

# Kurse und Workshops 1. Halbjahr 2021

<b>A Kunst, Kultur &amp; Kommunikation</b>	<b>2</b>
<b>B Berufsbegleitende Bildung</b>	<b>4</b>
<b>E Theater</b>	<b>6</b>
<b>F Arbeit &amp; Gesundheit</b>	<b>7</b>
<b>G Europa &amp; Die Welt (Tanz)</b>	<b>12</b>
<b>H Europa &amp; Die Welt (Musik)</b>	<b>19</b>
<b>Projekte &amp; Werkstätten</b>	<b>23</b>
<b>JKS: Kunst &amp; Kreativität</b>	<b>24</b>
<b>JKS: Theater</b>	<b>29</b>
<b>JKS: Tanz</b>	<b>30</b>
<b>JKS: Körper &amp; Selbsterfahrung</b>	<b>32</b>
<b>JKS: Musik</b>	<b>33</b>
<b>Ferienprogramm</b>	<b>35</b>

## Mysterium Bernstein

Schmuckherstellung mit Brigitte Brückner

Für Väter mit Kindern ab 6 Jahren · #Familienangebote

Ihr sucht noch ein Geschenk zu Muttertag? Dann seid ihr hier genau richtig. In diesem Familienangebote, das sich an Väter mit ihren Kindern ab 6 Jahren richtet, nehmt ihr im Anschluss einen individuell nach Euren Wünschen bearbeiteten Bernstein mit nach Hause. In diesem Workshop könnt ihr einen rohen Bernstein in einen "Handschmeichler" oder in einen "schmucken" Anhänger verwandeln.

Materialkosten zwischen 10,00 bis max. 30,00 €, je nach Größe des Bernsteins. Bitte mitbringen falls vorhanden: Feile und Schmirgelpapier. Alle weiteren Werkzeuge werden zur Verfügung gestellt. Die Kursgebühr gilt pro Teilnehmer, jedes weitere Geschwisterkind zahlt die Hälfte.

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 11:00- 14:45 UHR

**A 1/1-21** 08.05. 1 X 5 USTD. 17,00 €

## Keramik-Workshop

Modellieren mit Ton mit Eva Roux

Für Jugendliche und Erwachsene · #Generationsübergreifend

Du hast Interesse an kreativem Arbeiten? Dann lasse dich doch mal für das Modellieren mit Ton begeistern. Das Arbeiten mit Ton braucht Fantasie und etwas Geschick. Ob figürlich oder abstrakt - mit einfachen Techniken können schon sehr schöne Ergebnisse entstehen. Die Stücke werden anschließend gebrannt. Die Kursgebühr beinhaltet Material- und Brennkosten.

**SÜDBAHNHOF** · FREITAG · 18:00- 21:00 UHR

**A 2/1-21** 26.02. 1 X 4 USTD. 35,00 €

**A 3/1-21** 23.04. 1 X 4 USTD. 35,00 €

**A 4/1-21** 28.05. 1 X 4 USTD. 35,00 €

# Gestaltung eines Visionboards

Aus dem Kopf aufs Papier mit Jessica Vielva

Für Frauen zwischen 30 und 60 Jahren · #Begegnung

Die Gestaltung eines Visionboards dient der "Sichtbarmachung" eines Themas, mit dem du dich intensiver beschäftigen möchtest. Auf kreative Weise bringst du deine Ziele, Wünsche und Ideen mit Hilfe von Wörtern und Bildern auf die "Leinwand". Und dafür brauchst du nicht einmal künstlerische Vorkenntnisse.

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 15:00- 18:45 UHR

<b>A 5/1-21</b>	30.01.	1 X 5 USTD.	30,00 €
<b>A 6/1-21</b>	13.02.	1 X 5 USTD.	30,00 €
<b>A 7/1-21</b>	20.03.	1 X 5 USTD.	30,00 €
<b>A 8/1-21</b>	24.04.	1 X 5 USTD.	30,00 €
<b>A 9/1-21</b>	22.05.	1 X 5 USTD.	30,00 €
<b>A 10/1-21</b>	26.06.	1 X 5 USTD.	30,00 €

# Mal- und Zeichenkurs

für Erwachsene mit Angelika Teschner

1 x im Monat

Wir malen und zeichnen mit allen Materialien, die uns in die Finger kommen: Wachsmalkreiden, Aquarellfarben, Pastellkreiden oder Kohle, wasservermalbare Stifte oder vielleicht auch Acryl. Wir können auch einfache Drucktechniken anwenden. Viele besondere Kunst-Materialien sind vor Ort vorhanden, du kannst aber auch Materialien mitbringen, die du immer schon mal ausprobieren wolltest. Anfallende Materialkosten werden je nach Bedarf umgelegt.

**SÜDBAHNHOF** · DIENSTAG · 19:00- 21:15 UHR

<b>A 11/1-21</b>	26.01.	1 X 3 USTD.	13,00 €
<b>A 12/1-21</b>	23.02.	1 X 3 USTD.	13,00 €
<b>A 13/1-21</b>	23.03.	1 X 3 USTD.	13,00 €
<b>A 14/1-21</b>	20.04.	1 X 3 USTD.	13,00 €
<b>A 15/1-21</b>	18.05.	1 X 3 USTD.	13,00 €
<b>A 16/1-21</b>	15.06.	1 X 3 USTD.	13,00 €

## Teatime

Englisch mit Sylvia Rubinowski

Anfänger mit Vorkenntnissen · #Generation 50+ #Begegnung

Dieser Kurs richtet sich an Englischinteressierte jeden Alters, insbesondere an die Generation 50+, deren (Schul-)Englisch etwas eingestaubt ist und die es gerne wieder auffrischen und ihre Kenntnisse vertiefen möchten. In dieser kleinen Gruppe, die bereits einige Grund- bzw. Vorkenntnisse mitbringt, trainieren wir Alltagssituationen, Redewendungen, üben ein wenig Grammatik, Konversation und feilen an unserer Aussprache. Ganz nebenbei erfährst du in lockerer Atmosphäre mit Spaß und Humor viel Interessantes über Land und Leute. Voraussetzung: Grundkenntnisse Englisch

**WERKHAUS** · MONTAG · 16:30- 18:00 UHR

<b>B 1/1-21</b>	11.01.- 22.03.	10 X 2 USTD.	125,00 €
<b>B 2/1-21</b>	12.04.- 21.06.	9 X 2 USTD.	112,50 €

## Webinar: WordPress-Schulung

für Gruppen, Vereine, etc. mit Stephanie Schröder

Auf Anfrage

Neu: Jetzt als Webinar! Für Gruppen bieten wir individuell zugeschnittene WordPress-Schulungen an, in denen sowohl administrative Aufgaben als auch die Erstellung von Inhalten erklärt werden. Konkrete Anfragen bitte an das Büro in der Blücherstraße richten oder per E-Mail: [info@werkhaus-krefeld.de](mailto:info@werkhaus-krefeld.de)

Wir beraten euch gerne und entwickeln kurzfristig eine Online-Schulung, die genau an eure persönlichen Wünsche, Anforderungen und zeitlichen Vorgaben angepasst ist.

**WERKHAUS** · TERMINE UND KOSTEN AUF ANFRAGE

<b>B 3/1-21</b>	11.01.- 21.06.
-----------------	----------------

## Computerkurs

für Senioren mit Monika Trippelsdorf

Ohne Vorkenntnisse · Eigener Laptop erforderlich · #Senioren  
E-Mails an die Enkel verschicken, im Internet bestellen, Briefe schreiben – mit dem Computer lassen sich viele Dinge schnell erledigen. Das Internet bietet zudem viele Informationsmöglichkeiten und eröffnet auch Senioren neue Wege der Kommunikation - wie wir es z. B. mit „Corona“ erlebt haben. Kursinhalte sind PC-Grundlagen wie z. B. Dateien kopieren / sichern, Drucken, E-Mail, z. B. wie verschicke ich eine Mail mit Anhang, Internet: wie suche ich? Anlegen von Favoriten etc., Programme installieren / Deinstallieren und vieles mehr. Die Dozentin geht auf die individuellen Bedürfnisse und Wünsche der KursteilnehmerInnen ein.

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 10:00- 12:15 UHR

**B 4/1-21** KOSTEN UND TERMINE AUF ANFRAGE

## Bewerbungstraining

mit Silke Fehse

#Generationsübergreifend

Von der Bewerbungsmappe bis zum Vorstellungsgespräch  
Erstellen eines persönlichen Eigenschafts- und Qualifikationsprofils, Formulieren von beruflichen Zielen und Möglichkeiten, Auswerten von Stellenausschreibungen, Erstellen einer Bewerbungsmappe nach aktuellsten Richtlinien, Tipps und Tricks zu bedingt und unbedingt notwendigen Angaben, Hilfestellung bei Formulierungen - Im Anschluss an dieses Seminar besitzt jeder Teilnehmer eine vollständige Bewerbungsmappe und wichtige Tipps zu Vorstellungsgespräch und Einstellungstests. Praktische Übungen bereiten auf dieses Gespräch vor.

**WERKHAUS** · DIENSTAG · 10:00- 11:30 UHR

**B 5/1-21** 20.04. - 04.05. 3 X 2 USTD. 30,00 €

**WERKHAUS** · DIENSTAG · 19:00- 20:30 UHR

**B 6/1-21** 01.06. - 15.06. 3 X 2 USTD. 30,00 €

## Character Creation

Theaterspielen mit Sylvia Rubinowski

#Generationsübergreifend #Begegnung

Charaktere wie Hannibal Lecter, Captain Jack Sparrow, Mary Poppins – jeder kennt sie, doch wer sieht, was auch hinter der Maske liegt? Ist das Offensichtliche immer das, was einen Menschen ausmacht, oder geht es tiefer? Wie solche imposanten Charaktere erschaffen werden und wie das komplexe Konstrukt ihrer selbst gestrickt wird, ergründen wir gemeinsam, indem wir Archetypen ausprobieren. In Szenen bringen wir sie zum Leben! Für jeden, der Lust hat, sich auf der Bühne auszuprobieren. Mit und ohne Spielerfahrung.

**WERKHAUS** · FREITAG · 18:00- 20:15 UHR

<b>E 1/1-21</b>	29.01.- 26.03.	8 X 3 USTD.	64,00 €
<b>E 2/1-21</b>	16.04.- 25.06.	11 X 3 USTD.	88,00 €

## Mit THEATER spielen

Theatergruppe für Jung und Alt mit Brigitte Moesgen

#Generationsübergreifend

Jung und Alt, Anfänger oder "alter Theaterhase" - Hier kann jeder mitmachen! Ihr wollt Theater spielen? Wolltet schon immer mal in eine andere Rolle schlüpfen?

Dann solltet Ihr Euch zu diesem Kurs anmelden! Es werden Grundlagen des Theaterspiels vermittelt. Übungen für Körper, Bewegung, Rhythmus, Stimme und Sprache sind Inhalte des Kurses. Zum Ende hin sind wir dann sicherlich so weit, dass kleinere Szenenfolgen - Sketche etc. dargestellt werden.

**WERKHAUS** · MONTAG · 18:00- 19:30 UHR

<b>E 3/1-21</b>	11.01.- 22.03.	10 X 2 USTD.	80,00 €
<b>E 4/1-21</b>	12.04.- 21.06.	10 X 2 USTD.	80,00 €

**WERKHAUS** · DIENSTAG · 18:00- 19:30 UHR

<b>E 5/1-21</b>	12.01.- 23.03.	11 X 2 USTD.	88,00 €
<b>E 6/1-21</b>	13.04.- 22.06.	11 X 2 USTD.	88,00 €

## 5Rhythmen

Tanz- und Bewegungsmeditation mit Christine Riemer

#Europa & Die Welt (Tanz) #Europa & Die Welt (Musik)

Balance in Bewegung: Dies ist ein moderner Workout für Körper und Seele. Tanzend können wir Stress und Anspannung in Körper und Seele lösen, innere Balance und Lebensfreude gewinnen sowie den Körper in Bewegung bringen. Die 5Rhythmen: Flowing, Staccato, Chaos, Lyrical, Stillness bieten uns die Möglichkeit im Tanz das zu bewegen, was in unseren Leben da ist und einen geschützten Rahmen uns damit kreativ zu beschäftigen.

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 16:00- 18:00 UHR

<b>F 1/1-21</b>	16.01.	1 X 2,67 USTD.	24,00 €
<b>F 2/1-21</b>	20.02.	1 X 2,67 USTD.	24,00 €
<b>F 3/1-21</b>	20.03.	1 X 2,67 USTD.	24,00 €
<b>F 4/1-21</b>	17.04.	1 X 2,67 USTD.	24,00 €
<b>F 5/1-21</b>	19.06.	1 X 2,67 USTD.	24,00 €

## Entspannung

für Körper und Seele mit Sylvia Rubinowski

#Generationsübergreifend

In diesem Kurs tauchen wir gemeinsam in die Entspannungsmethoden der Progressiven Muskelentspannung ein und lernen Atemübungen sowie geleitete Imaginationen/Fantasiereisen kennen. Begleitet durch Klangschalen erfährst du die Entspannung auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene. Die Klangschale stimuliert den Körper, seine eigenen harmonischen Frequenzen wieder zu finden. So lösen sich Blockaden und Verspannungen, die Selbstheilungskräfte werden gestärkt und wir werden in eine tiefe und anhaltende Entspannung versetzt. Neben den Techniken üben wir auch die Wahrnehmung unserer Körpersignale, sowohl im Anspannungs- als auch im Entspannungszustand.

**WERKHAUS** · DIENSTAG · 17:45- 19:15 UHR

<b>F 6/1-21</b>	19.01. - 23.03.	9 X 2 USTD.	81,00 €
<b>F 7/1-21</b>	20.04. - 22.06.	10 X 2 USTD.	90,00 €

## Klangschalen-Entspannung

mit Ätherischen Ölen mit Sylvia & Liam Rubinowski

#Generationsübergreifend

Wir machen Übungen, die dir helfen bei dir „anzukommen“ und innere Ruhe zu finden. Außerdem üben wir die Wahrnehmung unserer Körpersignale, sowohl im Anspannungs- als auch im Entspannungszustand. Begleitet von Klangschalen darfst du alle Anspannungen gehen lassen. Die Klangschale stimuliert den Körper, seine eigenen harmonischen Frequenzen wieder zu finden. So lösen sich Blockaden und Verspannungen, die Selbstheilungskräfte werden gestärkt und wir werden in eine tiefe und anhaltende Entspannung versetzt.

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 15:00- 18:00 UHR

<b>F 8/1-21</b>	27.02.	1 X 4 USTD.	36,00 €
<b>F 9/1-21</b>	06.03.	1 X 4 USTD.	36,00 €
<b>F 10/1-21</b>	24.04.	1 X 4 USTD.	36,00 €
<b>F 11/1-21</b>	29.05.	1 X 4 USTD.	36,00 €
<b>F 12/1-21</b>	12.06.	1 X 4 USTD.	36,00 €

## Die 12 Bewegungsmantren

Sintala Qigong Workshop mit Doris Moorees

#Europa & Die Welt (Musik) #Europa & Die Welt (Tanz)

Kennenlernworkshop: Einfach mal mitmachen, auch ohne Vorkenntnisse! Lerne Sintala Qigong kennen, eine meditative, klangvolle Bewegungskunst und belebende Selbstbalancierungsmethode. Aus dem Programm der 12 verschiedenen Übungen des Sintala Qigong werden im Zusammenhang einige Übungen gemeinsam durchgeführt. Mit den sanften Bewegungen vitalisieren wir unsere Lebensenergie in den Meridianen, den Energiebahnen des Körpers, wie die chinesische Medizin sie kennt. Auch für Wiederholer und Übungsfreudige.

**WERKHAUS** · DONNERSTAG · 10:00- 12:15 UHR

<b>F 13/1-21</b>	21.01.	1 X 3 USTD.	23,00 €
<b>F 14/1-21</b>	22.04.	1 X 3 USTD.	23,00 €
<b>F 15/1-21</b>	10.06.	1 X 3 USTD.	23,00 €

## Sintala Qigong

Achtsam im Leben mit Doris Moorees

#Europa & Die Welt (Musik) #Europa & Die Welt (Tanz)

Bei rhythmischen Bewegungsfolgen, Atem- und Achtsamkeitsübungen kannst du einen neuen Weg entdecken zu Freude, Entschleunigung, Entspannung und Vitalisierung und deinen „Akku“ wieder aufladen. Die klangvolle Qigong-Methode bietet 12 verschiedene Bewegungsübungen zur sanften Selbstregulierung unserer Lebensenergie. Jeder Kurs hat einen ganz besonderen Energie-Schwerpunkt. Dabei stärkst du deine Wahrnehmungskraft, förderst bewussteres Atmen, Gedächtnis, Koordinationskraft, Balance und eine ganzheitlich stabile Haltung – sowie das Abschalten vom Alltag und einen gesunden Schlaf.

**WERKHAUS** · DONNERSTAG · 10:00- 11:30 UHR

**F 16/1-21** 28.01.- 04.03. 6 X 2 USTD. 90,00 €

## Bewegte Entspannung

im Rhythmus der Elemente mit Doris Moorees

#Europa & Die Welt (Musik) #Europa & Die Welt (Tanz)

Hier lernst du wohltuende chinesische Gesundheitsübungen (Do-In) und die klangvolle Bewegungskunst Sintala Qigong kennen. Es erwartet dich ein Mix aus rhythmischen und meditativen Bewegungsfolgen, Körper- und Atemübungen, die zu deiner Erdung beitragen und zum Loslassen einladen. Mit den sanften Bewegungen vitalisieren wir unsere Lebensenergie in den Meridianen, den Energiebahnen des Körpers, wie die chinesische Medizin sie kennt. Mitmachen, erleben und wohlfühlen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich!

**WERKHAUS** · MONTAG · 16:00- 17:30 UHR

**F 17/1-21** 18.01.- 01.03. 6 X 2 USTD. 90,00 €

**F 18/1-21** 19.04. 1 X 2 USTD. 15,00 €

**F 19/1-21** 07.06. 1 X 2 USTD. 15,00 €

## Tanz der Elemente

Sintala Qigong Workshop mit Doris Moorees

#Europa & Die Welt (Musik) #Europa & Die Welt (Tanz)

Gesundheit bedeutet körperliches, geistiges und seelisches Gleichgewicht. Wenn Körper, Herz und Verstand ein ausgeglichenes Team bilden, fühlen wir uns wohl und sind ganz in unserer Mitte. Die Sintala Qigong Methode aktiviert unser gesamtes Energiesystem durch belebende Schwingungen und sorgt für mehr innere Harmonie. Wir üben in diesem Workshop rhythmische Bewegungsformen des Feuer-Elements, die Wärme ins Leben bringen, uns stärken und stabilisieren.

**WERKHAUS** · SONNTAG · 10:30- 14:15 UHR

<b>F 20/1-21</b>	31.01.	1 X 5 USTD.	48,00 €
<b>F 21/1-21</b>	28.02.	1 X 5 USTD.	48,00 €

## Zen-Meditation

in Krisenzeiten mit Kolja Mandler

#Begegnung #Generationsübergreifend

Schwierige Zeiten – ob Pandemie, Klimawandel oder persönliche Lebenskrisen, wir alle sind davon betroffen und müssen damit umgehen. Der Zen-Weg zeigt Möglichkeiten, wie wir solche Krisen als Bausteine für unser inneres Wachstum nutzen können. Mitten im Sturm hören wir den Klang des Flusses im Tal, und finden zu unserem wahren Selbst. Der Ablauf des Kurses orientiert sich an der klassischen Zen-Meditation (Sitzmeditation mit Achtsamkeit auf Körperhaltung und Atmung). Bitte bringt ein Meditationskissen (“Yogakissen”) mit.

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 15:00- 16:30 UHR

<b>F 22/1-21</b>	20.03.	1 X 2 USTD.	16,00 €
<b>F 23/1-21</b>	05.06.	1 X 2 USTD.	16,00 €

# Systemische Aufstellung

Vortrag mit Morana Paproth

#Wertvolles Wissen #Vorträge und Diskussionen

Systemisches Aufstellen ist eine Technik um Strukturen und Verstrickungen in einer Partnerschaft, in der Familie oder auf der Arbeit zu klären und zu lösen. Es bietet die Möglichkeit Beziehungsstrukturen, Bindungen und Verhaltensmuster dort zu lösen, wo sie entstanden sind. Denn das menschliche Handeln und die Konstellationen zwischenmenschlicher Beziehungen sind oft von alten Mustern und Strukturen bestimmt. Diese überlebten Muster werden erkannt, aufgedeckt und an ihrer Wurzel gelöst. Im Anschluss an den Einführungsvortrag kann auf Wunsch eine Aufstellung durchgeführt oder ein Termin für eine Aufstellung vereinbart werden.

**WERKHAUS** · DONNERSTAG · 19:30- 21:00 UHR

**F 24/1-21**

18.03.

1 X 2 USTD.

12,00 €

# AYURVEDA und TCM

Vortrag mit Morana Paproth

#Wertvolles Wissen #Vorträge und Diskussionen

Der Anspruch an die ganzheitliche Gesundheit eines Individuums ist eines der Hauptanliegen dieser beiden Gesundheitssysteme, die gerade in unserer heutigen Welt wieder an besonderer Bedeutung gewinnt. Ayurveda und TCM sind jahrtausendealte Heilkünste. Nach der Ayurveda-Lehre entstehen Krankheiten, wenn die drei Grundenergien des Körpers Vata, Pitta und Kapha, im Ungleichgewicht sind. Nach der TCM Lehre, werden Blockaden des Körpers gelöst, so dass das Qi wieder stärker fließt und das Gleichgewicht zwischen Körper, Geist und Seele, entsprechend der angeborenen körperlichen und geistigen Konstitution wiederhergestellt wird. An diesem Abend stellt Morana Paproth die beiden Heilkünste vor.

**WERKHAUS** · DONNERSTAG · 19:30- 21:00 UHR

**F 25/1-21**

22.04.

1 X 2 USTD.

12,00 €

## JazzDance

für Anfänger mit/ohne Vorkenntnisse mit Pia Kherrmane

#Generationsübergreifend #Krefeld TANZT zeitgenössisch

Du wolltest schon immer einmal tanzen, wie in den Videoclips der Top-Charts? Dies ist die Gelegenheit für dich den Jazz-Dance kennenzulernen. Hier kannst du vom Alltag abschalten, Spaß haben, etwas für dich und deinen Körper tun. Es erwartet dich zu flotter Musik u.a. ein Warm-up, intensives Stretching, Kräftigungsübungen, Bewegung durch den Raum mit kleinen Choreografien und ganz nebenbei kommst du dabei in Form und bleibst geschmeidig. Egal, ob du etwas Tanzerfahrung mitbringst oder ein hochmotivierter Anfänger bist.

**WERKHAUS** · DONNERSTAG · 19:15- 20:45 UHR

<b>G 1/1-21</b>	14.01.- 25.03.	11 X 2 USTD.	143,00 €
<b>G 2/1-21</b>	15.04.- 24.06.	9 X 2 USTD.	117,00 €

## Hip-Hop

Eltern-Kind-Workshop mit Alex Coda

#Familienangebote #Krefeld TANZT zeitgenössisch

Zu diesem Workshop sind Eltern und ihre Kinder ab 5 Jahren herzlich eingeladen gemeinsam etwas Neues auszuprobieren, zu coolen Beats zu tanzen und andere Eltern mit Kindern kennenzulernen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Euch erwartet ein Mix aus viel Spaß und Schwitzen. Nach dem Aufwärmen erlernt ihr auf bestimmte Beats sogar schon eine richtige Choreografie. Der Workshop endet mit einem Cooldown aus Dehnen und Stretchen.

Die Kursgebühr gilt pro Teilnehmer. Jedes weitere Geschwisterkind zahlt die Hälfte.

**WERKHAUS** · SONNTAG · 12:00- 14:15 UHR

<b>G 3/1-21</b>	07.02.	1 X 3 USTD.	15,00 €
<b>G 4/1-21</b>	25.04.	1 X 3 USTD.	15,00 €

## Eltern-Kind-Tanz

Tanzworkshop für Groß und Klein mit Stefanie Habich

#Familienangebote

Für Eltern oder Großeltern und ihre Kinder oder Enkel im Alter von 0 - 4 Jahren, die gerne zusammen tanzen, Musik hören, einen schönen Nachmittag zusammen verbringen, etwas Neues ausprobieren, ganz viele Ideen zu Spiel und Tanz mit nach Hause nehmen, und andere kennenlernen möchten! Die Kursgebühr gilt pro Teilnehmer, jedes weitere Geschwisterkind zahlt die Hälfte.

**WERKHAUS** · SONNTAG · 16:15- 17:45 UHR

<b>G 5/1-21</b>	10.01.	1 X 2 USTD.	8,00 €
<b>G 6/1-21</b>	07.02.	1 X 2 USTD.	8,00 €
<b>G 7/1-21</b>	07.03.	1 X 2 USTD.	8,00 €
<b>G 8/1-21</b>	18.04.	1 X 2 USTD.	8,00 €
<b>G 9/1-21</b>	02.05.	1 X 2 USTD.	8,00 €
<b>G 10/1-21</b>	06.06.	1 X 2 USTD.	8,00 €

## Tanze, Tanze ein Leben lang

für Senioren mit Stefanie Habich

#Senioren #Begegnung

Tanzen kennt keine Grenzen, auch nicht die des Alters. In jedem Alter und mit jeder Einschränkung ist es möglich sich mit Tanz auszudrücken. In einer Mischung aus Entspannung, Körper-Aktivierung und Tanz, lernen wir einen liebevollen Umgang mit unserem Körper und ihn zum tänzerischen Ausdruck zu bewegen. Komm dazu und sieh, wie viel Freude Tanz in dein Leben bringen kann. Die Dozentin geht hierbei auf alle individuellen Einschränkungen ein, so dass die TeilnehmerInnen nicht überfordert werden, sondern mit viel Spaß in Bewegung kommen.

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 10:00- 13:00 UHR

<b>G 11/1-21</b>	06.02.	1 X 4 USTD.	20,00 €
<b>G 12/1-21</b>	17.04.	1 X 4 USTD.	20,00 €

## Klassisches Ballett Level I

Für Erwachsene mit Letha-Monique Maughan

Level I vermittelt die Grundbegriffe des klassischen Balletts und verbessert Fitness, Kondition und Gedächtnis.

Level I + II ist für TeilnehmerInnen geeignet, die schon in jungen Jahren getanzt haben und wieder einsteigen möchten.

Level III richtet sich an TeilnehmerInnen, die bereits über Tanz Erfahrung verfügen und die Grundlagen beherrschen.

**WERKHAUS** · MONTAG · 18:00- 19:30 UHR · LEVEL I

**G 13/1-21** 11.01.- 22.03. 10 X 2 USTD. 130,00 €

**G 14/1-21** 12.04.- 21.06. 10 X 2 USTD. 130,00 €

**WERKHAUS** · MITTWOCH · 11:00- 12:30 UHR · LEVEL I + II

**G 15/1-21** 13.01.- 24.03. 11 X 2 USTD. 143,00 €

**G 16/1-21** 14.04.- 23.06. 11 X 2 USTD. 143,00 €

**WERKHAUS** · FREITAG · 16:30- 18:00 UHR · LEVEL III

**G 17/1-21** 15.01.- 26.03. 11 X 2 USTD. 143,00 €

**G 18/1-21** 16.04.- 25.06. 11 X 2 USTD. 143,00 €

## New Dance

Tanztechnik mit Andreas Simon

#Krefeld TANZT zeitgenössisch

In diesem Seminar arbeiten wir an den Grundprinzipien der Bewegung. Körperwahrnehmung und dessen Umsetzung geleitet uns zum Tanz. Elemente aus der Release-Technik, Improvisation, Body-Mind-Centering und andere postmoderne Tanzrichtungen finden hier ihren Platz. Kleine Choreographien werden erarbeitet. Ziel ist der freie Umgang mit dem Körper, um individuellen Ausdruck und Freude in den Raum zu bringen. Ein Quereinstieg ist jederzeit möglich. Wir beraten dich gern!

**WERKHAUS** · MITTWOCH · 19:30- 21:00 UHR

**G 19/1-21** 13.01.- 24.03. 10 X 2 USTD. 120,00 €

**G 20/1-21** 14.04.- 23.06. 11 X 2 USTD. 132,00 €

## Modern Dance

zeitgenössischer Tanzkurs mit Chris Parker

#Krefeld TANZT zeitgenössisch

Die Limón-Technik ermöglicht Teilnehmern ohne tänzerische Vorkenntnisse einen leichten Einstieg in jeden Tanzstil und hilft Fortgeschrittenen, ihre Körperarbeit und Technik zu verbessern. Beim Modern Dance entdeckt man, wie wenig Energie tatsächlich notwendig ist, um das Tanzgefühl zu erreichen. Ein Quereinstieg ist jederzeit möglich. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Wir beraten dich gern!

**WERKHAUS** · FREITAG · 18:30- 20:00 UHR

<b>G 21/1-21</b>	15.01. - 26.03.	11 X 2 USTD.	132,00 €
<b>G 22/1-21</b>	16.04. - 25.06.	11 X 2 USTD.	132,00 €

## Samba

Suco de Samba mit Yagnez da Silva Lima

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Der Samba-Tanzrhythmus ist wohl der durch den Karneval in Rio bekannteste Volkstanz Brasiliens. Samba basiert auf vier Grundschritten, die in ausgestalteter Rhythmus-, Musik- und Körperbetonung eine große Zahl recht schwieriger choreographischer Figuren bilden. Wir werden uns mit der Fußtechnik und der richtigen Körperhaltung beschäftigen und Rhythmusübungen zu lateinamerikanischer Musik machen, so dass dieser Kurs besonders auch für Anfänger geeignet ist. Aus diesen Einzelementen wird eine kleine Tanzchoreographie entwickelt.

**WERKHAUS** · DIENSTAG · 19:30- 21:00 UHR

<b>G 23/1-21</b>	12.01. - 23.03.	11 X 2 USTD.	143,00 €
<b>G 24/1-21</b>	13.04. - 22.06.	11 X 2 USTD.	143,00 €

## Salsa & Merengue

für Paare mit Salsagerd

Anfänger bis Mittelstufe

Salsa – das Tanzvergnügen mit Rhythmus und Leidenschaft, wie es heute in den Salsa-Discos Deutschlands und der ganzen Welt genossen wird, sowie Merengue, der heiße Tanz aus der Dominikanischen Republik, bringen die TeilnehmerInnen in Schwung und Stimmung.

Aufgrund der aktuellen Situation und der damit verbundenen Hygienevorschriften können wir diesen Workshop zur Zeit nicht mehr für Singles anbieten. Daher könnt ihr euch nur noch mit festem TanzpartnerIn anmelden und die Tanzpartner können nicht getauscht werden.

**WERKHAUS** · SAMSTAG - SONNTAG · 10:30- 13:30 UHR

<b>G 25/1-21</b>	20.03.- 21.03.	2 X 4 USTD.	64,00 €
<b>G 26/1-21</b>	19.06.- 20.06.	2 X 4 USTD.	64,00 €

## English Country Dance

Kontratänze-Squares mit Dieter Struwe

#Begegnung #Generationsübergreifend

Es braucht keine besonderen Vorkenntnisse, den English Country Dance zu erlernen, so dass sich jeder, mit oder ohne Tanzerfahrung, heranwagen kann. In diesem Workshop lernen wir kurze und abwechslungsreiche Tanzchoreographien, die dem Einsteiger einen Einblick in die Vielfalt der historischen Tanzfiguren und -Melodien geben. Dieser Workshop wird generationsübergreifend angeboten.

Bitte leichte, lockere Kleidung mitbringen.

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 15:00- 18:00 UHR

<b>G 27/1-21</b>	13.03.	1 X 4 USTD.	12,00 €
<b>G 28/1-21</b>	08.05.	1 X 4 USTD.	12,00 €
<b>G 29/1-21</b>	26.06.	1 X 4 USTD.	12,00 €

## Fascial Flow

Tänzerisches Faszien-Training mit Sabine Kreuer

14-tägiges Angebot

Der Kurs bietet ein vielseitiges, dynamisches Training, das Beweglichkeit und Koordination fördert und Körper und Kopf entspannt. Kombinationen östlicher und westlicher Bewegungsformen werden in die Stunden integriert, um die eigene Energie anzuregen und Körper, Geist und Seele ganzheitlich anzusprechen. Mit kreativen Übungen wird der ganze Körper mobilisiert, gelockert und Verspannungen und Blockaden auf physischer und mentaler Ebene gelöst. Die TeilnehmerInnen lernen tänzerisch ihr Körpergefühl und ihre Wahrnehmung zu verbessern. Leicht und spielerisch wird so die eigene Lebendigkeit, Sinnlichkeit und Lebensfreude wieder aktiviert.

**WERKHAUS** · DIENSTAG · 18:00- 19:30 UHR

**G 30/1-21** 19.01. - 16.03. 5 X 2 USTD. 60,00 €

**G 31/1-21** 13.04. - 22.06. 6 X 2 USTD. 72,00 €

## Poesie des Augenblicks

Ausdruckstanz mit Sabine Kreuer

#Krefeld TANZT zeitgenössisch

In diesem Ausdruckstanz-Workshop improvisieren wir mit unserer körper- und wesenseigenen Poesie und Ausdruckskraft. Sinnliche, lebendige, kraftvolle, lustige, meditative Tanzmomente lassen uns die entspannende Wirkung des freien Tanzes fühlen. Spielerisch experimentieren wir mit imaginären Bildern und Objekten, jenseits von Bewertungen. Wir spüren unseren Körper, unsere Präsenz, persönliche Zentrierung und tiefes Erleben im tänzerischen Geschehenlassen.

Für diesen Workshop sind keine Vorkenntnisse nötig.

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 15:00- 18:00 UHR

**G 32/1-21** 20.03. 1 X 4 USTD. 32,00 €

## Oldies but Goldies

Fitnessangebot mit Sabine Kreuer

für Frauen und Männer ab 70 · #Senioren #Begegnung

Sport tut in jedem Alter gut! Schwungvolle Seniorengymnastik zu stimmungsvoller Musik. Fitnessorientierte und tänzerische Bewegung für mehr Kraft, Vitalität und Mobilität. Der Spaß miteinander und die Freude an der Bewegung stehen im Vordergrund. Für diesen Workshop sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte eigene Gymnastikmatte, ein Kissen, Decke und warme Socken mitbringen.

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 15:00- 18:00 UHR

**G 33/1-21** 05.06. 1 X 4 USTD. 32,00 €

## Sabar

Afrikanischer Tanz für Anfänger mit Léopold Lô

Basis- und Intensiv-Kurse mit Live-Trommelmusik

Sabar ist der traditionelle Tanz der Wolof im Senegal und wird bei allen Familienfeierlichkeiten getanzt. Nicht nur der Tanz, sondern auch die Trommeln werden Sabar genannt.

Basis richtet sich an Teilnehmer, die bisher noch keine oder wenig Erfahrung mit Sabartanz haben.

Intensiv richtet sich an Teilnehmer, die schon Erfahrung im Sabartanz haben (mittlere Tanzerfahrung).

**WERKHAUS** · MITTWOCH · 18:00- 19:30 UHR · BASIS

**G 34/1-21** 20.01.- 24.03. 10 X 2 USTD. 150,00 €

**G 35/1-21** 21.04.- 23.06. 10 X 2 USTD. 150,00 €

**WERKHAUS** · MITTWOCH · 19:30- 21:00 UHR · INTENSIV

**G 36/1-21** 20.01.- 24.03. 10 X 2 USTD. 150,00 €

**G 37/1-21** 21.04.- 23.06. 10 X 2 USTD. 150,00 €

# Südbahnhof-Chor

Von Klassik bis Moderne mit Rosa Weidental

Keine Vorkenntnisse erforderlich!

Dieses Chorprojekt ist inzwischen eine feste Größe im SÜDBAHNHOF! Wer gerne in einem Ensemble singen möchte, kann jederzeit einsteigen. Auch ein Quereinstieg in den laufenden Kurs ist problemlos möglich. Die Chormitglieder freuen sich über jedes neue Mitglied. Dieses Angebot richtet sich an Frauen und Männer, die Lust haben zu singen und in einer netten Gruppe gemeinsam Musik zu machen. Mit besonderer Liebe zur klassischen Musik, wird ein breites Repertoire vom Volkslied bis zur Moderne erarbeitet.

**SÜDBAHNHOF** · MITTWOCH · 18:45- 19:45 UHR

**H 1/1-21** 13.01. - 24.03. 11 X 1,33 USTD. 110,00 €

**H 2/1-21** 14.04. - 23.06. 11 X 1,33 USTD. 110,00 €

## UNerHÖRT

Workshops der improvisierten Musik mit Gerd Rieger

#Begegnung #Inklusion

Die beliebten Workshops der UNerHÖRT-Reihe werden mehrmals pro Halbjahr im Werkhaus angeboten. Interessierte Musikerinnen und Musiker treffen sich, um gemeinsam unter der Leitung von Gerd Rieger zu musizieren. Seit 2013 liegt der Fokus bei der musikalischen Arbeit verstärkt darauf, Menschen mit und ohne Behinderung zusammenzuführen und gemeinsam Spaß und Freude an der improvisierten Musik zu haben.

Jeder Workshop hat ein eigenes Thema. Die Beschreibungen hierzu findest du auf unserer Webseite.

**WERKHAUS** · SONNTAG · 11:00- 14:00 UHR

**H 3/1-21** 17.01. 1 X 4 USTD. 10,00 €

**H 4/1-21** 14.03. 1 X 4 USTD. 10,00 €

**H 5/1-21** 09.05. 1 X 4 USTD. 10,00 €

## Offene Bühne

für aktive Musiker, Sänger und Künstler mit Gerd Rieger

Zuhören und Mitmachen frei!

Aktive Musiker, Sänger und Künstler sind herzlich eingeladen in unterschiedlichen Formationen miteinander frei zu improvisieren. Freie Improvisation ist ein eigenständiges musikalisches Format, das immer mehr Liebhaber findet und mittlerweile ein fester Bestandteil im WERKHAUS ist. Gespielt wird aus der Situation heraus, ohne festlegenden Groove und harmonisches Gerüst. Die Klänge und Sounds entstehen aus dem Stegreif durch die Reaktion einzelner Musiker auf innere oder äußere Impulse.

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 20:00- 22:15 UHR

<b>H 6/1-21</b>	20.02.	1 X 3 USTD.	FREI
<b>H 7/1-21</b>	26.06.	1 X 3 USTD.	FREI

## Klavier

in Kleingruppen für Erwachsene mit Judith Klinke

Auch für die Generation 50+

Von Klassik bis Rock, Pop und Jazz - Klavier spielen kann Jeder! Du möchtest endlich deinen Traum vom Klavierspielen verwirklichen oder deine Kenntnisse auffrischen und deine Spieltechnik verbessern? Dann bist du in diesem Kurs für Anfänger und Wiedereinsteiger genau richtig. In dieser Kleingruppe lernst du mit viel Freude und Rücksicht auf deine Individualität schnell und effektiv das Klavier spielen. Die Dozentin vermittelt bei Bedarf sowohl Notenkenntnisse als auch die elementaren Spieltechniken.

Der Unterricht findet in Kleingruppen mit max. 3 TeilnehmerInnen statt.

**WERKHAUS** · MONTAG · 17:15- 18:00 UHR

<b>H 8/1-21</b>	11.01.- 22.03.	10 X 1 USTD.	130,00 €
<b>H 9/1-21</b>	12.04.- 21.06.	10 X 1 USTD.	130,00 €

## Gitarre

für Erwachsene mit Lutz Caspers

Kleingruppen

Grundsätzlich gibt es je nach Neigung und Interesse verschiedene Arten, ein Instrument zu erlernen. In diesem Kurs werden wir mit einfachen Liedern beginnen, können aber auch auf Wunsch andere Möglichkeiten, wie z. B. die Liedbegleitung einüben. Ideal für Erzieher, Lehrer und JugendgruppenleiterInnen, die die Liedbegleitung als didaktisches Mittel einsetzen möchten, um nicht nur die Sinne, sondern auch die Konzentration zu fördern und den Unterricht besser in Lernphasen zerlegen zu können.

**WERKHAUS** · FREITAG · 18:45- 20:15 UHR

<b>H 10/1-21</b>	15.01. - 26.03.	11 X 2 USTD.	137,50 €
<b>H 11/1-21</b>	16.04. - 25.06.	11 X 2 USTD.	137,50 €

## Didgeridoo

Workshop mit Jordi Preußner

Alle Niveaus von Anfänger bis Fortgeschrittene

Anfänger lernen, den Grundton zu spielen, das Modulieren mit Obertönen, alle Sounds, und die Stimme einzusetzen. Dazu kommen dann die Effekte und das Erlernen von Rhythmen und Percussion. Die Zirkularatmung wird ebenfalls vorgestellt und geübt.

Bei den Fortgeschrittenen stehen die Verbesserung der Zirkularatmung und der Spieltechnik auf dem Programm, sowie die Einführung in Multisounds und Polyrhythmen.

Bitte ein eigenes Didgeridoo mitbringen. Du hast noch keins? Dann melde dich bei uns!

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 11:00- 16:15 UHR

<b>H 12/1-21</b>	05.06.	1 X 7 USTD.	35,00 €
------------------	--------	-------------	---------

## Afrikanisches Trommeln

Level I und II mit Samuel Lamptey Lankai

Anfänger ohne/mit geringen Vorkenntnissen · Fortgeschrittene

Durch ghanaische und togolesische Rhythmen auf Djemben und Kpanlogos erleben wir die tiefgreifende Wirkung traditioneller afrikanischer Musik als Quell natürlicher Lebensfreude.

Level I: Wir erarbeiten grundlegende Schlagtechniken und Rhythmen und üben das freie Zusammenspiel.

Level II: Diese Gruppe hat schon reichlich Trommelerfahrung.

Schwerpunkt ist das mehrstimmige Zusammenspiel von westafrikanischen Rhythmen im 12/8 und 4/4 Feeling wie z. B. Dzigbo / Wakka, Kpanlogo, Atin und Sokope.

**WERKHAUS** · DONNERSTAG · 17:30- 19:00 UHR · LEVEL I

**H 13/1-21** 14.01.- 25.03. 11 X 2 USTD. 116,00 €

**H 14/1-21** 15.04.- 24.06. 9 X 2 USTD. 95,00 €

**WERKHAUS** · DONNERSTAG · 19:00- 20:30 UHR · LEVEL II

**H 15/1-21** 14.01.- 25.03. 11 X 2 USTD. 116,00 €

**H 16/1-21** 15.04.- 24.06. 9 X 2 USTD. 95,00 €

## KRIO

### Krefelder Improvisations-Orchester mit Gerd Rieger

Werde Mitglied im Krefelder Improvisations-Orchester KRIO!

Dirigierte Improvisation: Mit Zeichen und Gesten bietet der Dirigent den Rahmen für das Krefelder Improvisations-Orchester KRIO, den die Musiker\*innen ausfüllen. Im wechselseitigen Kontakt inspirieren sie sich und gestalten eine freie Musikperformance. Die Zeichen werden erklärt, geübt, die Bedeutung gemeinsam entwickelt und von jeder/m auf ihre/seine Weise interpretiert. Am Ende entsteht eine Instant Composition. Die Konzentration und Flexibilität in der Umsetzung der Zeichen macht die Musik abwechslungsreich und spannend.

**WERKHAUS** · SONNTAG · 11:00- 14:00 UHR

**W 2/1-21**

07.02.

3 STD.

10,00 €

## Vogelfutterhaus & Meisenknödeldach

gemeinsam Töpfern mit Eva Roux

ab 4 Jahren · #Familienangebote

Noch ist es kalt und unsere Vögel freuen sich über ein schönes selbstgebautes Futterhaus ganz besonders. Einfache Plattentechnik mit Ton ermöglicht uns, ganz individuelle Formen zu finden! Alle Stücke werden gebrannt, und können zuhause angemalt werden. Das Material ist in der Kursgebühr enthalten.

**SÜDBAHNHOF** · SAMSTAG · 11:30- 13:00 UHR

**J 1/1-21**

23.01.

1.5 STD.

15,00 €

## Hinguckersäulen aus Röhren und Perlen

gemeinsam Töpfern mit Eva Roux

ab 4 Jahren · #Familienangebote

Aus Ton-Röhren und Ton-Perlen und Gefundenem stecken wir hohe Säulen als Hingucker zusammen. Im Blumentopf, oder dem Gartenbeet kündigen sie vielleicht den Frühling an! Die Stücke werden anschließend gebrannt. Die Teilnahmegebühr beinhaltet Material- und Brennkosten pro Person.

**SÜDBAHNHOF** · SAMSTAG · 11:30- 13:00 UHR

**J 2/1-21**

13.02.

1.5 STD.

15,00 €

## Pflanzgefäße aus Daumenschalen und Würstchen

gemeinsam Töpfern mit Eva Roux

ab 4 Jahren · #Familienangebote

Mit den ältesten Werkzeugen der Welt, unseren Händen, formen wir Daumenschalen und vergrößern sie anschließend mit der Würstchentechnik. So entstehen Pflanzgefäße für die ersten Samen oder Blumenzwiebeln. Die Stücke werden anschließend gebrannt. Die Teilnahmegebühr beinhaltet Material- und Brennkosten pro Person.

**SÜDBAHNHOF** · SAMSTAG · 11:30- 13:00 UHR

**J 3/1-21**

13.03.

1.5 STD.

15,00 €

## Zierkugeln und Blumenspicker

gemeinsam Töpfern mit Eva Roux

ab 4 Jahren · #Familienangebote

Jetzt wird's bunt! Wir töpfern aus Kugeln und Schnecken und allerlei Stempeln fantsievolle Blumenspicker, die Fensterbank oder Balkon zum blühen bringen!. Alle Stücke werden gebrannt, und können zuhause angemalt werden. Das Material ist in der Kursgebühr enthalten.

**SÜDBAHNHOF** · SAMSTAG · 11:30- 13:00 UHR

**J 4/1-21**

17.04.

1.5 STD.

15,00 €

## Raffinierte Reliefs

gemeinsam Töpfern mit Eva Roux

ab 4 Jahren · #Familienangebote

Aus Tonplatten formen wir kunstvolle Namensschilder, Hausnummern und Bilder! Dazu brauchen wir Umdruckverfahren und Schablonen. Es wird also raffiniert! Alle Stücke werden gebrannt, und können zuhause angemalt werden. Das Material ist in der Kursgebühr enthalten.

**SÜDBAHNHOF** · SAMSTAG · 11:30- 13:00 UHR

**J 5/1-21**

15.05.

1.5 STD.

15,00 €

## Figürliches Modellieren

gemeinsam Töpfern mit Eva Roux

ab 4 Jahren · #Familienangebote

Figürliches Modellieren beschreibt eine Technik in der vollplastisch gearbeitet wird. Dabei entstehen Tiere oder Gnome, oder Dinosaurier, die es schon gibt, oder die wir noch erfinden! Alle Stücke werden gebrannt, und können zuhause angemalt werden. Das Material ist in der Kursgebühr enthalten.

**SÜDBAHNHOF** · SAMSTAG · 11:30- 13:00 UHR

**J 6/1-21**

12.06.

1.5 STD.

15,00 €

# Malen und Zeichnen und Vieles mehr!

1 x im Monat mit Angelika Teschner

Termine: 19.01./16.02./16.03./13.04./11.05./08.06.2020

Für Jugendliche, die einfach Spass am Malen und Zeichnen haben! Wir vertiefen Materialkenntnisse und üben verschiedene Techniken. Gemalt und gezeichnet wird u.a. mit Pastellkreiden oder Kohle, Farbstiften oder Tusche, Aquarellfarben, oder Acryl. Außerdem können wir einfache Drucktechniken anwenden. Anfänger und Fortgeschrittene sind gleichermaßen Willkommen! Materialkosten werden anteilig berechnet. Ein Quereinstieg ist nach Absprache möglich.

**SÜDBAHNHOF** · DIENSTAG · 18:00- 20:15 UHR  
**J 7/1-21** 19.01.- 08.06. 6 X 2,25 STD. 78,00 €

## ART-Time

Workshopreihe

#Generationsübergreifend

Art-Time lädt dich dazu ein, 1 x im Monat einen entspannten Abend in der Kunstwerkstatt im Südbahnhof zu verbringen. Komm ohne Vorkenntnisse und du wirst mit professioneller Anleitung ein eigenes Kunstwerk schaffen und mit nach Hause nehmen. Dafür stehen alle Materialien wie, Pinsel, Farben, Leinwände bereit, und sind im Preis inbegriffen.

### ZENTANGEL-ART MIT ANNE FIEDLER

**SÜDBAHNHOF** · FREITAG · 18:00- 21:00 UHR  
**J 8/1-21** 19.02. 1 X 3 STD. 48,00 €

**ANREGUNG: PABLO PICASSO 'LE RÊVE, DT. DER TRAUM' MIT E. ROUX**

**SÜDBAHNHOF** · FREITAG · 18:00- 21:00 UHR  
**J 9/1-21** 19.03. 1 X 3 STD. 48,00 €

**ANREGUNG: GEORGIA O'KEEFE, 'VOM SEENO. 1' MIT A. TESCHNER**

**SÜDBAHNHOF** · FREITAG · 18:00- 21:00 UHR  
**J 10/1-21** 30.04. 1 X 3 STD. 48,00 €

**ANREGUNG: ROBERT RAUSCHENBERG, 'BUFFALO II' MIT G. WAGE**

**SÜDBAHNHOF** · FREITAG · 18:00- 21:00 UHR  
**J 11/1-21** 21.05. 1 X 3 STD. 48,00 €

## Hier lernst du Zeichnen!

zum Schnuppern und Vertiefen mit Serpil Sögüt

#Generationsübergreifend ab 12 Jahren

Lerne die Vielfalt zeichnerischer Mittel kennen, vom Erfassen der Grundformen, Perspektive, oder die Gestaltung von Licht und Schatten durch Schraffur, übe die Freihandzeichnung, oder probiere es mal mit one-line-drawing. Gerne Skizzenbuch und/oder Bleistifte in verschiedenen Härtegraden mitbringen.

Termine: 23.01./13.02./13.03. bzw. 17.04./15.05./12.06.

**SÜDBAHNHOF** · SAMSTAG · 11:30- 13:00 UHR

**J 14/1-21** 23.01. - 13.03. 3 X 1,5 STD. 45,00 €

**J 15/1-21** 17.04. - 12.06. 3 X 1,5 STD. 45,00 €

## PITEPETE

Kreativangebot für Familien mit Eva Roux

ab 3 Jahren · #Familienangebote

Kinder sind neugierig und experimentierfreudig! Sie entwickeln spielerisch kreative Ideen, die es zu fördern gilt. Die unterschiedlichsten Techniken und Materialien erweitern das kreative Potenzial und Neues auszuprobieren macht einfach Spaß! Besonders gemeinsam mit Mutter oder Vater, oder Opa und Oma. Wir zeichnen, malen, basteln, töpfern, drucken, hämmern, etc. Jede Woche stelle ich euch eine neue kreative Idee vor! Materialien sind inbegriffen.

1. und 3. Dienstag im Monat: 19.01./02.02./16.02./02.03./16.03. bzw. 20.04./04.05./18.05./01.06./15.06.; Einzeltermine sind nur telefonisch buchbar und kosten 5,00 € pro Person

**SÜDBAHNHOF** DIENSTAG · 16:00- 17:00 UHR

**J 16/1-21** 19.01. - 16.03. 5 X 1 STD. 25,00 €

**J 17/1-21** 20.04. - 15.06. 5 X 1 STD. 25,00 €

## Nähwerkstatt für Kids

Von der Maske bis zum Federmäppchen mit Stella Kiklas

8 - 12 Jahre

Wer ihn noch nicht hat, der kann den Nähmaschinenführerschein hier machen. Dann könnt ihr wählen zwischen verschiedenen Aufgaben: Federmäppchen, Lesezeichen, Mundnasenmasken, Turnbeutel und Sorgenfresser. Wer hat, der bringt seine Nähmaschine und Stoffe mit. Es ist aber auch alles Nötige hier vorhanden!

**SÜDBAHNHOF** · SAMSTAG · 11:00- 14:00 UHR

<b>J 18/1-21</b>	20.02.	1 X 3 STD.	28,00 €
<b>J 19/1-21</b>	27.03.	1 X 3 STD.	28,00 €
<b>J 20/1-21</b>	29.05.	1 X 3 STD.	28,00 €
<b>J 21/1-21</b>	26.06.	1 X 3 STD.	28,00 €

# Ab auf die Bühne!

Theaterspiel für Kids mit Sylvia Rubinowski

ab 8 Jahren

Kinder erspielen sich die Welt. Sie lieben es, Geschichten zu erfinden, sich zu verkleiden, und einfach „drauflos zu spielen“. In diesem Theaterprojekt greifen wir die kindliche Spielbereitschaft auf. Die Kinder dürfen ihre eigene Phantasie mitbringen, diese ohne Grenzen ausspielen, in andere Rollen schlüpfen und sich beim Theaterspielen einfach ausprobieren. Das nötige Knowhow für die Bühne können sie hier erlernen.

**WERKHAUS** · DIENSTAG · 16:30- 18:00 UHR

<b>J 22/1-21</b>	02.02.- 09.03.	6 X 1,5 STD.	85,00 €
<b>J 23/1-21</b>	20.04.- 15.06.	8 X 1,5 STD.	114,00 €

## Kreatives Tanzen mit Ballettgrundlagen

für Kids im Grundschulalter mit Stefanie Habich

ab 6 Jahren ·

Wir erfahren unseren Körper als kreatives Ausdrucksmittel mit viel Spiel und Freude und Grundlagen aus dem Ballett und dem Modernen Tanz.

**WERKHAUS** · DONNERSTAG · 17:15- 18:15 UHR

**J 35/1-21** 14.01.- 24.06. 20 X 1 STD. 168,00 €

## Modernes Tanztheater für Mädchen

Workshop mit Sabine Kreuer

ab 12 Jahren

Erzähle eine Geschichte mit tänzerischen Mitteln! Das moderne Tanztheater in Deutschland bezeichnet eine Kunstform des Tanzes, die sich in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts herausbildete. Im Gegensatz zum klassischen Ballett mit seiner hoch stilisierten, traditionellen Bewegungssprache arbeitet das Tanztheater mit experimentellen Bewegungselementen und sucht nach genreübergreifenden neuen Formen für die tänzerische Darstellung. Dabei wird der theatralische Aspekt stark betont.

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 13:30- 15:00 UHR

**J 36/1-21** 06.02. 1 X 2,5 STD. 32,00 €

**J 37/1-21** 15.05. 1 X 2,5 STD. 32,00 €

## Experimenteller Tanz für Kids 1

Erobere Raum und Zeit! mit Andreas Simon

5 - 8 Jahre

Man riecht ein bisschen Gefahr und spürt doch die Konzentration für das Aushalten. Wir werden zusammen raufen und zum Tanzen kommen. Komplizierte Tänze, einfache Tänze - jeder seinen Stil - ist das möglich?

Wir werden zusammen toben und unser Körperbewusstsein schulen. Im Tanz gilt es, Raum und Zeit zu erobern und die ganze Welt, die Stadt, den Wald, den Keller. Und wo versteckt sich nur das Feine, welches einen selbst überrascht?

**WERKHAUS** · MITTWOCH · 17:00- 18:00 UHR

**J 38/1-21** 13.01. - 24.03. 10 X 1 STD. 85,00 €

**J 39/1-21** 14.04. - 23.06. 11 X 1 STD. 94,00 €

## Experimenteller Tanz für Kids 2

TalentRocket mit Andreas Simon

9 - 12 Jahre

Es wird anstrengend, es wird neu und niemand weiß, was dabei heraus kommt. Laß dich auf ein Tanztraining ein, das jedesmal anders sein kann, unterschiedliche Tanzstile beinhaltet und experimentell ist. Sei neugierig auf das was in dir steckt und mutig zu tanzen was du willst.

**WERKHAUS** · DONNERSTAG · 15:30- 17:00 UHR

**J 40/1-21** 14.01. - 25.03. 11 X 1,5 STD. 140,00 €

**J 41/1-21** 15.04. - 24.06. 9 X 1,5 STD. 115,00 €

## Kinder-YOGA

Sei ein Regenbogen! mit Isabel Mankas-Fuest

ab 6 Jahren

Yoga ist bunt und schön wie die Farben des Regenbogens. Von kräftigenden Übungen gehen wir in stillere Balance-Haltungen, entspannen und spüren die Kraft und Ruhe, die in uns steckt.

**WERKHAUS** · 3 X SAMSTAG · 11:00- 11:45 UHR

**J 42/1-21**    27.02.- 13.03.            3 X 1,5 STD.            27,00 €

**J 43/1-21**    15.05.- 29.05.            3 X 1,5 STD.            27,00 €

## Eltern-Kind-YOGA

Yoga für die ganze Familie! mit Isabel Mankas-Fuest

TN-Gebühr pro Person ab 4 Jahren · #Familienangebote

Yoga stärkt das Bewusstsein für Körper, Geist und Seele. Übe in phantasievollen Bildern gemeinsam mit deinem Kind und fördere Gesundheit, Beweglichkeit und Konzentrationsfähigkeit.

**WERKHAUS** · SAMSTAG · 12:00- 13:00 UHR

**J 44/1-21**    27.02.- 13.03.            3 X 1 STD.            18,00 €

**J 45/1-21**    15.05.- 29.05.            3 X 1 STD.            18,00 €

## Gitarre

### Kleingruppenunterricht mit Lutz Caspers

Die Einteilung erfolgt nach Alter und Vorkenntnissen.

Die Gitarre ist eines der wenigen Akkordinstrumente und eignet sich ideal zur Liedbegleitung. Vermittelt werden Zupf- und Schlagtechnik anhand von Liedbeispielen. Die Kurse sind nach Alter, Vorkenntnissen und Fertigkeiten eingeteilt. Auch Einzelunterricht

<b>WERKHAUS</b>	· FREITAG · 13:45- 14:15 UHR		
<b>J 50/1-21</b>	15.01.- 25.06.	22 X 0,5 STD.	220,00 €
<b>WERKHAUS</b>	· FREITAG · 14:15- 14:45 UHR		
<b>J 51/1-21</b>	15.01.- 25.06.	22 X 0,5 STD.	220,00 €
<b>WERKHAUS</b>	· FREITAG · 14:45- 15:30 UHR		
<b>J 52/1-21</b>	15.01.- 25.06.	22 X 0,75 STD.	330,00 €
<b>WERKHAUS</b>	· FREITAG · 15:30- 16:00 UHR		
<b>J 53/1-21</b>	15.01.- 25.06.	22 X 0,5 STD.	220,00 €
<b>WERKHAUS</b>	· FREITAG · 16:00- 16:45 UHR		
<b>J 54/1-21</b>	15.01.- 25.06.	22 X 0,75 STD.	330,00 €
<b>WERKHAUS</b>	· FREITAG · 16:45- 17:30 UHR		
<b>J 55/1-21</b>	15.01.- 25.06.	22 X 0,75 STD.	330,00 €
<b>WERKHAUS</b>	· FREITAG · 17:30- 18:00 UHR		
<b>J 56/1-21</b>	15.01.- 25.06.	22 X 0,5 STD.	220,00 €
<b>WERKHAUS</b>	· FREITAG · 18:00- 18:45 UHR		
<b>J 57/1-21</b>	15.01.- 25.06.	22 X 0,75 STD.	330,00 €

## Klavier

### Kleingruppenunterricht mit Judith Klinke

ab 6 Jahren

Klavier spielen kann Jeder! Judith Klinke möchte neben dem Training des beidhändigen Zusammenspiels die Freude an der Musik und auch das musiktheoretische Wissen so vermitteln, dass es für jedes Kind verständlich ist. Und was ein Kind verstanden hat, das beherrscht es auch!

<b>WERKHAUS</b>	· MONTAG · 16:00- 16:30 UHR		
<b>J 66/1-21</b>	11.01.- 21.06.	20 X 0,5 STD.	130,00 €
<b>WERKHAUS</b>	· MONTAG · 16:30- 17:00 UHR		
<b>J 67/1-21</b>	11.01.- 21.06.	20 X 0,5 STD.	130,00 €

## Musikgleis

Klavier, Gitarre, Saxophon und mehr mit Verschiedene

Der Preis ist pro Unterrichtsstunde. 6 bis 25 Jahre · #Musikgleis

Das Projekt Musikgleis lädt Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 14 Jahren ein, bei erfahrenen Musikdozenten mit unterschiedlichen Sprachkompetenzen ein Instrument zu erlernen. Ziel dieses Projekts ist, dieser Altersgruppe teils mit Migrationshintergrund oder mit besonderem Förderbedarf, die Teilhabe an musikalischer Bildung zu ermöglichen. Information und Anmeldung Tel. 02151 5301812

Der Musikunterricht findet im Werkhaus und im Südbahnhof statt.

**WERKHAUS** · TERMINE AUF ANFRAGE

**J 70/1-21** 11.01.- 24.06. 1 USTD. 15,00 €

## Comiczeichnen mit Jari!

Ferienworkshop mit Jari Banas

ab 10 Jahren · #JKS: Kunst & Kreativität

Ein Comiczeichnenkurs im wahrsten Sinne des Wortes: Hier werden die Grundlagen des Comiczeichnens vermittelt und eigene Comics und Mangas zum Leben erweckt. Mit den Zeichenübungen „Mimik“ und „Gestik“ werden wir unserer Figur das mit auf den Weg geben, was ein Held braucht: Charakter.

**WERKHAUS** · MONTAG BIS DONNERSTAG · 15:00- 17:00 UHR

**P 1/1-21** 29.03.- 01.04. 4 X 2 STD. 80,00 €

## Graffiti Street Art

Ferienworkshop mit Markus Krause aka 76 Ways

10 bis 16 Jahre · #JKS: Kunst & Kreativität

Dieses Angebot umfasst das Erlernen diverser Mischtechniken mit der Sprühdose. Ziel ist es, die Basics mit der Dose zu erlernen und durch die Hilfe von Pinseln, Spachtel und anderen Werkzeugen, Bilder auf kleinen und großen Formaten zu gestalten. Alle Übungen sind speziell an die Bedürfnisse von Anfängern angepasst. Zusätzlich gibt es eine allgemeine Einführung in diese Kunstform. Material ist inbegriffen.

Termine: Freitag ab 16 Uhr, Samstag ab 15 Uhr

**SÜDBAHNHOF** · FREITAG - SAMSTAG · 16:00- 18:00 UHR

**P 2/1-21** 26.03.- 27.03. 2 X 3 STD. 60,00 €

## Anime & Manga - Zeichnen für Fans!

Ferienworkshop mit Johanna Gielen & Isabel Müller

ab 12 Jahren · #JKS: Kunst & Kreativität

Wir erwecken Manga zum Leben! Hier lernst du alles über den beliebten Trend aus Japan. Sei dabei und wir helfen dir, dass Du deinen eigenen Charakter auf Papier verewigst. Dafür reichen simple Materialien, alles was Du dazu brauchst, findet sich in deinem eigenen Mäppchen.

**SÜDBAHNHOF** · DIENSTAG - FREITAG · 11:00 - 15:00 UHR

**P 3/1-21**    06.04. - 09.04.    4 X 4 STD.    128,00 €

## Familienangebote

Mysterium Bernstein	2
Hip Hop	12
Eltern-Kind-Tanz	13
Vogelfutterhaus & Meisenknödeldach	24
Hinguckersäulen aus Röhren und Perlen	24
Pflanzgefäße aus Daumenschalen und Würstchen	24
Zierkugeln und Blumenspicker	25
Raffinierte Reliefs	25
Figürliches Modellieren	25
PITEPETE	27
Eltern-Kind-YOGA	32

## Generationsübergreifend

Keramik-Workshop	2
Bewerbungstraining	5
Character Creation	6
Mit THEATER spielen	6
Entspannung	7
Klangschalen-Entspannung	8
ZEN-Meditation	10
JazzDance	12
English Country Dance	16
ART-Time	26
Hier lernst du Zeichnen!	27

## 50+

Teatime	4
Klassisches Ballett Level I + II	14
Klavier	20

## Senioren

Computerkurs	5
Tanze, Tanze ein Leben lang	13
Oldies but Goldies	18