Die Volkshochschule Klappholttal
Klappholttal, die Akademie am Meer, liegt zwischen den Nordseebädern Kampen und List am Rand des Nordsylter Naturschutzgebietes, unmittelbar hinter dem Weststrand der Insel und inmitten der einmaligen Dünenlandschaft. Die Volkshochschule Klappholttal ist eine Stätte der Jugend- und Erwachsenenbildung. Sie ist eine der ältesten Volkshochschulen in Schleswig-Holstein (bereits 1919 gegründet). Träger der Institution ist der gemeinnützige Verein „Nordseeheim Klappholttal e.V.“.

Anreise
Etwa vier Kilometer nördlich von Kampen zweigt von der Landstraße der Privatweg nach Klappholttal ab. Die Akademie am Meer ist mit dem Bus (Linie 1) oder Taxi von Westerland aus zu erreichen. Busse fahren bis zur Haltestelle Vogelkoje (Abzweigung Klappholttal). Von dort sind es 800 m zu Fuß nach Klappholttal. Für Personenwagen steht ein Parkplatz zur Verfügung.

Unterkünfte und Mahlzeiten
Die Gäste wohnen in einfachen, aber behaglich eingerichteten Einzel-, Doppel- oder Mehrbetthäusern. Die Häuser liegen verstreut im akademieeigenen Dünengebiet, das 7,5 ha umfasst. An der Rezeption im Verwaltungsgebäude liegen die Zimmerschlüssel für Sie bereit. Am Abreisetag räumen Sie bitte die Zimmer bis 10.00 Uhr. Soweit nicht im Programm anders vermerkt, steht das Frühstück von 7.30 Uhr bis 9.45 Uhr, das Mittagessen von 12.00 Uhr bis 14.00 Uhr, das Abendessen von 17.45 Uhr bis 19.15 Uhr im Haus Uthland bereit.

Teilnahme

Seminargebühr:	330,00 €
Unterkunft und Verpflegung / Tag:	94,00 € - 111,00 € (je nach Unterkunft)
Kurtaxe / Tag:	die jeweils aktuelle Kurtaxe
Parkgebühr / Tag:	2,00 €

Bitte melden Sie sich an:
Akademie am Meer
Volkshochschule Klappholttal
25992 List/Sylt
Telefon: (04651) 955 0
E-Mail: info@akademie-am-meer.de

Studienwochen in den Dünen 2026

Stand: 21.4.2026 PROGRAMMÄNDERUNGEN VORBEHALTEN

5. September bis 19. September 2026

Öffnungszeiten Bibliothek: Montag – Freitag von 13:30 – 15:00 Uhr

Aufgrund des reichhaltigen Kursangebotes finden Kurse und Veranstaltungen teilweise zeitgleich statt – häufig muss man sich also zwischen den verschiedenen Angeboten entscheiden. Manchmal kommt es vor, dass die Nachfrage sehr groß ist und nicht genügend Plätze in einem Kurs verfügbar sind. Wir verzichten bewusst auf die Option einer vorherigen verbindlichen Anmeldung und können eine Teilnahme an Ihren Wunschveranstaltungen daher nicht garantieren. Aber aufgrund der Vielzahl der Angebote finden Sie im Fall der Fälle gewiss ein Alternativangebot.

Werkstätten im Rahmen der Studienwochen in den Dünen 2026

Denksport am HIrnStammTisch
Wir trainieren mit allen Sinnen abwechslungsreich, ohne Druck aber mit viel Spaß die Wahrnehmung, Merkfähigkeit und Denkflexibilität.

Experimentelles Drucken
Blätter, Gräser, Kreise, Selbstgeschnittenes... viele Materialien um uns herum laden ein, einen Abdruck auszuprobieren. Verschiedene Einmaldrucktechniken werden vorgestellt, um damit weiter in kleinen Serien zu gestalten, sowohl in Farbe als auch in Schwarz-Weiß. *Keine Vorkenntnisse erforderlich*

Frühsport zum Sonnenaufgang
Leichte Koordinationsübungen an der frischen Luft zur Anregung des Herz- Kreislaufsystems

Gesprächskreis: Mein Leben gestalten – zwischen Wandel und Beständigkeit
Vieles verändert sich und manches begleitet uns. Wie kann ich in meinem Leben das Alt-Bewährte bewahren und zugleich offen für Neues bleiben? Wie können wir mit den veränderten Rahmenbedingungen in unserer Welt umgehen - persönlich und als Gesellschaft?
Wir arbeiten an konkreten Fällen und tauschen uns aus zu Gestaltungsmöglichkeiten!

Goldschmiedewerkstatt (Kursdauer: 3 Tage)
Sägen, Feilen, Schmieden, Bohren und Löten bilden die klassischen Elemente im Goldschmiede Handwerk. Ziel ist es, dass Anfänger *innen und Fortgeschrittene unter Anleitung Schmuckstücke nach eigenen Ideen oder Vorgaben fertigen. Wir arbeiten mit Kupfer, Silber oder auf Wunsch in Gold. *Materialberechnung gem. Verbrauch*

Malkurs: Transfer- und anderen Techniken
Spaß am Experimentieren oder auf der Suche nach einem leichten Einstieg in die Malerei?
Unter Anleitung lernen sie, wie Farbpigmente von Fotokopien oder Fotos auf Leinwand oder anderen Malgrund übertragen und daraus mit Hilfe von Acrylfarben ungewöhnliche Bildkompositionen entwickelt werden. Es werden verschiedene Techniken und Grundlagen der Malerei mit Acryl- und Aquarellfarben vermittelt, so dass auch die Umsetzung von Motiven in die freie Malerei leichter fällt.

Märchenwerkstatt/ Selbsterfahrung
Märchen erspüren macht sichtbar, was in uns ist und was Realität werden möchte. Die HeldInnen lösen stets alle ihre Probleme, sie verirren sich im Wald und finden einen Helfer, stellen sich den Riesen, besiegen die Drachen, sie lösen ihre Aufgaben – symbolisch bewältigen sie alles, wovor wir uns fürchten. Fühlen wir mit ihnen, entdecken wir die alte Weisheit in den Lösungen und übertragen diese auf unser reales Leben.

Mut zur Farbe – Malerei und Collage
Die Jahreszeiten und andere Themen
Wir arbeiten mit Acrylfarben und farbigen Cansons Papieren. Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene. Das Material wird gem. Verbrauch berechnet.

Papierschöpfen (zwei Termine/Gruppen pro Tag)
Das Papier (A4, A5, A6) wird aus vorbereiteten Lumpenfasern geschöpft und kann nach dem Trocknen marmoriert werden. Es können einfache glatte oder strukturierte Papiere geschöpft werden, farbig gestaltete oder mit Einlagerung versehene. Die Papiere sind geeignet zur Weiterverwendung, z. B. beim Buchbinden, als Malgrund u. ä. Nebenbei erfahren Sie einiges über die Geschichte der Papierherstellung und deren technischer Entwicklung. *Keine Vorkenntnisse erforderlich*

Qi Gong „Vital und beweglich bis ins hohe Alter“
Pflege unserer Wirbelsäule, Knochen und Gelenke; Yin-Yang Balance

Schreibwerkstatt
Wer Lust hat zu Fabulieren ist herzlich eingeladen mit mir Handwerk auszuprobieren und sich anregen und überraschen zu lassen von eigenen Texten und Texten aus der Literatur, durch Schreibspiele und Erzählrunden. *Keine Vorkenntnisse erforderlich*

Singen am Morgen

Tanzen am Morgen - Internationale Volkstänze

Vini Yoga
Sanftes, fließendes, mit der Atmung koordiniertes Yoga, individualisiert auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden und ergänzt um Atem- und Entspannungstraining

Vinyasa-Flow
In fließenden und sanften Abfolgen wird Atem und Bewegung so miteinander verbunden, dass ein Gefühl des Flows entsteht. Dies zentriert und öffne-t die Wahrnehmung für die Möglichkeiten des Moments.

Yogawalking
Bewusstes Gehen in moderatem Tempo in den Dünen und am Strand, verbunden mit Achtsamkeitsübungen

Samstag, 5. September 2026	Anreise/ Zimmervergabe Verwaltung
19.30 Uhr (Ahlborn)	Begrüßung; Vorstellung Kursleiter*innen

TÄGLICHES KURSPROGRAMM: Sonntag, 6. September - Freitag, 18. September

(Samstag, 12.9.: dieser Tag steht zur freien Verfügung; es finden keine Werkstätten statt.)

Hinweis: Die Studienwochen sind kein „Schnupperseminar“, d.h. ein täglicher Wechsel, um alle Werkstätten kennenzulernen, ist nicht möglich. Die Kurse können jeweils für 1 Woche besucht werden, danach erfolgt ein Wechsel. (Ausnahme ist die Goldschmiede, s. unten) Eine Fortsetzung der Teilnahme in der Folgewoche ist nur möglich, wenn freie Plätze vorhanden sind.

07:00 – 07:30 Uhr (Labyrinth)	**Frühsport** mit Katja Schwarz ***(nur Woche 2)***
08:00 – 08:45 Uhr (Ahlborn)	**Singen am Morgen** mit Susanne Moldenhauer
09:15 – 11:00 Uhr (Südost)	**Papierschöpfen (Gruppe 1)** mit Dr. Karl Pichol
09:15 – 13:00 Uhr (Lärche)	**Goldschmiedewerkstatt** mit Veronika Steggink
10:00 – 11:00 Uhr (Ahlborn)	**Tanzen am Morgen** mit Renate Neumann
10:00 – 11:00 Uhr (Turnhalle)	**Yoga** (Woche 1 mit Christine Marfels, Woche 2 mit Katja Schwarz)
11:15 – 12:05 Uhr und	
12:15 – 13:05 Uhr (Ahlborn)	**Qi Gong** mit Renate Neumann
11:15 – 12:45 Uhr (Westhaus)	**Schreibwerkstatt** mit Gabriele Gabriel
11:15 – 12:45 Uhr (Spielhaus)	**Gesprächskreis** mit Christine Marfels ***(nur Woche 1)***
11:15 – 13:00 Uhr (Südost)	**Papierschöpfen (Gruppe 2)** mit Dr. Karl Pichol
	Mittagspause
14:30 – 15:30 Uhr (Strand)	**Yogawalking** mit Katja Schwarz ***(nur Woche 2);*** bei Regen: Turnhalle
15:30 – 17:30 Uhr (Meissner)	**Mut zur Farbe - Wege in die Malerei** mit Ute Reichel
15:30 – 17:30 Uhr (Jugendb. Süd)	**Malkurs** mit Katrin Neumann
15:30 – 17:30 Uhr (Osthaus)	**Experimentelle Drucktechniken „Druck trifft auf Farbe“** mit Gabriele Renz
16:00 – 17:30 Uhr (Spielhaus)	**Denksport am HIrnStammTisch** mit Sabine Voigt ***(nur Woche 1)***
16:00 – 17:30 Uhr (Krähennest)	**Märchenwerkstatt** mit Pamela Petersen ***(nur Woche 2)***

ABENDPROGRAMM: 20:00 Uhr Ahlbornsaal

Sonntag, 6. September	**Konzertabend** mit Claudia Bahr (Violine), Martin Babica (Viola), Hilke Christiansen (Violoncello), Yumeko Fukushima (Klavier)
Montag, 7. September	**gemeinsames Singen** mit Susanne Moldenhauer
Dienstag, 8. September	**Abend zur freien Verfügung**
Mittwoch, 9. September	**„Im Leuchtturm durch die Zeit“,** ein Abend mit Johannes Kirchberg
Donnerstag, 10. September	**Lesung**: Silke von Bremen liest aus Ihrem Roman „Stumme Zeit“
Freitag, 11. September	**Tanzabend** mit Renate Neumann
Samstag, 12. September	**gemeinsames Singen** mit Susanne Moldenhauer
Sonntag, 13. September	**Filmabend: “Jane´s Journey-Die Lebensreise der Jane Goodall“;** Moderation: Lorenz Knauer, Vorsitzender Jane Goodall Institut
Montag, 14. September	**naturkundlicher Vortrag** mit Rainer Borcherding
Dienstag, 15. September	**Abend zur freien Verfügung**
Mittwoch, 16. September	**Konzertabend** mit Linda Leine (Klavier)
Donnerstag, 17. September	**Tanzabend** mit Renate Neumann
Freitag, 18. September	**Abschlussabend (Abreise am Samstag nach dem Frühstück)**