

## Fremdsprachen

Für den Alltag, den Beruf, die Reise und den Urlaub können Sie bei uns intensiv, im Schrittempo oder mit geringer Zahl an Teilnehmenden 10 Sprachen lernen.



Die Formate der vhs Ludwigshafen umfassen Standard- und Intensivkurse, Unterricht in Kleingruppen sowie maßgeschneiderte Firmenschulungen. Jederzeit besteht auch die Möglichkeit, in bereits laufende Kurse einzusteigen.

Der Fremdsprachenbereich richtet sich nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen.

## Unsere Sprachkurse sind vielfältig

Die vhs bietet Sprachkurse für alle Bürgerinnen und Bürger. Unabhängig, ob für den Beruf, für den Urlaub oder aus Interesse, eine andere Sprache und ihre Kultur kennenzulernen – unsere Kursleiterinnen und Kursleiter führen Sie mit Freude in die neuen Sprachen ein. Menschen mit fundierten Fremdsprachenkenntnissen finden in der vhs Gleichgesinnte, mit denen sie sich über interessante Themen austauschen können. Die Themen werden gemeinsam mit der Kursleiter\*in ausgewählt. Sie können sich jederzeit hier auf unserer Homepage über unser Kursangebot informieren.

Die Stadtbibliothek arbeitet eng mit der vhs zusammen, so dass Sie das passende Buch für Ihren Kurs dort auch ausleihen können.

## Wie finde ich den richtigen Kurs?

Sprachkurse für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse sind mit A1. 1 gekennzeichnet. A1 bezeichnet das Sprachniveau. Die folgende 1 sagt aus, dass es der erste Kurs ist. Wenn der Kurs fortgesetzt wird, ändert sich die Bezeichnung in A1.2, dann A1.3 usw.

Wenn Sie bereits Sprachkenntnisse haben und sie wieder aktivieren möchten, können Sie unter [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de) testen, auf welchem Stand Sie sind. Der Test ist kostenlos und gibt Ihnen eine objektive Einschätzung. Das ermöglicht Ihnen einen Quereinstieg in einen bestehenden Kurs. Für Wiedereinsteiger\*innen auf dem Niveau A1/A2 bietet die vhs spezielle Kurse an.

Sie möchten als eigene Gruppe ab 6 Personen gemeinsam eine Fremdsprache erlernen? Dann organisieren wir gern den Kurs für Sie.

## Was ist ein Sprachniveau?

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen ist die Grundlage für die Einstufung Ihrer Sprachkenntnisse. Anfänger\*innen starten auf dem Niveau A1.

Die Niveaustufen sind mit A1 bis C2 gekennzeichnet. Erklärungen siehe [Europäischer Referenzrahmen](#).

## Über unsere Kurse

Ein Sprachkurs findet 1x in der Woche statt und umfasst 8 Termine. Die Unterrichtszeit beträgt 1,5 Stunden. In einem Semester folgt auf den ersten Sprachkurs ein Folgekurs (F). Die Kursgebühren richten sie nach der Anzahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer und der Kursdauer. Die Gebühren orientieren sich an der Anzahl der Teilnehmer\*innen am ersten Kurstag. Die Berechnung für einen Kurs mit 8 Kurstagen sehen Sie hier. Bei Kursen, die eine längere Laufzeit haben, sind die Kursgebühren angepasst.

- bis 6 Teilnehmer\*innen gilt der Grundpreis 66 Euro
- mit 4-5 Teilnehmer\*innen ist die Kursgebühr 82 Euro
- mit 3 Teilnehmer\*innen ist die Kursgebühr 107 Euro

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung mit allen wichtigen Informationen zu Ihrem Kurs. Wenn Sie sich zu einem Online-Kurs angemeldet haben, erhalten Sie zusätzlich weitere Informationen zu Ihrem Online-Kurs.

[Kursbereiche](#) >> [Digitales Leben](#) >> [DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz - offene Sprechstunde](#)

Im Rahmen des Projekts „Bürgernahe Medienkompetenz – DigiNetz der Weiterbildung“, welches vom Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz gefördert wird, soll die Teilhabe in der digitalisierten Welt gefördert werden. Bürger\*innen sollen mit verschiedenen Bildungsangeboten in der Entwicklung ihrer digitalen Medienkompetenz unterstützt werden. Die Volkshochschulen Rheinland-Pfalz wollen die Medienkompetenz im Wissen über (digitale) Medien, die Fähigkeit dieses Wissen in der Praxis anzuwenden und digitale Medien zu gestalten mit verschiedenen Veranstaltungen und Workshops fördern. Die Volkshochschule Ludwigshafen startet mit einer offenen Sprechstunde in das Programm. Bürger\*innen können sich für einen Einzeltermin von 45 Minuten anmelden und erhalten individuelle Unterstützung. Das eigene Gerät kann mitgebracht werden.

Seite 1 von 4 →

### **241KD50116: DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz Offene Sprechstunde**

Brauchen Sie Hilfe bei digitalen Herausforderungen? Unsere gebührenfreien Sprechstunde bietet Ihnen eine individuelle Unterstützung bei breit gefächerten Fragen zum Thema Digitalisierung. Unsere Kursleitungen suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen für Ihre konkreten Anliegen. Ihren PC, Ihr Smartphone oder Tablet können Sie gerne mitbringen.

Mögliche Themenschwerpunkte in der Sprechstunde sind:

Online-Bewerbungen

Digitale Dienste nutzen

Speicherplatz einrichten

Umgang mit Smartphone oder Tablet

Nutzung der Smartphone-Apps

E-Mail und Internet

Datenschutz und Sicherheit

Funktionen der Microsoft-Office-Programme

und andere Themen rund um den digitalen Alltag, die Ihnen auf dem Herzen liegen

Die Sprechstunden sind ein kostenfreies Angebot und finden in Präsenz statt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz ist gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz.

Andrea Haalboom: „Mein Fachgebiet beinhaltet PC-Kenntnisse und Einrichtungen der Gerätschaften.

Datenschutzoptionen und Sicherheit steht bei mir an höchster Stelle. Außerdem kenne ich mich schon

jahrelang in den Betriebssystemen der Smartphones und Tablets sowie Apple iPhone und IPAD aus, mit Freude zeige ich jedem Kunden die Handhabung und die Vielfalt der mobilen Geräte.“

Beginndatum: Montag, 13.05.2024, 10.00 Uhr

Haalboom Andrea

[🔍 Details](#) [📅 Kurstage](#) [✅ Anmelden](#) [🛒 In den Warenkorb](#) [✉️ Empfehlung](#)

---

### **241KD50117: DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz Offene Sprechstunde**

Brauchen Sie Hilfe bei digitalen Herausforderungen? Unsere gebührenfreien Sprechstunde bietet Ihnen eine individuelle Unterstützung bei breit gefächerten Fragen zum Thema Digitalisierung. Unsere Kursleitungen suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen für Ihre konkreten Anliegen. Ihren PC, Ihr Smartphone oder Tablet können Sie gerne mitbringen.

Mögliche Themenschwerpunkte in der Sprechstunde sind:

Online-Bewerbungen

Digitale Dienste nutzen

Speicherplatz einrichten

Umgang mit Smartphone oder Tablet

Nutzung der Smartphone-Apps

E-Mail und Internet

Datenschutz und Sicherheit

Funktionen der Microsoft-Office-Programme

und andere Themen rund um den digitalen Alltag, die Ihnen auf dem Herzen liegen

Die Sprechstunden sind ein kostenfreies Angebot und finden in Präsenz statt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz ist gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz.

Andrea Haalboom: „Mein Fachgebiet beinhaltet PC-Kenntnisse und Einrichtungen der Gerätschaften. Datenschutzoptionen und Sicherheit steht bei mir an höchster Stelle. Außerdem kenne ich mich schon jahrelang in den Betriebssystemen der Smartphones und Tablets sowie Apple iPhone und IPAD aus, mit Freude zeige ich jedem Kunden die Handhabung und die Vielfalt der mobilen Geräte.“

Beginndatum: Montag, 13.05.2024, 11.00 Uhr

Haalboom Andrea

[🔍 Details](#) [📅 Kurstage](#) [✅ Anmelden](#) [🛒 In den Warenkorb](#) [✉️ Empfehlung](#)

---

### **241KD50118: DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz Offene Sprechstunde**

Brauchen Sie Hilfe bei digitalen Herausforderungen? Unsere gebührenfreien Sprechstunde bietet Ihnen eine individuelle Unterstützung bei breit gefächerten Fragen zum Thema Digitalisierung. Unsere Kursleitungen suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen für Ihre konkreten Anliegen. Ihren PC, Ihr Smartphone oder Tablet können Sie gerne mitbringen.

Mögliche Themenschwerpunkte in der Sprechstunde sind:

Online-Bewerbungen

Digitale Dienste nutzen

Speicherplatz einrichten

Umgang mit Smartphone oder Tablet

Nutzung der Smartphone-Apps

E-Mail und Internet

Datenschutz und Sicherheit

Funktionen der Microsoft-Office-Programme

und andere Themen rund um den digitalen Alltag, die Ihnen auf dem Herzen liegen

Die Sprechstunden sind ein kostenfreies Angebot und finden in Präsenz statt. Eine Anmeldung ist

erforderlich.

DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz ist gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz.

Andrea Haalboom: „Mein Fachgebiet beinhaltet PC-Kenntnisse und Einrichtungen der Gerätschaften. Datenschutzoptionen und Sicherheit steht bei mir an höchster Stelle. Außerdem kenne ich mich schon jahrelang in den Betriebssystemen der Smartphones und Tablets sowie Apple iPhone und iPad aus, mit Freude zeige ich jedem Kunden die Handhabung und die Vielfalt der mobilen Geräte.“

Beginndatum: Montag, 13.05.2024, 12.00 Uhr

Haalboom Andrea

[🔍 Details](#) [📅 Kurstage](#) [✅ Anmelden](#) [🛒 In den Warenkorb](#) [✉️ Empfehlung](#)

---

### **241KD50158: DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz Offene Sprechstunde**

Brauchen Sie Hilfe bei digitalen Herausforderungen? Unsere gebührenfreien Sprechstunde bietet Ihnen eine individuelle Unterstützung bei breit gefächerten Fragen zum Thema Digitalisierung. Unsere Kursleitungen suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen für Ihre konkreten Anliegen. Ihren PC, Ihr Smartphone oder Tablet können Sie gerne mitbringen.

Mögliche Themenschwerpunkte in der Sprechstunde sind:

Online-Bewerbungen

Digitale Dienste nutzen

Speicherplatz einrichten

Umgang mit Smartphone oder Tablet

Nutzung der Smartphone-Apps

E-Mail und Internet

Datenschutz und Sicherheit

Funktionen der Microsoft-Office-Programme

und andere Themen rund um den digitalen Alltag, die Ihnen auf dem Herzen liegen

Die Sprechstunden sind ein kostenfreies Angebot und finden in Präsenz statt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz ist gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz.

Bernd Hoyer: „Ich bin seit ca. 23 Jahren in der Erwachsenenbildung tätig. In diesen Jahren habe ich mit vielen verschiedenen Einrichtungen zusammengearbeitet. Meine Themen sind zum Beispiel:

- Windows PC: Version 10 und 11 - Grundlagen und Nutzung;

- Internet: Funktion, Nutzung der angebotenen Dienste wie E-Mail, Soziale Dienste, Sicherheit;

- Android: alle aktuellen Versionen Grundlagen, Nutzung, Bedienung und Apps auswählen, installieren und nutzen.“

Beginndatum: Dienstag, 21.05.2024, 14.00 Uhr

Hoyer Bernd

[🔍 Details](#) [📅 Kurstage](#) [✅ Anmelden](#) [🛒 In den Warenkorb](#) [✉️ Empfehlung](#)

---

### **241KD50159: DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz Offene Sprechstunde**

Brauchen Sie Hilfe bei digitalen Herausforderungen? Unsere gebührenfreien Sprechstunde bietet Ihnen eine individuelle Unterstützung bei breit gefächerten Fragen zum Thema Digitalisierung. Unsere Kursleitungen suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen für Ihre konkreten Anliegen. Ihren PC, Ihr Smartphone oder Tablet können Sie gerne mitbringen.

Mögliche Themenschwerpunkte in der Sprechstunde sind:

Online-Bewerbungen

Digitale Dienste nutzen

Speicherplatz einrichten  
Umgang mit Smartphone oder Tablet  
Nutzung der Smartphone-Apps  
E-Mail und Internet  
Datenschutz und Sicherheit  
Funktionen der Microsoft-Office-Programme

und andere Themen rund um den digitalen Alltag, die Ihnen auf dem Herzen liegen

Die Sprechstunden sind ein kostenfreies Angebot und finden in Präsenz statt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz ist gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz.

Bernd Hoyer: „Ich bin seit ca. 23 Jahren in der Erwachsenenbildung tätig. In diesen Jahren habe ich mit vielen verschiedenen Einrichtungen zusammengearbeitet. Meine Themen sind zum Beispiel:

- Windows PC: Version 10 und 11 - Grundlagen und Nutzung;
- Internet: Funktion, Nutzung der angebotenen Dienste wie E-Mail, Soziale Dienste, Sicherheit;
- Android: alle aktuellen Versionen Grundlagen, Nutzung, Bedienung und Apps auswählen, installieren und nutzen.“

Beginndatum: Dienstag, 21.05.2024, 15.00 Uhr

Hoyer Bernd

[🔍 Details](#) [📅 Kurstage](#) [✅ Anmelden](#) [🛒 In den Warenkorb](#) [✉️ Empfehlung](#)

---

## 241KD50160: DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz Offene Sprechstunde

Brauchen Sie Hilfe bei digitalen Herausforderungen? Unsere gebührenfreien Sprechstunde bietet Ihnen eine individuelle Unterstützung bei breit gefächerten Fragen zum Thema Digitalisierung. Unsere Kursleitungen suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen für Ihre konkreten Anliegen. Ihren PC, Ihr Smartphone oder Tablet können Sie gerne mitbringen.

Mögliche Themenschwerpunkte in der Sprechstunde sind:

Online-Bewerbungen  
Digitale Dienste nutzen  
Speicherplatz einrichten  
Umgang mit Smartphone oder Tablet  
Nutzung der Smartphone-Apps  
E-Mail und Internet  
Datenschutz und Sicherheit  
Funktionen der Microsoft-Office-Programme

und andere Themen rund um den digitalen Alltag, die Ihnen auf dem Herzen liegen

Die Sprechstunden sind ein kostenfreies Angebot und finden in Präsenz statt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz ist gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz.

Bernd Hoyer: „Ich bin seit ca. 23 Jahren in der Erwachsenenbildung tätig. In diesen Jahren habe ich mit vielen verschiedenen Einrichtungen zusammengearbeitet. Meine Themen sind zum Beispiel:

- Windows PC: Version 10 und 11 - Grundlagen und Nutzung;
- Internet: Funktion, Nutzung der angebotenen Dienste wie E-Mail, Soziale Dienste, Sicherheit;
- Android: alle aktuellen Versionen Grundlagen, Nutzung, Bedienung und Apps auswählen, installieren und nutzen.“

Beginndatum: Dienstag, 21.05.2024, 16.00 Uhr

Hoyer Bernd

## 241KD50140: DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz Offene Sprechstunde

Brauchen Sie Hilfe bei digitalen Herausforderungen? Unsere gebührenfreien Sprechstunde bietet Ihnen eine individuelle Unterstützung bei breit gefächerten Fragen zum Thema Digitalisierung. Unsere Kursleitungen suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen für Ihre konkreten Anliegen. Ihren PC, Ihr Smartphone oder Tablet können Sie gerne mitbringen.

Mögliche Themenschwerpunkte in der Sprechstunde sind:

Online-Bewerbungen

Digitale Dienste nutzen

Speicherplatz einrichten

Umgang mit Smartphone oder Tablet

Nutzung der Smartphone-Apps

E-Mail und Internet

Datenschutz und Sicherheit

Funktionen der Microsoft-Office-Programme

und andere Themen rund um den digitalen Alltag, die Ihnen auf dem Herzen liegen

Die Sprechstunden sind ein kostenfreies Angebot und finden in Präsenz statt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz ist gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz.

Klaus Lippert: „Meine Schwerpunktthemen sind: Smartphone und Tablet (Android), iPhone- und iPad-Grundlagen. Die weite Welt des Internets, zum Beispiel: Unterhaltungsmöglichkeiten, Einkaufen, Risiken vermeiden, Datenschutz, Sicherheit und Kommunikation im Internet. Außerdem kenne ich mich sehr gut mit dem Betriebssystem Windows aus und kann hier unterstützen.“

Beginndatum: Mittwoch, 05.06.2024, 14.00 Uhr

Lippert Klaus

## 241KD50141: DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz Offene Sprechstunde

Brauchen Sie Hilfe bei digitalen Herausforderungen? Unsere gebührenfreien Sprechstunde bietet Ihnen eine individuelle Unterstützung bei breit gefächerten Fragen zum Thema Digitalisierung. Unsere Kursleitungen suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen für Ihre konkreten Anliegen. Ihren PC, Ihr Smartphone oder Tablet können Sie gerne mitbringen.

Mögliche Themenschwerpunkte in der Sprechstunde sind:

Online-Bewerbungen

Digitale Dienste nutzen

Speicherplatz einrichten

Umgang mit Smartphone oder Tablet

Nutzung der Smartphone-Apps

E-Mail und Internet

Datenschutz und Sicherheit

Funktionen der Microsoft-Office-Programme

und andere Themen rund um den digitalen Alltag, die Ihnen auf dem Herzen liegen

Die Sprechstunden sind ein kostenfreies Angebot und finden in Präsenz statt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz ist gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz.

Klaus Lippert: „Meine Schwerpunktthemen sind: Smartphone und Tablet (Android), iPhone- und iPad-Grundlagen. Die weite Welt des Internets, zum Beispiel: Unterhaltungsmöglichkeiten, Einkaufen, Risiken

vermeiden, Datenschutz, Sicherheit und Kommunikation im Internet. Außerdem kenne ich mich sehr gut mit dem Betriebssystem Windows aus und kann hier unterstützen.“

Beginndatum: Mittwoch, 05.06.2024, 15.00 Uhr

Lippert Klaus

[🔍 Details](#) [📅 Kurstage](#) [✅ Anmelden](#) [🛒 In den Warenkorb](#) [✉️ Empfehlung](#)

---

### **241KD50142: DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz Offene Sprechstunde**

Brauchen Sie Hilfe bei digitalen Herausforderungen? Unsere gebührenfreien Sprechstunde bietet Ihnen eine individuelle Unterstützung bei breit gefächerten Fragen zum Thema Digitalisierung. Unsere Kursleitungen suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen für Ihre konkreten Anliegen. Ihren PC, Ihr Smartphone oder Tablet können Sie gerne mitbringen.

Mögliche Themenschwerpunkte in der Sprechstunde sind:

Online-Bewerbungen

Digitale Dienste nutzen

Speicherplatz einrichten

Umgang mit Smartphone oder Tablet

Nutzung der Smartphone-Apps

E-Mail und Internet

Datenschutz und Sicherheit

Funktionen der Microsoft-Office-Programme

und andere Themen rund um den digitalen Alltag, die Ihnen auf dem Herzen liegen

Die Sprechstunden sind ein kostenfreies Angebot und finden in Präsenz statt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz ist gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz.

Klaus Lippert: „Meine Schwerpunktthemen sind: Smartphone und Tablet (Android), iPhone- und iPad-Grundlagen. Die weite Welt des Internets, zum Beispiel: Unterhaltungsmöglichkeiten, Einkaufen, Risiken vermeiden, Datenschutz, Sicherheit und Kommunikation im Internet. Außerdem kenne ich mich sehr gut mit dem Betriebssystem Windows aus und kann hier unterstützen.“

Beginndatum: Mittwoch, 05.06.2024, 16.00 Uhr

Lippert Klaus

[🔍 Details](#) [📅 Kurstage](#) [✅ Anmelden](#) [🛒 In den Warenkorb](#) [✉️ Empfehlung](#)

---

### **241KD50119: DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz Offene Sprechstunde**

Brauchen Sie Hilfe bei digitalen Herausforderungen? Unsere gebührenfreien Sprechstunde bietet Ihnen eine individuelle Unterstützung bei breit gefächerten Fragen zum Thema Digitalisierung. Unsere Kursleitungen suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen für Ihre konkreten Anliegen. Ihren PC, Ihr Smartphone oder Tablet können Sie gerne mitbringen.

Mögliche Themenschwerpunkte in der Sprechstunde sind:

Online-Bewerbungen

Digitale Dienste nutzen

Speicherplatz einrichten

Umgang mit Smartphone oder Tablet

Nutzung der Smartphone-Apps

E-Mail und Internet

Datenschutz und Sicherheit

Funktionen der Microsoft-Office-Programme

und andere Themen rund um den digitalen Alltag, die Ihnen auf dem Herzen liegen

Die Sprechstunden sind ein kostenfreies Angebot und finden in Präsenz statt. Eine Anmeldung ist

erforderlich.

DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz ist gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz.

Andrea Haalboom: „Mein Fachgebiet beinhaltet PC-Kenntnisse und Einrichtungen der Gerätschaften. Datenschutzoptionen und Sicherheit steht bei mir an höchster Stelle. Außerdem kenne ich mich schon jahrelang in den Betriebssystemen der Smartphones und Tablets sowie Apple iPhone und IPAD aus, mit Freude zeige ich jedem Kunden die Handhabung und die Vielfalt der mobilen Geräte.“

Beginndatum: Montag, 10.06.2024, 10.00 Uhr

Haalboom Andrea

[🔍 Details](#) [📅 Kurstage](#) [✅ Anmelden](#) [🛒 In den Warenkorb](#) [✉ Empfehlung](#)

---

Seite 1 von 4 ➔