebühr/Endreinigung, Kurtaxe, Hafen-gebühren, Diesel, Gas, Verpflegung am Schiff.

Die vhs-Anmeldegebühr von 85,00 € ist bei der Kursbuchung fällig. Der Rest wird von der Ausbildungsorganisation erhoben.

Anreise am Freitag Abend, Abreise am folgenden Freitag ca. Mittag
Organisation & Beratung Hubert Schierl

Aufbauende Skippertrainings und SSS-Ausbildung
auf Anfrage unter: info@vhs-auf-dem-wasser.de

1069A ab Fr, 15.05.26
1. Tag Anreise ab 18.00 Uhr € 920,00
letzter Tag am Freitag Abreise 12.00 Uhr
85 € vhs-Anmeldegebühr (Abbuchung)
Rest 835 € nach Aufforderung per Überweisung
Slowenien, Marina Izola, Steg G | Monika Greitl

1069B ab Fr, 05.06.26
1. Tag Anreise ab 18.00 Uhr € 920,00
letzter Tag am Freitag Abreise 12.00 Uhr
85 € vhs-Anmeldegebühr (Abbuchung)
Rest 835 € nach Aufforderung per Überweisung
Slowenien, Marina Izola, Steg G | N.N.



Sprechfunk SRC

Short Range Certificate (SRC) und Ergänzungskurs UKW-Binnenfunk (UBI)

Das Short Range Certificate (SRC) ist Pflicht für Segel- und Motorboote mit eingebauter Funk-Anlage und gilt international. Yachten ab 12 m und alle Charterschiffe müssen mit Funk ausgerüstet sein. Das UBI ist das Pendant für den Binnenfunkbereich. Die Bereiche mischen sich jedoch. Es ist leider nicht sehr einfach und immer klar, wo Seefunk und wo Binnenfunk gilt, z.B. gilt auf den bayr. Seen SEEFUNK und auf dem IJSSSELMEER (vor den Niederlanden) gilt BINNENFUNK. Das Binnenfunkzeugnis UBI wird in Kombination mit dem SRC durchgeführt. Das UBI ist in Deutsch und als Ergänzungsprüfung zum SRC sehr einfach zu absolvieren. Sie können es ebenfalls als Ergänzung ablegen, wenn ein deutsches SRC bereits vorliegt. Der Kursleiter wird Ihnen die See- und Binnenfunkverfahren sowie die Bedienung der entsprechenden Geräte vermitteln und Sie für die anschließende Prüfung fit machen. Zur Vorbereitung werden Ihnen eine digitale „Lektüre“ für den Funkkurs und Hinweise zugesandt. Am ersten Kurstag wird die Theorie besprochen, am letzten Kurstag wird nach einer praktischen Übungsphase die amtliche Prüfung abgehalten!

Zur Prüfung bitte mitbringen: 1 Passbild, 1 Kopie des Personalausweises oder Reisepasses.

Weitere Informationen: www.vhs-auf-dem-wasser.de
Amtliche Prüfung: jeweils am letzten Kurstag: 14.00-17.00 (bzw. 15.00-18.00) Uhr

Anmeldung: Im Normalfall macht es Sinn sich für SRC und UBI und ggf. zusätzlich für den Pyro in Kombination anzumelden.

Termine und Zeiten sind aufeinander abgestimmt.
SRC und SRC-intensiv (ohne UBI): 190,00 €
UBI (ohne SRC): 90,00 €

1070 € 190,00
Do, 25.09.25 19.00-20.30 Uhr
(1. Abend über ZOOM)
Sa, 11.10.25 9.00-16.00 Uhr
So, 12.10.25 9.00-13.00 Uhr
Theorie Sprechfunk SRC
Vaterstetten, vhs-Bildungszentrum, Baldhamer
Str. 39, EDV-Raum | Manfred Lauterborn



1071	€ 190,00
Fr, 16.01.26	19.00-20.30 Uhr
(1. Abend über ZOOM)	
Sa, 31.01.26	9.00-16.00 Uhr
So, 01.02.26	9.00-13.00 Uhr
Theorie Sprechfunk SRC	
Vaterstetten , vhs-Bildungszentrum, Baldhamer	
Str. 39, EDV-Raum Manfred Lauterborn	

1072	€ 190,00
Do, 12.02.26	19.00-20.30 Uhr
(1. Abend über ZOOM)	
Sa, 28.02.26	9.00-16.00 Uhr
So, 01.03.26	9.00-13.00 Uhr
Theorie Sprechfunk SRC	
Vaterstetten , vhs-Bildungszentrum, Baldhamer	
Str. 39, EDV-Raum Manfred Lauterborn	

Sprechfunk UBI-Ergänzungskurs

Short Range Certificate (SRC) und Ergänzungskurs UKW-Binnenfunk (UBI)

Das Short Range Certificate (SRC) ist Pflicht für Segel- und Motorboote mit eingebauter Funk-Anlage und gilt international. Yachten ab 12 m und alle Charterschiffe müssen mit Funk ausgerüstet sein. Das UBI ist das Pendant für den Binnenfunkbereich. Die Bereiche mischen sich jedoch. Es ist leider nicht sehr einfach und immer klar, wo Seefunk und wo Binnenfunk gilt, z.B. gilt auf den bay. Seen SEEFUNK und auf dem IJsselmeer (vor den Niederlanden) gilt BINNENFUNK. Das Binnenfunkzeugnis UBI wird in Kombination mit dem SRC durchgeführt. Das UBI ist in Deutsch und als Ergänzungsprüfung zum SRC sehr einfach zu absolvieren. Sie können es ebenfalls als Ergänzung ablegen, wenn ein deutsches SRC bereits vorliegt. Der Kursleiter wird Ihnen die See- und Binnenfunkverfahren sowie die Bedienung der entsprechenden Geräte vermitteln und Sie für die direkte anschließende Prüfung fit machen. Zur Vorbereitung werden Ihnen eine digitale „Lektüre“ für den Funkkurs und Hinweise zugesandt. Am ersten Kurstag wird die Theorie besprochen, am letzten Kurstag wird nach einer praktischen Übungsphase die amtliche Prüfung abgehalten!

Zur Prüfung bitte mitbringen: 1 Passbild, 1 Kopie des Personalausweises oder Reisepasses.

Weitere Informationen: www.vhs-auf-dem-wasser.de

Amtliche Prüfung: jeweils am letzten Kurstag:

14.00-17.00 (bzw. 15.00-18.00) Uhr

Anmeldung: Im Normalfall macht es Sinn sich für SRC und UBI und ggf. zusätzlich für den Pyro in Kombination anzumelden.

Termine und Zeiten sind aufeinander abgestimmt.

SRC und SRC-intensiv (ohne UBI): 190,00 €

UBI (ohne SRC): 90,00 €

1080	€ 90,00
Do, 25.09.25	20.30-21.00 Uhr
(1. Abend über ZOOM)	
Sa, 11.10.25	16.00-17.00 Uhr
So, 12.10.25	9.00-10.00 Uhr
Theorie Sprechfunk UBI	
Am letzten Termin ab 14.00 Prüfung.	
Vaterstetten , vhs-Bildungszentrum, Baldhamer	
Str. 39, EDV-Raum Manfred Lauterborn	

1081	€ 90,00
Fr, 16.01.26	20.30-21.00 Uhr
(1. Abend über ZOOM)	
Sa, 31.01.26	9.00-10.00 Uhr
Sa, 28.02.26	16.00-17.00 Uhr
Theorie Sprechfunk UBI	
Am letzten Termin ab 14.00 Prüfung.	
Vaterstetten , vhs-Bildungszentrum, Baldhamer	
Str. 39, EDV-Raum Manfred Lauterborn	

1082	€ 90,00
Do, 12.02.26	20.30-21.00 Uhr
(1. Abend über ZOOM)	
Sa, 28.02.26	16.00-17.00 Uhr
So, 01.03.26	9.00-10.00 Uhr
Theorie Sprechfunk UBI	
Am letzten Termin ab 14.00 Prüfung.	
Vaterstetten , vhs-Bildungszentrum, Baldhamer	
Str. 39, EDV-Raum Manfred Lauterborn	

Pyroschein für den Wassersport (FKN)

Der Fachkundenachweis für Seenotsignalmittel (FKN) wird häufig als Pyroschein bezeichnet. Dieser wird z. Zt. nur für den Erwerb von Seenotsignalmitteln zwingend benötigt, da im Notfall selbstverständlich die bereits an Bord vorhandenen Seenotsignalmittel verwendet werden dürfen. Für den FKN muss eine theoretische und praktische Prüfung abgelegt werden. Der Bewerber muss am Tag der Prüfung mindestens 16 Jahre alt und im Besitz eines beliebigen amtl. Sportbootführerschein sein. Die Prüfung besteht aus einem theoretischen und einem praktischen Teil. Sie umfasst die Themen: Fallschirm-Signalrakete Rauchfackel bzw. Handfackel Rauchsignal Signalgeber mit Magazin oder Trommel den richtigen Umgang mit nicht gezündeten Signalmitteln Sicherheitsregeln. Am Seminarabend werden alle prüfungsrelevanten Themen besprochen. Die Prüfung wird am letzten Kurstag im Rahmen einer anderen Prüfung durchgeführt. Die Anmeldeunterlagen für die Prüfung müssen dem Dozenten mind. 16 Tage vor der Prüfung vorliegen.

Die Prüfungsgebühr von ca. 29,00 € werden gesondert erhoben.

Die Anmeldung beim Prüfungsausschuss MUSS mindestens 10 Tage vorher erfolgen.

Bitte Kopie des amtl. Sportbootführerscheins mitbringen.

1. Termin: Theorie 18.00-19.00 Uhr

2. Termin: Praxis 13.00-13.30 mit anschließender Prüfung ab 14.00 Uhr

in Vaterstetten, vhs-Bildungszentrum,

Baldhamer Str. 39, 2. OG

Weitere Informationen: www.vhs-auf-dem-wasser.de

1090	€ 25,00
Do, 25.09.25	18.00-19.00 Uhr
(1. Abend über ZOOM)	
So, 12.10.25	13.00-13.30 Uhr
Vaterstetten , vhs-Bildungszentrum, Baldhamer	
Str. 39, EDV-Raum Manfred Lauterborn	

1091	€ 25,00
Fr, 16.01.26	18.00-19.00 Uhr
(1. Abend über ZOOM)	
So, 01.02.26	13.00-13.30 Uhr
Vaterstetten , vhs-Bildungszentrum, Baldhamer	
Str. 39, EDV-Raum Manfred Lauterborn	

1092	€ 25,00
Do, 12.02.26	18.00-19.00 Uhr
(1. Abend über ZOOM)	
So, 01.03.26	13.00-13.30 Uhr
Vaterstetten , vhs-Bildungszentrum, Baldhamer	
Str. 39, EDV-Raum Manfred Lauterborn	



Sprechfunk-Aufbauseminar (LRC)

Das Allgemeine Funkbetriebszeugnis beziehungsweise Long Range Certificate (LRC) berechtigt neben dem Betrieb einer UKW-Seefunkanlage zum Betrieb von allen Seefunkanlagen und ist für den Schiffsführer vorgeschrieben, sobald eine GMDSS-fähige Kurz- oder Grenzwellen-Seefunkanlage oder eine Inmarsat-Satellitenanlage an Bord ist. Das Zeugnis ist international gültig. Voraussetzungen für den Erwerb sind ein Mindestalter von 18 Jahren, deutsches SRC und einfache Kenntnisse der englischen Sprache. Die Funkprüfung des LRC umfasst sämtliche Prüfungskomponenten des SRC (ein Fragebogen mit 24 Fragen) und einen zusätzlichen Fragebogen mit 14 Fragen zum Thema Inmarsat, sowie Grenzwellen-/Kurzwellen; des Weiteren eine praktische Prüfung mit Verkehrsabwicklung an Grenzwellen-, Kurzwellen- und Inmarsat-Anlagen. Der Kursleiter wird Ihnen einen „roten Faden“ zum erfolgreichen Ablegen der Prüfung aufzeigen sowie die Bedienung der entsprechenden Geräte vermitteln und Sie für die anschließende Prüfung fit machen. Zur Vorbereitung werden Ihnen eine „Lektüre“ für den Funkkurs und einige Hinweise zugesandt.

Bitte zur Prüfung mitbringen: 1 Passbild, 1 Kopie des Personalausweises oder Reisepasses.

Am letzten Kurstag wird nach einer Übungsphase die amtliche Prüfung (14.00-17.00 Uhr) abgehalten! Voraussetzung: Deutsches SRC, ausländische Funkzeugnisse nach Absprache

Kursorganisation:

1. Termin: Theorie + Praxis LRC

2. u. 3. Termin: Praxis LRC

4. Termin: Praxis-Übungen mit anschl. Prüfung

Weitere Informationen: www.vhs-auf-dem-wasser.de

1096	€ 250,00
Fr, 13.02.26	19.00-20.30 Uhr
(1. Abend über ZOOM)	
Di, 24.02.26	18.00-21.45 Uhr
Fr, 27.02.26	18.00-21.45 Uhr
So, 01.03.26	9.00-16.00 Uhr
letzter Tag: eigenständiges Üben an Geräten, anschließend Prüfung.	

Vaterstetten, vhs-Bildungszentrum, Baldhamer
Str. 39, EDV-Raum | Manfred Lauterborn

Kursleitungen gesucht

Sie möchten Ihr Wissen weitergeben und haben überlegt, an der Volkshochschule zu unterrichten? Die vhs Vaterstetten ist laufend auf der Suche nach interessanten und innovativen Kursangeboten.

Wir wünschen uns Kursleiter und Kursleiterinnen, die Freude am Umgang mit Menschen und besonders an der Weitergabe von Wissen haben. Sie arbeiten gerne mit Gruppen und haben Erfahrung in Ihrem Gebiet? Sie können motivieren, arbeiten selbstständig und können auch einmal improvisieren?

Kurserfahrung ist, ebenso wie ein formeller Abschluss, zwar in einigen, aber nicht in allen Kursbereichen Voraussetzung.

Fühlen Sie sich angesprochen? Dann nehmen Sie doch einfach Kontakt mit uns auf!

Wir freuen uns auf Sie!





Vorbereitung auf die U.S.-Amateurfunk-Prüfung WORKSHOP

Neben Amateurfunk-Interessierten gehören häufig Segler und Bootsfahrer zur Zielgruppe für die U.S.-Lizenzprüfung. Die Kommunikationsmöglichkeit auf See jenseits von der KW-Schiffsfunk-Reichweite von ca. 20 sm kann damit als Ergänzung zum Seefunk aufrechterhalten werden. Das Seminar dient zur Vorbereitung, Vertiefung und teilweise auch praktischen Vorführung für die U.S.-Amateurfunklizenz-Prüfung, Klassen TECHNICIAN / GENERAL / EXTRA.

Seminarinhalte: Einführung in den Amateurfunk mit Schwerpunkt mobile Kommunikation von Yachten und Booten Praktischer Betrieb einer Amateurfunkstation auf UKW und Kurzwellen, auch wenn (noch) keine persönliche Lizenz/Zulassung vorliegt Unterschiede zwischen Seefunk und Amateurfunk an Bord Grundprinzipien des Amateurfunks Tipps und Hinweise für die Prüfung das U.S.-Lizenzsystem gesetzliche Grundlagen Gültigkeit. Am Freitag wird eine Probepfung mit Besprechung durchgeführt.

Auf Wunsch wird kostenlos ein umfangreiches Lern-Vorbereitungspaket in digitaler Form zur Verfügung gestellt.

Bitte mitbringen: USB-Stick oder vorab beim Kursleiter telefonisch anfordern unter 089/4161 2420 Mitglieder im DARC zahlen eine Gebühr von 50,00 €, Normalgebühr: 110,00 €

Prüfungstermine der u.s.Lizenz für alle Stufen siehe weiter unten. U.S. Amateurfunk-Prüfungen: Die Prüfungsgebühr beträgt U.S.\$ 15,00 oder 14,00 € (bitte in bar vor Ort entrichten).

Der TERMIN für die Vorbereitung der u.s.-Licence erfolgt nach Absprache. Anfragen bitte bei Manfred Lauterborn stellen. Siehe auch: www.K2PZ.us Im Datenblock sind Prüfungstermine aufgelistet.

Außer 27.6. Kursort: Vaterstetten, Baldhamer Str. 39 im EDV-Raum
Wochentag immer Sonntag.
Uhrzeit immer: 10.00-12.00 Uhr im EDV-Raum.
Die Prüfung erfolgt am Computer.

Prüfungstage: 03.08.25; 05.10.25; 30.11.25; 14.12.25; 18.01.26, 15.02.26, 22.03.26, 19.04.26, 17.05.26; 14.06.26; 17.07.26, 20.09.26; 18.10.26, 22.11.26; 13.12.26
Zusätzlich:
27.06.26 Neue Messe 1, Friedrichshafen

1099

Termin des Workshops nach Vereinbarung – Eingetragene Termine sind Prüfungstermine!
Vaterstetten, vhs-Bildungszentrum, Baldhamer Str. 39, Sprachraum 1 | Manfred Lauterborn

Bogenschießen für Anfänger

2-Tage-Bogenschieß-Kurs für Jugendliche und Erwachsene

Der Kurs findet an einem Wochenende (Sa/So) statt.
Tag 1: Samstag von 10 – 16 Uhr
Tag 2: Sonntag von 10 – 14 Uhr

Bogenschießen ist eine Sportart mit langer Geschichte, Tradition und Faszination. Der Bogensport ist für jeden das Richtige, der einen Ausgleich zum Alltag sucht, da er Konzentration und Selbstdisziplin vom Schützen fordert, die Bewegung aber auch nicht zu kurz kommt. Auch kann dieser Sport Haltungsschäden der Heranwachsenden entgegenwirken und ein toller Ausgleich zu Schule und Beruf sein.

Der Kurs vermittelt den Weg vom richtigen Bewegungsablauf bis hin zum perfekten Schuss. Neben Spaß und Freude steht das aktive Schießen klar im Vordergrund und kann ausreichend praktisch geübt werden. Der Kurs eignet sich zum Beispiel auch sehr gut als Vorbereitung für einen Club-Urlaub mit Bogenschießmöglichkeit. Die Kursgebühr beinhaltet ein tolles Lehrbuch, weiteres Lehrmaterial sowie die Nutzung von Bogen, Pfeilen, Scheiben und Sicherheitszubehör.

Weitere Informationen finden Sie unter www.bogensport-kurse.de

Mitzubringen sind: saubere Hallenturnschuhe, enganliegende Oberbekleidung sowie ein Haargummi bei längeren Haaren.

Geeignet für Jugendliche ab 10 Jahren.
Um ca. 13.00 Uhr ist eine einstündige Mittagspause eingeplant. Wir werden bei einem Lieferservice auf eigene Kosten am Samstag etwas zu Essen bestellen. Ein Familienrabatt kann vor Ort gewährt werden. Bitte sprechen Sie dafür die Kursleiter an.

Wegen Bogenart und Bogengröße bitte angeben: Links- oder Rechtshänder?
Körpergröße?

Fragen senden Sie an: Info@bogensport-kurse.de.
Die Webseite lautet: www.bogensport-kurse.de

Kursort: Vaterstetten, vhs-Bildungszentrum, Baldhamer Str. 39

Kursleitung: Marzena Wrodarczyk, Fachübungsleiterin für Bogenschießen, Mario Wrodarczyk, Jessica Lach und Nicole Lach
Kursgebühr: 129,00 €

Therapeutisches Bogenschießen – Die Balance von Körper, Geist und Seele:

Es sind keine Voraussetzungen nötig!

- Verspannungen im Nacken oder Rückenprobleme?
- Schlechte Konzentrationsfähigkeit und abschweifende Gedanken?
- Einschlaf- und Durchschlafprobleme aufgrund von Stress?

Bringen Sie Körper, Geist und Seele wieder in Balance.

In einer liebevollen Atmosphäre werden Kurse im intuitiven Bogenschießen angeboten, um eine Möglichkeit zu schaffen, vom Alltag „abzuschalten“, Kraft zu tanken, zur Ruhe zu kommen und nach einem stressigen Tag die wohlverdiente Entspannung zu finden.

Über die theoretische Einführung in das Bogenschießen, wichtige Sicherheitsregeln bis zum Erlernen der Grundlagen für intuitives und therapeutisches Bogenschießen geht es in dem Kurs um das direkte Erleben und Erfahren mit dem Bogen als Hilfsmittel. Dies beinhaltet wesentlich mehr als nur das einfache Schießen mit Pfeil und Bogen. Hier wird auf körperliche und seelische Anspannung eingegangen und ein Ausgleich für psychische Probleme geschaffen.

www.Bogensport-Kurse.de

Jeder Teilnehmer bekommt eine Bogenausrüstung gestellt, die er/sie alleine nutzt.

Bitte mitbringen:

Es werden saubere Hallenschuhe benötigt.

Damit sich die Bogensehne nicht an der Kleidung verfangen kann, sollte ein eng anliegendes Oberteil getragen werden.

Bei längeren Haaren ist ein Haargummi sinnvoll.

Kursort: Haar, Volkshochschule, Friedrich-Ebert-Straße 12, DG 01

Kursleitung: Marzena Wrodarczyk, Fachübungsleiterin für Bogenschießen, Mario Wrodarczyk, Jessica Lach und Nicole Lach

Kursgebühr: 129,00 €

Hinweis: Es gibt Anfänger- und Fortgeschrittenen-Kurse. Termine finden Sie auf unserer Homepage oder bekommen Sie per Anfrage an: service@vhs-vaterstetten.de

Verschenken Sie doch einen vhs-Kurs

Gutscheine sind als Wertgutschein mit einem Betrag Ihrer Wahl möglich oder Sie verschenken direkt einen ausgewählten Kurs! Wir beraten Sie gern.

