

Kurse und Workshops 2. Halbjahr 2021

A Kunst, Kultur & Kommunikation	4
B Berufsbegleitende Bildung	6
E Theater	9
F Arbeit & Gesundheit	10
G Europa & Die Welt (Tanz)	15
H Europa & Die Welt (Musik)	24
W Projekte & Werkstätten	28
JKS: Kunst & Kreativität	30
JKS: Theater	34
JKS: Tanz	35
JKS: Musik	38
P Ferienprogramm	40
K Kulturrucksack	42
Workshop-Kalender	44

Familienangebote

Mysterium Bernstein	4
Hip-Hop	16
Eltern-Kind-Tanz	16
Gemeinsam Töpfern	30
PITEPETE	32

Generationsübergreifend

Keramik-Workshop	4
Bewerbungstraining	8
Entspannung	10
Klangschalen-Entspannung	10
JazzDance	15
Flamenco	20
English Country Dance	21
Cakewalk	29
ART-Time	31
Hier lernst du Zeichnen!	32

50+

Teatime	7
Klassisches Ballett Level I + II	17
Klavier	25

Aktiv im Alter

Computerkurs	8
Tanze, Tanze ein Leben lang	17
Fitnessangebot Oldies but Goldies	22

Freiraum21

Mit THEATER spielen	9
Theaterworkshop	9
JazzDance	15
Hip-Hop	16
New Dance	18
Poesie des Augenblicks	22
Afrikanisches Trommeln	27
Leistungskurs Experimenteller Tanz	37

Stadtterrasse

Sintala Qigong	13
Zen-Meditation	13

Werkhaus mobil

Natural Flow: Natürlich bewegen	21
BMX SCHOOL	40
Wood Creatures	42

WbW@home

Cakewalk	29
----------	----

Auch im 2. Halbjahr wird im Falle des Fortbestehens der Coronaschutzmaßnahmen das Angebot kurzfristig erweitert.

Mysterium Bernstein

Schmuckherstellung mit Brigitte Brückner

#Familienangebote #Wertvolles Wissen

Für Väter mit Kindern ab 6 Jahren

In diesem Familienangebot, 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.

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

WERKHAUS · SAMSTAG · 11:00- 14:45 UHR

A 1/2-21	04.12.	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.

Am 3. Dezember habt ihr außerdem die Möglichkeit, kreative Weihnachtsgeschenke selbst zu gestalten.

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

A 2/2-21	03.09.	1 X 4 USTD.	35,00 €
A 3/2-21	05.11.	1 X 4 USTD.	35,00 €
A 4/2-21	03.12.	1 X 4 USTD.	35,00 €

Mal- und Zeichenkurs

für Erwachsene mit Angelika Teschner

Einmal im Monat · #Begegnung

Wir malen und zeichnen mit allen Materialien, die uns in die Finger kommen: Wachsmalkreiden, Aquarellfarben, Pastellkreiden oder Kohle, wasservermalbare Stifte oder vielleicht auch Acryl.

Zu Beginn jeder Stunde gibt die Künstlerin kreative Impulse und Anregungen, so dass alle TeilnehmerInnen inspiriert werden. 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

A 5/2-21	21.09.	1 X 3 USTD.	13,00 €
A 6/2-21	26.10.	1 X 3 USTD.	13,00 €
A 7/2-21	16.11.	1 X 3 USTD.	13,00 €
A 8/2-21	14.12.	1 X 3 USTD.	13,00 €

Die Lyrikstube

Literaturkreis und Schreibwerkstatt mit Silke Fehse

#Begegnung

Gerade jetzt geht der Trend wieder zum Lesen, aber der Austausch über das Gelesene fehlt? In der „Lyrikstube“ treffen sich Gleichgesinnte, um regelmäßig Bücher zu besprechen, die von den KursteilnehmerInnen gemeinsam festgelegt oder von der Dozentin vorgeschlagen werden.

Aber wir schreiben auch selbst! Du bekommst verschiedene Schreibtechniken an die Hand und die Möglichkeit, dich kreativ mit der Gruppe und der Dozentin über deine Ideen, Inhalt, deinen Schreibstil auszutauschen, zu diskutieren und kreative Tipps und Kniffe zu erhalten.

WERKHAUS · FREITAG · 16:00- 17:30 UHR

B 1/2-21	27.08.- 08.10.	7 X 2 USTD.	49,00 €
B 2/2-21	29.10.- 17.12.	8 X 2 USTD.	56,00 €

Stimm- und Sprechtraining

Richtig sprechen, mit Spaß vorlesen mit Gerd Gräwe

inklusive 30 Minuten Pause · #Berufsbegleitende Bildung

Für SprecherInnen, VorleserInnen, OnlinerInnen und LehrerInnen. Gerade in Zeiten von Home-Office, Online-Unterricht und Telefonkonferenzen ist es wichtig, durch eine angenehme Stimme und klare Aussprache zu überzeugen. Aber auch im privaten Umfeld, sei es beim Telefonieren oder Vorlesen von Texten ist die Stimme ein wichtiges Instrument, um sich auszudrücken und souverän zu sein.

Denn deine Stimme ist dein Erscheinungsbild am Telefon, Mikrofon oder bei Online-Konferenzen. Nach diesem Workshop gewinnst du mehr Souveränität und Selbstbewusstsein.

WERKHAUS · SAMSTAG · 15:30- 19:00 UHR

B 3/2-21	11.09.	1 X 4 USTD.	32,00 €
B 4/2-21	06.11.	1 X 4 USTD.	32,00 €

Teatime

für Anfänger mit Vorkenntnissen mit Sylvia Rubinowski

#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 · 16:15- 17:45 UHR

B 5/2-21	23.08.- 04.10.	7 X 2 USTD.	88,00 €
B 6/2-21	25.10.- 13.12.	7 X 2 USTD.	88,00 €

WordPress-Schulungen

Web-Seminare für Gruppen mit Stephanie Schröder

Auf Anfrage · Administration oder Inhalte veröffentlichen

Jetzt als Webinar: Für Gruppen bieten wir individuell zugeschnittene WordPress-Schulungen an, in denen je nach Bedarf administrative Aufgaben gezeigt und erklärt werden oder das Erstellen von Inhalten Thema ist. Dabei wird auf Fragen und Wünsche der TeilnehmerInnen eingegangen.

Konkrete Anfragen bitte an das Büro in der Blücherstraße richten. 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 INDIVIDUELL AUF ANFRAGE

B 7/2-21	ADMINISTRATION
B 8/2-21	INHALTE VERÖFFENTLICHEN

Computerkurs für Senioren

Sicherheit gewinnen, Ängste abbauen mit Monika Trippelsdorf

Termine: 04.09., 18.09., 02.10. · #Aktiv im Alter

Computer und Internet bieten auch für ältere Menschen viele Möglichkeiten, den Alltag zu erleichtern: 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 Menschen neue Wege der Kommunikation, wie wir es mit „Corona“ gerade erleben.

WERKHAUS · SAMSTAG · 10:00- 12:15 UHR

B 9/2-21 04.09.- 02.10. 3 X 3 USTD. 45,00 €

Bewerbungstraining

Bewerbungsmappe bis Vorstellungsgespräch mit Silke Fehse

#Arbeit & Gesundheit #Generationsübergreifend

Das Ausbildungsjahr hat gerade begonnen und du hast noch keine Lehrstelle gefunden? Oder du bist aktuell auf der Suche nach einer neuen Aufgabe und benötigst Unterstützung? In diesem Seminar erfährst du alles von der Bewerbungsmappe bis zum Vorstellungsgespräch.

Im Anschluss an dieses Seminar besitzt jeder Teilnehmer eine vollständige Bewerbungsmappe und wichtige Tipps durch praktische Übungen zu Vorstellungsgesprächen (persönliche, telefonische und über Videokonferenzen) und Einstellungstests.

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

B 10/2-21 24.08.- 07.09. 3 X 2 USTD. 30,00 €

B 11/2-21 30.11.- 14.12. 3 X 2 USTD. 30,00 €

Mit THEATER spielen

Theatergruppe für Jung und Alt mit Sylvia Rubinowski

Unter neuer Leitung! · #Begegnung

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. Für jeden, der Lust hat, sich auf der Bühne auszuprobieren. Mit und ohne Spielerfahrung.

FREIRAUM21 · DONNERSTAG · 17:30- 19:45 UHR

E 1/2-21 26.08. - 07.10. 7 X 3 USTD. 63,00 €

E 2/2-21 28.10. - 16.12. 8 X 3 USTD. 72,00 €

Theaterworkshop

Bühne frei mit Brigitte Moesgen

Pausen werden vor Ort vereinbart · #Begegnung

Und wenn du den Eindruck hast, dass das Leben ein Theater ist, dann suche dir eine Rolle aus, die dir so richtig Spaß macht. (William Shakespeare)

An diesem Theaterworkshop-Wochenende möchte ich eure Spielfreude wecken! Ich möchte euch ermutigen, eure Talente und Fähigkeiten zu entdecken, dass ihr eurer Kreativität und Fantasie freien Lauf lasst und Hemmungen überwindet.

Was ihr dazu braucht? Nur ein bisschen Mut und viel Lust auf Spielspaß. Bitte kommt in bequemer Kleidung und tragt flache Schuhe. Außerdem solltet ihr für euer leibliches Wohl Sorge tragen. Für alle Anfänger und Fortgeschrittene

FREIRAUM21 · SAMSTAG- SONNTAG · 09:30- 15:30 UHR

E 3/2-21 04.09. - 05.09. 2 X 8 USTD. 56,00 €

E 4/2-21 11.12. - 12.12. 2 X 8 USTD. 56,00 €

Entspannung

für Körper und Seele mit Sylvia Rubinowski

Für Jugendliche und Erwachsene · #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. Zahlreiche Körperübungen, Wahrnehmungsübungen der Atembewegung, der Zusammenhang von Haltung und Atmung und die Möglichkeit, sich darüber auszudrücken, sind Teil der intensiven Selbsterfahrungen dieses Kurses. Gut zu atmen ist unerlässlich für unser Wohlfühl. Bitte mitbringen: Decke, Kissen, Socken und ein Kissen.

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

F 1/2-21	24.08.- 05.10.	7 X 2 USTD.	63,00 €
F 2/2-21	26.10.- 14.12.	8 X 2 USTD.	72,00 €

Klangschalen-Entspannung

mit Ätherischen Ölen mit Sylvia und Liam Rubinowski

Für Jugendliche und Erwachsene · #Generationsübergreifend

In diesem Workshop geht es um dein Wohlfühl und Loslassen vom Alltag. 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 und Düfte helfen zum Entspannen. Bitte mitbringen: Kuscheldecke, Kissen, Socken und ein Getränk

WERKHAUS · SAMSTAG · 15:00- 18:00 UHR

F 3/2-21	21.08.	1 X 4 USTD.	36,00 €
F 4/2-21	25.09.	1 X 4 USTD.	36,00 €
F 5/2-21	30.10.	1 X 4 USTD.	36,00 €
F 6/2-21	20.11.	1 X 4 USTD.	36,00 €
F 7/2-21	11.12.	1 X 4 USTD.	36,00 €

Ätherische Öle/Aromaöle

und ihre natürliche Heilkraft mit Sylvia Rubinowski

Inkl. Probe-Duftfläschchen · #Begegnung #Wertvolles Wissen

In diesem Kurs erfahren wir mehr über die natürliche Heilkraft ätherischer Öle und wie wir sie gezielt in unserem Alltag einsetzen können.

Da es in einem Kurs über Aroma Öle unverzichtbar ist, die Düfte zu riechen, bekommt jeder Teilnehmer ein Probeduft-Fläschchen zu den entsprechenden Ölen. In der nächsten Woche gibt es dann ein weiteres Set Öle usw. Bei Herausgabe der nächsten Öle werden die Fläschchen vom vorherigen Kurstag zurückgegeben, so dass ein steter Austausch besteht. Für die Öl-Fläschchen Prozedur wird ein zusätzliches Entgelt von insgesamt 10,00 Euro erhoben.

WERKHAUS · FREITAG · 17:30- 19:00 UHR

F 8/2-21	03.09. - 08.10.	6 X 2 USTD.	66,00 €
F 9/2-21	29.10. - 10.12.	7 X 2 USTD.	77,00 €

Die 12 Bewegungsmantren

Sintala Qigong Workshop mit Doris Moorees

zum Kennenlernen/Wiederholen · 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. Mitmachen, erleben und wohlfühlen! Auch für Wiederholer und Übungsfreudige.

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

F 10/2-21	28.10.	1 X 3 USTD.	23,00 €
F 11/2-21	11.11.	1 X 3 USTD.	23,00 €
F 12/2-21	25.11.	1 X 3 USTD.	23,00 €
F 13/2-21	09.12.	1 X 3 USTD.	23,00 €

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 14/2-21 08.11.- 13.12. 6 X 2 USTD. 90,00 €

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

F 15/2-21 31.10. 1 X 5 USTD. 48,00 €

F 16/2-21 14.11. 1 X 5 USTD. 48,00 €

Sintala Qigong Open Air

Workshop auf der Stadterrasse mit Doris Moorees

#Europa & Die Welt (Tanz) #Werkhaus mobil

An frischer Luft starten wir ganz entspannt in den Sonntag auf der neuen Stadterrasse. Es erwarten dich wohltuende Atemübungen und rhythmische Bewegungsfolgen des Sintala Qigong. Mit dieser klangvollen Bewegungskunst aktivieren wir unser Energiesystem. Belebende Schwingungen sorgen für mehr innere Harmonie und Erdung.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, einfach mitmachen, erleben und wohlfühlen!

Bei schlechtem Wetter kann die Veranstaltung innen durchgeführt werden.

STADTERRASSE · SONNTAG · 10:30- 14:15 UHR

F 17/2-21

22.08.

1 X 5 USTD.

48,00 €

Zen-Meditation

in Krisenzeiten mit Kolja Mandler

Bitte Yogakissen mitbringen · #Begegnung #Werkhaus mobil

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). Am 04.09. findet der Workshop bei schönem Wetter auf der Stadterrasse statt.

STADTERRASSE · SAMSTAG · 15:00- 16:30 UHR

F 18/2-21

04.09.

1 X 2 USTD.

16,00 €

WERKHAUS · SAMSTAG · 15:00- 16:30 UHR

F 19/2-21

20.11.

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.

Im Anschluss an den Einführungsvortrag kann eine kleine themenbezogene Aufstellung durchgeführt werden. Gerne kann auch ein Termin für eine eigene Aufstellung vereinbart werden.

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

F 20/2-21 30.09. 1 X 2 USTD. 12,00 €

Gesund und fit durch die Corona-Zeit

AYURVEDA und TCM 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.

An diesem Abend stellt Morana Paproth die beiden Heilkünste vor, die selbst nach 5000 Jahren immer noch viel zu bieten haben vor. Denn sie bedienen unvergängliche Naturgesetze und bedienen zeitlose Werte.

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

F 21/2-21 09.09. 1 X 2 USTD. 12,00 €

JazzDance

für Anfänger mit/ohne Vorkenntnisse mit Pia Khermane

#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. Der Kurs ist für Jugendliche und Erwachsene geeignet.

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

G 1/2-21	26.08.- 07.10.	7 X 2 USTD.	91,00 €
G 2/2-21	28.10.- 16.12.	8 X 2 USTD.	104,00 €

JazzDance

Workshop mit Pia Khermane

#Generationsübergreifend #Krefeld TANZT zeitgenössisch

JazzDance ist eine wundervolle Tanzart mit einer eigenen Technik. Passé, Pas de Bourrée, Pivot, Kick Ball Change, Turns. Viele Begriffe, die dem einen oder anderen vielleicht eher fremd sind. Das ist die Gelegenheit den JazzDance kennenzulernen! Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Nach Absprache kann der Workshop der Einstieg in den Kurs für Anfänger mit/ohne Vorkenntnissen sein.

FREIRAUM21 · SAMSTAG · 14:30- 16:00 UHR

G 3/2-21	26.09.	1 X 2 USTD.	20,00 €
FREIRAUM21	· SONNTAG · 14:30- 16:00 UHR		
G 4/2-21	27.11.	1 X 2 USTD.	20,00 €

Hip-Hop

Eltern-Kind-Workshop mit Alex Coda

ab 5 Jahren · #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. Jeder kann hier von jedem lernen! Euch erwartet ein Mix aus viel Spaß und Schwitzen.

Die Kursgebühr gilt pro Teilnehmer, egal ob Erwachsener oder Kind.; jedes weitere Kind zahlt die Hälfte.

FREIRAUM21 · SONNTAG · 12:00- 14:15 UHR

G 5/2-21	29.08.	1 X 3 USTD.	15,00 €
G 6/2-21	21.11.	1 X 3 USTD.	15,00 €

Eltern-Kind-Tanz

Tanzworkshop für Groß und Klein mit Stefanie Habich

Für Kinder von 0- 4 Jahren · #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! Das Mitbringen kleinerer Geschwister ist ausdrücklich erwünscht, denn auch die ganz Kleinen erleben so schon Tanz und Musik! Die Kursgebühr gilt pro Teilnehmer, egal ob Erwachsener oder Kind; jedes weitere Kind zahlt die Hälfte.

WERKHAUS · SONNTAG · 16:15- 17:45 UHR

G 7/2-21	29.08.	1 X 2 USTD.	8,00 €
G 8/2-21	19.09.	1 X 2 USTD.	8,00 €
G 9/2-21	31.10.	1 X 2 USTD.	8,00 €
G 10/2-21	28.11.	1 X 2 USTD.	8,00 €
G 11/2-21	19.12.	1 X 2 USTD.	8,00 €

Tanze, Tanze ein Leben lang

für Senioren mit Stefanie Habich

#Aktiv im Alter #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

G 12/2-21	18.09.	1 X 4 USTD.	20,00 €
G 13/2-21	13.11.	1 X 4 USTD.	20,00 €
G 14/2-21	04.12.	1 X 4 USTD.	20,00 €

Klassisches Ballett

Level I bis III mit Letha-Monique Maughan

Level I vermittelt die Grundbegriffe des klassischen Balletts und verbessert Fitness, Kondition und Gedächtnis. Klassisches Ballett muss man nicht von Kindesbeinen an lernen!

Level I + II ist sowohl für Junggebliebene als auch für 50+ TeilnehmerInnen geeignet, die schon in ihrer Kindheit / Jugend getanzt haben und wieder einsteigen möchten.

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

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

G 15/2-21	23.08.- 04.10.	7 X 2 USTD.	91,00 €
G 16/2-21	25.10.- 13.12.	7 X 2 USTD.	91,00 €

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

G 17/2-21	25.08.- 06.10.	7 X 2 USTD.	91,00 €
G 18/2-21	27.10.- 15.12.	8 X 2 USTD.	104,00 €

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

G 19/2-21	27.08.- 08.10.	7 X 2 USTD.	91,00 €
G 20/2-21	29.10.- 17.12.	8 X 2 USTD.	104,00 €

Sommerschule Klassisches Ballett

Level I + II und Level III mit Letha-Monique Maughan

Auch in diesem Jahr bieten wir in den Sommerferien wieder einen Ballettkurs für Daheimgebliebene und jene, die außerhalb der Ferien in den Urlaub fahren, an.

Level I + II: Zielgruppe dieser Sommerschule sind Anfänger mit Vorkenntnissen bis Mittelstufe ohne Altersbegrenzung.

Level III: Zielgruppe dieser Sommerschule sind Teilnehmerinnen von Mittelstufe bis Fortgeschrittene ohne Altersbegrenzung.

Eine vorherige Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

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

G 21/2-21 14.07.- 28.07. 3 X 2 USTD. 40,00 €

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

G 22/2-21 16.07.- 30.07. 3 X 2 USTD. 40,00 €

New Dance

Tanztechnik mit Andreas Simon

#Berufsbegleitende Bildung #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!

FREIRAUM21 · MITTWOCH · 19:30- 21:00 UHR

G 23/2-21 25.08.- 06.10. 7 X 2 USTD. 84,00 €

G 24/2-21 27.10.- 15.12. 8 X 2 USTD. 96,00 €

Modern Dance

zeitgenössischer Tanzkurs mit Chris Parker

#Berufsbegleitende Bildung #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

G 25/2-21	27.08. - 08.10.	7 X 2 USTD.	84,00 €
G 26/2-21	29.10. - 17.12.	8 X 2 USTD.	96,00 €

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

G 27/2-21	24.08. - 05.10.	7 X 2 USTD.	91,00 €
G 28/2-21	26.10. - 14.12.	8 X 2 USTD.	104,00 €

Salsa & Merengue

für Paare mit Salsagerd

Coronabedingt zurzeit nur für Paare · 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. Du gewinnst Sicherheit durch gut strukturierten Unterricht mit Spaß und Leichtigkeit.

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

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

G 29/2-21 11.09.- 12.09. 2 X 4 USTD. 64,00 €

G 30/2-21 06.11.- 07.11. 2 X 4 USTD. 64,00 €

Flamenco

Tanzworkshop für Frauen mit Sabina Amadia

Anfänger mit/ohne Vorkenntnisse · #Generationsübergreifend

Dieser Workshop bietet Grundtechniken des Flamencotanzes wie typische Körperhaltung, Basis der Rock- und Fußtechnik sowie perkussives Klatschen, mit dem Ziel einer kleinen choreographischen Abfolge. Sabina Amadia schafft es, in jeder Frau das verborgene Talent zu entdecken und im Flamenco-Kurs das spanische Lebensgefühl zu wecken. Jede ab 16 Jahren kann mitmachen, nach oben gibt es keine Altersbegrenzung.

Bitte feststehende Schuhe mit Blockabsatz und weitschwingende Röcke mitbringen. Flamencoschuhe und -röcke können auch jeweils für 5 € gemietet werden.

WERKHAUS · SAMSTAG- SONNTAG · 16:00- 17:30 UHR

G 31/2-21 18.09.- 19.09. 2 X 2 USTD. 52,00 €

G 32/2-21 30.10.- 31.10. 2 X 2 USTD. 52,00 €

English Country Dance

Kontratänze-Squares mit Dieter Struwe

Jugendliche und Erwachsene · #Generationsübergreifend

Es braucht keine besonderen Vorkenntnisse, den English Country Dance zu erlernen, so dass sich jeder mit und 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.

Bitte leichte, lockere Kleidung mitbringen.

WERKHAUS · SAMSTAG · 15:00- 18:00 UHR

G 33/2-21	28.08.	1 X 4 USTD.	12,00 €
G 34/2-21	09.10.	1 X 4 USTD.	12,00 €

Natural Flow: Natürlich bewegen

Mobilitäts- und Bewegungstraining mit Sabine Kreuer

Workshop in der freien Natur · #Begegnung #Werkhaus mobil

Natural Flow ist ein freies und spielerisches Bewegungskonzept und beruht auf natürlichen Bewegungsmustern des menschlichen Körpers ohne Leistungsdruck. Wir erforschen eine ganzheitliche Bewegungssprache, die natürlich und einfach ist. Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination werden in diesem Bewegungsansatz nicht getrennt voneinander, sondern gemeinsam trainiert. Dies tun wir sowohl drinnen als auch draußen in der Natur.

Der Workshop richtet sich an neugierige Menschen, die natürliche Bewegungsmuster erforschen bzw. wieder erlernen möchten und Spaß an der spielerischen Bewegung haben.

OUTBOUND · SAMSTAG - SONNTAG · 10:00- 13:00 UHR

G 35/2-21	11.09. - 12.09.	2 X 4 USTD.	56,00 €
------------------	-----------------	-------------	---------

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.

FREIRAUM21 · SAMSTAG · 15:00- 18:00 UHR

G 36/2-21 13.11. 1 X 4 USTD. 32,00 €

Oldies but Goldies

Fitnessangebot für Senioren mit Sabine Kreuer

Frauen und Männer ab 70 · #Aktiv im Alter #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 37/2-21 25.09. 1 X 4 USTD. 28,00 €

G 38/2-21 30.10. 1 X 4 USTD. 28,00 €

G 39/2-21 27.11. 1 X 4 USTD. 28,00 €

G 40/2-21 18.12. 1 X 4 USTD. 28,00 €

Sabar

Afrikanischer Tanz für Anfänger mit Léopold Lô

Basis und Intensiv 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 TeilnehmerInnen, die bisher noch keine oder wenig Erfahrung mit Sabartanz haben.

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

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

G 41/2-21 25.08. - 06.10. 7 X 2 USTD. 105,00 €

G 42/2-21 27.10. - 15.12. 8 X 2 USTD. 120,00 €

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

G 43/2-21 25.08. - 06.10. 7 X 2 USTD. 105,00 €

G 44/2-21 27.10. - 15.12. 8 X 2 USTD. 120,00 €

Südbahnhof-Chor

Von Klassik bis Moderne mit Rosa Weidental

Keine Vorkenntnisse erforderlich! · #Begegnung

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 1/2-21	25.08.- 06.10.	7 X 1,33 USTD.	70,00 €
H 2/2-21	27.10.- 15.12.	8 X 1,33 USTD.	80,00 €

UNerHÖRT

Workshopreihe 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. Dabei widmet sich jeder Workshop einem eigenen Thema. Informationen dazu findet ihr auf unserer Webseite.

WERKHAUS · SONNTAG · 11:00- 14:00 UHR

H 3/2-21	26.09.	1 X 4 USTD.	10,00 €
H 4/2-21	14.11.	1 X 4 USTD.	10,00 €

Offene Bühne

für aktive Musiker, Sänger und Künstler mit Gerd Rieger

Zuhören und Mitmachen frei! · #Begegnung

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 spontan aus der Situation heraus, ohne festlegenden Groove und harmonisches Gerüst. Die Klänge und Sounds entstehen aus dem Stegreif, im Miteinander der teilnehmenden MusikerInnen.

WERKHAUS · SAMSTAG · 20:00- 22:15 UHR

H 5/2-21	28.08.	1 X 3 USTD.	FREI
H 6/2-21	09.10.	1 X 3 USTD.	FREI

Klavier

in Kleingruppen für Erwachsene mit Judith Klinké

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

H 7/2-21	23.08.- 04.10.	7 X 1 USTD.	91,00 €
H 8/2-21	25.10.- 13.12.	7 X 1 USTD.	91,00 €

Gitarre

für Erwachsene mit Lutz Caspers

Unterricht in 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

H 9/2-21	27.08.- 08.10.	7 X 2 USTD.	91,00 €
H 10/2-21	29.10.- 17.12.	8 X 2 USTD.	104,00 €

Didgeridoo

Workshop mit Jordi Preußner

Anfänger und Fortgeschrittene

Die 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

H 11/2-21	02.10.	1 X 7 USTD.	35,00 €
------------------	--------	-------------	---------

Afrikanisches Trommeln

Level I und II mit Samuel Lamptey Lankai

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.

FREIRAUM21 · DONNERSTAG · 17:30- 19:00 UHR · LEVEL I

H 12/2-21 26.08.- 07.10. 7 X 2 USTD. 73,00 €

H 13/2-21 28.10.- 16.12. 8 X 2 USTD. 84,00 €

FREIRAUM21 · DONNERSTAG · 19:00- 20:30 UHR · LEVEL II

H 14/2-21 26.08.- 07.10. 7 X 2 USTD. 73,00 €

H 15/2-21 28.10.- 16.12. 8 X 2 USTD. 84,00 €

KRIO

Krefelder Improvisations-Orchester mit Gerd Rieger

#Europa & Die Welt (Musik)

Dirigierte Improvisation: Mit Zeichen und Gesten bietet der Dirigent den Rahmen für das Krefelder Improvisations-Orchester KRIO, den die Musiker*innen unmittelbar 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. Werde Mitglied im Krefelder Improvisations-Orchester KRIO!

WERKHAUS · SONNTAG · 11:00- 14:00 UHR

W 2/2-21

24.10.

4 USTD.

10,00 €

Dirigat mit Licht und Texten

Workshop zur ImprOper 4 mit Gerd Rieger

#Europa & Die Welt (Musik)

Für Musiker:innen und Soundtütler, für Instrumentalisten und SängerInnen, für Junge und Gereifte, TänzerInnen und Live PerformerInnen

Im Workshop werden Soundmöglichkeiten, Reaktionsfähigkeit, Materialnutzung und musikalische Parameter geprobt. Außerdem werden verschiedene Kombinationen der gemeinsamen Soundproduktion geübt (Solo, Duo, Trio, Orchester). Die Übertragung der Gedichte in musikalische Ereignisse wird geprobt. Im Anschluss Konzert

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

W 3/2-21

04.12.

3 USTD.

FREI

Cakewalk

Sound-Workshop mit Doga Sagsöz

#Europa & Die Welt (Musik) #Generationsübergreifend

Im interaktiven Video-Kurs von Doga Sagsöz könnt ihr die ersten Schritte in dem kostenlosen Musik-Programm Cakewalk lernen. Wenn ihr ein Instrument spielt und euch aufnehmen wollt, könnt ihr Cakewalk als eure Loopmaschine benutzen und eure Ideen weiter ausproduzieren. Ihr könnt natürlich auch nur mit Loops arbeiten, Beats bauen, euren Podcast aufnehmen und Stimmen schneiden und bearbeiten. Egal ob ihr Hip-Hop, Elektro, Rock, Pop oder andere Musikstile machen möchtet, Cakewalk hat alle Tools, die man braucht um Sounds und Songs zu kreieren. Musikinteressierte Neueinsteiger, Remixer, Podcaster, Musiker (Singer/Songwriter oder Bands) oder auch Filmher – Dieser Kurs vermittelt euch Programmkenntnisse, sodass ihr euch gut in dem Programm zurechtfindet und eure Ideen umsetzen könnt.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich

WbW@home · SAMSTAG · 16:00- 17:00 UHR

W 4/2-21 28.08. - 02.10. 5 X 1 STD. 40,00 €

W 5/2-21 30.10. - 11.12. 5 X 1 STD. 40,00 €

Gemeinsam Töpfern

für Kinder, Eltern, Großeltern mit Eva Roux

Kinder zahlen 6,00 € · ab 4 Jahren · #Familienangebote

Das Material ist in der Kursgebühr enthalten. Alle Stücke werden gebrannt, und können zuhause angemalt werden.

Schilder und Bilder mit Umdruckverfahren

Aus Tonplatten formen wir kunstvolle Namensschilder, Hausnummern und Bilder! Dazu brauchen wir Umdruckverfahren und Schablonen. Es wird also raffiniert!

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

J 1/2-21 11.09. 1,5 STD. 14,00 €

Stimmungsvolle Windlichter

Jetzt wird's herbstlich! Wir töpfern mit Blättern, Kastanien, oder Nüssen und allerlei Stempeln stimmungsvolle Windlichter, die Fensterbank oder Balkon zum Leuchten bringen!

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

J 2/2-21 02.10. 1,5 STD. 14,00 €

Plätzchenteller aus Daumenschalen und Würstchen

Mit den ältesten Werkzeugen der Welt, unseren Händen, formen wir Daumenschalen und vergrößern sie anschließend mit der Würstchentechnik. So entstehen Schalen, Vasen, oder Plätzchenteller.

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

J 3/2-21 06.11. 1,5 STD. 14,00 €

Schönes rund ums Kerzenlicht!

Wir töpfern Kerzenständer, Öllampen, oder Kugelleuchten für diese stimmungsvolle Jahreszeit. Schon einfache Töpfertechniken machen es möglich.

SÜDBAHNHOF · SAMSTAG · 15:00- 16:30 UHR

J 4/2-21 11.12. 1,5 STD. 14,00 €

Malen und Zeichnen und Vieles mehr!

1 x im Monat mit Angelika Teschner

Termine: 07.09., 05.10., 02.11., 07.12.

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 5/2-21

07.09. - 07.12.

4 X 2,25 STD.

63,00 €

ART-Time

Zeit für dich und deine Kreativität!

Jugendliche und Erwachsene · #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.

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

PABLO PICASSO 'LE RÊVE' MIT EVA ROUX

J 6/2-21

10.09.

1 X 3 STD.

48,00 €

ROBERT RAUSCHENBERG, 'BUFFALO II' MIT G. WAGE

J 7/2-21

08.10.

1 X 3 STD.

48,00 €

GEORGIA O'KEEFFE, 'VOM SEENO. 1' MIT A. TESCHNER

J 8/2-21

05.11.

1 X 3 STD.

48,00 €

ZENTANGEL-ART MIT ANNE FIEDLER

J 9/2-21

10.12.

1 X 3 STD.

48,00 €

Hier lernst du Zeichnen!

zum Schnuppern und Vertiefen mit Serpil Sögüt

ab 12 Jahren · #Generationsübergreifend

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.

SÜDBAHNHOF · SAMSTAG · 10:30- 13:30 UHR

J 10/2-21 04.09. 1 X 3 STD. 30,00 €

J 11/2-21 30.10. 1 X 3 STD. 30,00 €

PITEPETE

Kreativangebot für Familien mit Eva Roux

Eltern und Kinder 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. Einzeltermine sind nur telefonisch buchbar und kosten 6,00 € pro Person, Geschwisterkinder 50%

SÜDBAHNHOF · DIENSTAG · 16:15- 17:15 UHR

J 12/2-21 24.08.- 14.12. 1 X 1 STD. 6,00 €

Nähwerkstatt für Kids

Selber nähen 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

J 20/2-21	04.09.	1 X 3 STD.	28,00 €
J 21/2-21	30.10.	1 X 3 STD.	28,00 €

Löwe, Ritter oder Rakete gesucht

Schauspielkurs für Kids mit Brigitte Moesgen

5 bis 6 Jahre

Wir spielen Theater und ihr dürft sein, was ihr wollt – ein Monster, ein Einhorn, ein Pferd, ein Löwe, ein Ritter, eine Piratin, ein König, eine Rakete oder ein Baum. Wir werden gemeinsam eine Geschichte erfinden, in der ihr eure ausgesuchte Rolle (Figur) spielen könnt.

Die Phantasie ist ein erstaunliches Phänomen, das uns Menschen auszeichnet. Indem wir sie fördern, geben wir den Kindern einen wesentlichen Baustein für ihr späteres Leben mit: Kreativität, Vorstellungskraft und Spontaneität. Durch das gemeinsame Theaterspiel wird die soziale Kompetenz in einem hohen Maß gefördert und das Verarbeiten und Ausleben von Gefühlen bestärkt.

WERKHAUS · DIENSTAG · 16:00- 17:00 UHR

J 28/2-21

24.08.- 05.10.

7 X 1 STD.

56,00 €

Die Königin der Farben

Schauspielkurs für Kids mit Brigitte Moesgen

5 bis 6 Jahre

Ich bringe eine bebilderte Geschichte mit, und wir wollen sie zusammen nachspielen! Worum es in dieser Geschichte geht, wird hier noch nicht verraten. Na, habe ich eure Neugierde geweckt? Dann lasst uns Theater spielen! Durch das gemeinsame Theaterspiel wird die soziale Kompetenz in einem hohen Maß gefördert und das Verarbeiten und Ausleben von Gefühlen bestärkt.

Beim ersten Treffen kann die Begleitperson gerne dabei bleiben. Bei allen weiteren Treffen sollten die Kinder ohne Begleitperson mitmachen können.

WERKHAUS · DIENSTAG · 16:00- 17:00 UHR

J 29/2-21

26.10.- 14.12.

8 X 1 STD.

64,00 €

Kreatives Tanzen mit Ballettgrundlagen für Kids im Grundschulalter mit Stefanie Habich

ab 6 Jahren

Ihr habt Freude am Tanz und Ausdruck und wollt gemeinsam mit anderen eine positive Zeit verbringen? Ihr wollt zusammen eine kleine Choreographie entwickeln und habt eigene Ideen? Ihr wollt tänzerische Grundlagen lernen? Dann seid ihr hier genau richtig! Wir erfahren unseren Körper als kreatives Ausdrucksmittel mit viel Spiel und Freude und Grundlagen aus dem Ballett und dem Modernen Tanz.

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

J 32/2-21	25.08. - 06.10.	7 X 1 STD.	60,00 €
J 33/2-21	27.10. - 15.12.	8 X 1 STD.	68,00 €

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 36/2-21	18.09.	1,5 STD.	32,00 €
J 37/2-21	06.11.	1,5 STD.	32,00 €

Eroberer Raum und Zeit!

Experimenteller Tanz für Kids 1 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 38/2-21	25.08.- 06.10.	7 X 1 STD.	59,00 €
J 39/2-21	27.10.- 15.12.	8 X 1 STD.	68,00 €

TalentRocket

Experimenteller Tanz für Kids 2 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 40/2-21	26.08.- 07.10.	7 X 1,5 STD.	85,00 €
J 41/2-21	28.10.- 16.12.	8 X 1,5 STD.	102,00 €

Leistungskurs

Experimenteller Tanz mit Andreas Simon

Jugendliche ab 14 Jahren

Alle die Lust haben sich zu fordern, sind in diesem Kurs gut aufgehoben. Der Ausbau körperlicher Fähigkeiten verbunden mit tänzerischen Techniken steht im Mittelpunkt. Wir probieren uns aus, loten Grenzen aus und stecken uns eigene Ziele. Es gibt hier die Möglichkeit, an eigenen Projekten zu arbeiten. Du brauchst Mut und erhältst Unterstützung.

FREIRAUM21 · DIENSTAG · 18:30- 20:30 UHR

J 42/2-21	24.08. - 05.10.	7 X 2 STD.	120,00 €
J 43/2-21	26.10. - 14.12.	8 X 2 STD.	136,00 €

Gitarre

Kleingruppenunterricht mit Lutz Caspers

Einteilung nach Alter, Vorkenntnissen und Fertigkeiten

Die Gitarre ist eines der wenigen Akkordinstrumente und eignet sich ideal zur Liedbegleitung. Vermittelt werden Zupf- und Schlagtechnik anhand von Liedbeispielen.

WERKHAUS · FREITAG · 13:45- 14:15 UHR			
J 50/2-21	27.08.- 17.12.	15 X 0,5 STD.	140,00 €
WERKHAUS · FREITAG · 14:15- 14:45 UHR			
J 51/2-21	27.08.- 17.12.	15 X 0,5 STD.	140,00 €
WERKHAUS · FREITAG · 14:45- 15:30 UHR			
J 52/2-21	27.08.- 17.12.	15 X 0,75 STD.	220,00 €
WERKHAUS · FREITAG · 15:30- 16:00 UHR			
J 53/2-21	27.08.- 17.12.	15 X 0,5 STD.	140,00 €
WERKHAUS · FREITAG · 16:00- 16:45 UHR			
J 54/2-21	27.08.- 17.12.	15 X 0,75 STD.	220,00 €
WERKHAUS · FREITAG · 16:45- 17:30 UHR			
J 55/2-21	27.08.- 17.12.	15 X 0,75 STD.	220,00 €
WERKHAUS · FREITAG · 17:30- 18:00 UHR			
J 56/2-21	27.08.- 17.12.	15 X 0,5 STD.	140,00 €
WERKHAUS · FREITAG · 18:00- 18:45 UHR			
J 57/2-21	27.08.- 17.12.	15 X 0,75 STD.	220,00 €

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!

WERKHAUS · MONTAG · 16:00- 16:30 UHR			
J 66/2-21	23.08.- 13.12.	14 X 0,5 STD.	84,00 €
WERKHAUS · MONTAG · 16:30- 17:00 UHR			
J 67/2-21	23.08.- 13.12.	14 X 0,5 STD.	84,00 €

Musikgleis

Klavier, Gitarre, Saxophon und mehr

Die Kursgebühr ist pro Termin.

Das Projekt Musikgleis lädt Kinder und Jugendliche 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 801211

WERKHAUS · MONTAG- DONNERSTAG · TERMINE NACH ABSPRACHE
J 70/2-21 23.08.- 16.12. JE 1 STD. JE 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.

SÜDBAHNHOF · MONTAG BIS DONNERSTAG · 15:00- 17:00 UHR
P 1/2-21 11.10.- 14.10. 4 X 2 STD. 80,00 €

BMX SCHOOL

Workshop mit Emerson von Stülpnagel

ab 8 Jahren · #JKS: Körper & Selbserfahrung #Werkhaus mobil

Tipps und Tricks vom Profi! Lust auf Outdoor Sport in entspannter Atmosphäre mit Sonnenschein und frischer Luft? Dann bist du hier genau richtig! Der BMX Kurs richtet sich sowohl an Anfänger*innen als auch an diejenigen, die schon erste Erfahrungen auf dem BMX gesammelt haben und ihre Fähigkeiten weiterentwickeln möchten. Es werden Basics, aber auch die ersten Tricks und kleinere Sprünge auf dem Pumptrack für eine möglichst sichere Fahrweise vermittelt. Zudem besteht die Möglichkeit im Skatepark ein paar Runden zu drehen und auch coole Tipps und Tricks mitzunehmen. Für die Teilnahme ist ein Helm erforderlich!

SKATEPARK · MITTWOCH BIS FREITAG · 11:00- 14:00 UHR
P 2/2-21 07.07.- 09.07. 3 X 3 STD. 58,00 €
P 3/3-21 13.10.- 15.10. 3 X 3 STD. 58,00 €

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 · MONTAG BIS FREITAG · 10:00- 13:00 UHR

P 4/2-21

11.10. - 15.10.

5 X 3 STD.

120,00 €

Ab auf die Bühne!

Theaterspiel für Kids mit Aniels Terhaef

ab 8 Jahren · #JKS: Theater

Kinder erspielen sich die Welt. Sie lieben es, Geschichten zu erfinden, sich zu verkleiden, und einfach „drauflos zu spielen“.

In diesem Theaterprojekt tauchen wir in die Welt der Märchen ein - von den Gebrüder Grimm bis hin zu Anna und Elsa lernen die Kinder verschiedene Märchen kennen und was sie ausmachen. Mit Phantasie und Kreativität entwickeln sie dann gemeinsam ein eigenes Märchen und schlüpfen in die Rollen von Prinzessinnen, Rittern und Drachen.

WERKHAUS · DIENSTAG BIS FREITAG · 11:00- 14:00 UHR

P 5/2-21

19.10. - 22.10.

4 X 3 STD.

84,00 €

Kunst ausleihen geht das?

Entdecke zwei Kunstorte in Krefeld! mit Caudia Reich

10- 14 Jahre · #Kulturrucksack NRW

Los geht es in der Artothek Krefeld, wo ihr euch ein Kunstwerk aussuchen dürft. Vor Ort wird das große Fenster mit Masking-Tapes gestaltet, das eure Umrise abbildet. Außerdem weist ein Plakat auf das Projekt und die Ausstellungseröffnung am Freitag hin. Anschließend treffen wir uns im Südbahnhof.

In der KunstWerkstatt betrachten und besprechen wir unsere ausgesuchten Werke! Gemeinsam mit der Künstlerin Claudia Reich werdet ihr eure Anregungen in ein eigenes Werk einfließen lassen und malen, zeichnen und werkeln. Eure Kunstwerke werden mit den Originalen in der Artothek von euch aufgehängt und am Freitag bei einer Vernissage präsentiert!

SÜDBAHNHOF · DIENSTAG BIS FREITAG · 15:00- 18:00 UHR

K 3/1-21 03.08.- 06.08. 4 X 3 STD. FREI

Wood Creatures

Tanztheater mit Sabine Kreuer und Gudrun Wage

10- 14 Jahre · #Kulturrucksack NRW #Werkhaus mobil

Eine erlebnisorientierte Projektwoche zu den Themen Wald, Umwelt und Nachhaltigkeit mit der Tänzerin & Choreografin Sabine Kreuer und der Freien Künstlerin Gudrun Wage.

Durch Gruppendynamische Spiele, improvisiertes Szenenspiel, tänzerische Einführungen und Sequenzen, Sinnesübungen und Bewegungsspiele lernt ihr, eigene Tanztheater-Stücke zu entwickeln. Bei künstlerischen, tänzerischen Exkursionen auf dem Gelände des Umweltzentrum Krefeld geht ihr zentralen Fragen nach: was bedeutet Natur für mich? Wie nehme ich sie wahr und welchen Einfluss haben wir auf unsere Umwelt?

UMWELTZENTRUM · MONTAG BIS FREITAG · 10:00- 15:00 UHR

K 4/1-21 09.08.- 13.08. 5 X 5 STD. FREI

Videofilm Social Media

mit Sylvia Rubinowski und Aniela Terhaef

10- 14 Jahre · #JKS: Theater #Kulturrucksack NRW

Instagram, Snap Chat & Co

Hast Du Lust, in die Welt des Schauspiels einzutauchen und an einem Videofilm mitzuarbeiten? Was bedeutet Freundschaft in den Sozialen Medien? Wie wichtig sind Influencer? Sind Follower Freunde? Wie sieht Deine ideale Welt aus? Gibt es Schwierigkeiten mit Kritik oder Anonymität? Was Dich erwartet: Wir zeigen Dir professionelle schauspielerische Methoden, wie Du Deinen Körper, Deine Mimik und Deine Stimme einsetzt. Gemeinsam erarbeiten wir eine Szene, die zu einem Videofilm verarbeitet wird. Selbstverständlich bekommst Du im Anschluss den Film als bleibende Erinnerung.

SÜDBAHNHOF · FREITAG BIS SONNTAG · 10:00- 16:00 UHR

K 5/1-21

10.09. - 12.09.

3 X 6 STD.

FREI

21.08.	Klangschalen-Entspannung mit Sylvia und Liam Rubinowski	10
22.08.	Sintala Qigong Open-Air-Workshop mit Doris Moorees	13
28.08.	Offene Bühne für aktive Musiker mit Gerd Rieger	25
28.08.	English Country Dance Kontratänze-Squares mit Dieter Struwe	21
29.08.	Hip-Hop Eltern-Kind-Workshop mit Alex Coda	16
29.08.	Eltern-Kind-Tanz für Groß und Klein mit Stefanie Habich	16
03.09.	Keramik-Workshop Modellieren mit Ton mit Eva Roux	4
04.09.	Zen-Meditation in Krisenzeiten mit Kolja Mender	13
04.09.	Hier lernst du Zeichnen! Workshop mit Serpil Sögüt	32
04.09.	Nähwerkstatt für Kids Selber nähen mit Stella Kiklas	33
04.+05.09.	Theaterworkshop Bühne frei mit Brigitte Moesgen	9
09.09.	Gesund und fit durch die Corona-Zeit Ayurveda und TCM mit Morana Paproth	14
10.09.	ART-Time Zeit für dich und deine Kreativität!	31
11.09.	Stimm- und Sprechtraining Richtig sprechen mit Gerd Gräwe	6
11.09.	Gemeinsam Töpfern für Kinder, Eltern, Großeltern mit E. Roux	30
11.+12.09.	Natural Flow: Natürlich bewegen Bewegungstraining mit Sabine Kreuer	21
11.+12.09.	Salsa & Merengue für Paare mit Salsagerd	20
18.09.	Tanze, Tanze ein Leben lang für Senioren mit Stefanie Habich	17
18.09.	Modernes Tanztheater für Mädchen Workshop mit Sabine Kreuer	35

18.+19.09.	Flamenco Tanzworkshop mit Sabina Amadia	20
19.09.	Eltern-Kind-Tanz für Groß und Klein mit Stefanie Habich	16
21.09.	Mal- und Zeichenkurs für Erwachsene mit Agelika Teschner	5
25.09.	Oldies but Goldies Fitnessangebot 70+ mit Sabine Kreuer	22
25.09.	Klangschalen-Entspannung mit Sylvia und Liam Rubinowski	10
26.09.	UNerHÖRT Workshopreihe mit Gerd Rieger	24
26.09.	JazzDance Workshop mit Pia Kherrmane	15
30.09.	Systemische Aufstellung Vortrag mit Morana Paproth	14
02.10.	Gemeinsam Töpfern für Kinder, Eltern, Großeltern mit E. Roux	30
02.10.	Didgeridoo Workshop mit Jordi Preußner	26
08.10.	ART-Time Zeit für dich und deine Kreativität!	31
09.10.	English Country Dance Kontratänze-Squares mit Dieter Struwe	21
09.10.	Offene Bühne für aktive Musiker mit Gerd Rieger	25
24.10.	KRIO Improvisations-Orchester mit Gerd Rieger	28
26.10.	Mal- und Zeichenkurs für Erwachsene mit Agelika Teschner	5
28.10.	Die 12 Bewegungsmantren Sintala Qigong mit Doris Moorees	11
30.10.	Hier lernst du Zeichnen! Workshop mit Serpil Sögüt	32
30.10.	Nähwerkstatt für Kids Selber nähen mit Stella Kiklas	33
30.10.	Oldies but Goldies Fitnessangebot 70+ mit Sabine Kreuer	22

30.10.	Klangschalen-Entspannung mit Sylvia und Liam Rubinowski	10
30.+31.10.	Flamenco Tanzworkshop mit Sabina Amadia	20
31.10.	Eltern-Kind-Tanz für Groß und Klein mit Stefanie Habich	16
31.10.	Tanz der Elemente Sintala Qigong mit Doris Moorees	12
05.11.	Keramik-Workshop Modellieren mit Ton mit Eva Roux	4
05.11.	ART-Time Zeit für dich und deine Kreativität!	31
06.11.	Stimm- und Sprechtraining Richtig sprechen mit Gerd Gräwe	6
06.11.	Gemeinsam Töpfern für Kinder, Eltern, Großeltern mit E. Roux	30
06.11.	Modernes Tanztheater für Mädchen Workshop mit Sabine Kreuer	35
06.+07.11.	Salsa & Merengue für Paare mit Salsagerd	20
11.11.	Die 12 Bewegungsmantren Sintala Qigong mit Doris Moorees	11
13.11.	Poesie des Augenblicks Ausdruckstanz mit Sabine Kreuer	22
13.11.	Tanze, Tanze ein Leben lang für Senioren mit Stefanie Habich	17
14.11.	Tanz der Elemente Sintala Qigong mit Doris Moorees	12
14.11.	UNerHÖRT Workshopreihe mit Gerd Rieger	24
16.11.	Mal- und Zeichenkurs für Erwachsene mit Agelika Teschner	5
20.11.	Zen-Meditation in Krisenzeiten mit Kolja Mendler	13
20.11.	Klangschalen-Entspannung mit Sylvia und Liam Rubinowski	10
21.11	Hip-Hop Eltern-Kind-Workshop mit Alex Coda	16

25.11.	Die 12 Bewegungsmantren Sintala Qigong mit Doris Moorees	11
27.11.	JazzDance Workshop mit Pia Khermane	15
27.11.	Oldies but Goldies Fitnessangebot 70+ mit Sabine Kreuer	22
28.11.	Eltern-Kind-Tanz für Groß und Klein mit Stefanie Habich	16
03.12.	Keramik-Workshop Modellieren mit Ton mit Eva Roux	4
04.12.	Dirigat mit Licht und Texten ImprOper4-Workshop mit Gerd Rieger	28
04.12.	Tanze, Tanze ein Leben lang für Senioren mit Stefanie Habich	17
04.12.	Mysterium Bernstein Schmuckherstellung mit Brigitte Brückner	4
09.12.	Die 12 Bewegungsmantren Sintala Qigong mit Doris Moorees	11
10.12.	ART-Time Zeit für dich und deine Kreativität!	31
11.12.	Gemeinsam Töpfern für Kinder, Eltern, Großeltern mit E. Roux	30
11.12.	Klangschalen-Entspannung mit Sylvia und Liam Rubinowski	10
11.+12.12.	Theaterworkshop Bühne frei mit Brigitte Moesgen	9
14.12.	Mal- und Zeichenkurs für Erwachsene mit Agelika Teschner	5
18.12.	Oldies but Goldies Fitnessangebot 70+ mit Sabine Kreuer	22
19.12.	Eltern-Kind-Tanz für Groß und Klein mit Stefanie Habich	16