

### Anmeldung

Alle Kurse sind, wenn nicht anders angegeben, offen und nicht fortlaufend. Es erfolgt keine zentrale Kursanmeldung! Kommt vorbei, macht mit!

### Preise

Yogakurse: Einzelticket: 5,- Euro, 10er Karte 45,- Euro (mit Berlinpass: 36,- Euro)

Kurse für Kinder & Familien: Einzelticket: 5,- Euro, 5er Karte 20,- Euro, Krabbelgruppen: 3,- Euro pro Termin

Die Kursgebühren sind am Tag des Kurses zu entrichten.

5er- und 10er Karte sind ab Ausstelldatum 6 Monate gültig und müssen nicht fortlaufend eingelöst werden

### Ort

Soweit nicht anders angegeben, finden alle Kurse in den Kursräumen in der Kieffholzstraße 20 statt

### Räume mieten?

Die KungerkiezInitiative e.V. stellt ihre Räume grundsätzlich auch anderen zur Verfügung, sei es um ein eigenes Angebot zu realisieren oder um sich einfach nur zu treffen. Auch Kindergeburtstage oder Seminare und Workshops finden hier in vier Räumen mit unterschiedlichen Größen und Ausstattungen ihren Platz. Die erhobene Miete geht direkt in die Deckung unserer monatlichen Unkosten und hilft, die Räume für die Allgemeinheit zu erhalten. Die Preise sind gestaffelt nach Sozial-, Normal- und Förderpreis und unter [www.kungerkiez.de](http://www.kungerkiez.de) nachzulesen.

**Bitte achtet auf die Aushänge in der Galerie und in den Kursräumen oder schaut ins Internet:**

[www.kungerkiez.de](http://www.kungerkiez.de) oder folgt uns bei [Facebook](https://www.facebook.com/kungerkiez)

Wir freuen uns über Spenden – unter:  
<https://www.betterplace.org/de/organisations/14565-kungerkiezinitiative-e-v> oder [Einkäufe](https://www.einkaufe.de/bildungsspende/kungerkiez) über den Bildungsspende:  
<https://www.bildungsspende.de/kiezini>

Weitere Infos und Anmeldung bei den jeweiligen Kursleitern

### Shiatsu (Körperarbeit)

mit Olga Koch

Shiatsu ist eine aus Japan stammende Form der Körperarbeit. Gönnen Sie sich eine kurze Auszeit vom Alltag! Termine: nach Vereinbarung  
Kontakt: 0151/25853489 oder [olga@misscut.com](mailto:olga@misscut.com)

### Systemische Beratung

Katja und Anne bieten systemische Beratung bei wichtigen (Lebens-) Entscheidungen und in schwierigen Situationen an. Kosten: ab 20 Euro.  
Weitere Infos und Terminabsprachen bei Katja: [katja.feldt@gmail.com](mailto:katja.feldt@gmail.com) oder Anne: [aglieden@posteo.de](mailto:aglieden@posteo.de)

### Qigong: Mi 9.00 Uhr und Do 17.00 Uhr

Basale Übungen aus verschiedenen Qigong-Traditionen helfen uns, den natürlichen Fluss der Energie im Körper zu unterstützen und zu harmonisieren. Wir finden die Möglichkeit, Vitalität und Entspannung, Erdung und Aufrichtung gleichermaßen zu erleben und darin ein natürlich-dynamisches Gleichgewicht zu finden.

### Nähen: Reparier Deine textilen Lieblinge & mach' es fertig!

Donnerstags 18-21 Uhr, Wiederbeginn: 1. März

Kosten: 6€, Ort: Galerie Kungerkiez

NEU

Hilfestellung und Motivation bietet Edda Neugebauer: Alte Klamotten reparieren, Angefangenes fertigstellen. Bitte meldet Euch vorher an und teilt mit was Ihr nähen wollt: [klima@kungerkiez.de](mailto:klima@kungerkiez.de). Maximal 10 Teilnehmende.

Weitere Workshop zu Upcycling, Urban Gardening etc. unter [www.klima.kungerkiez.de](http://www.klima.kungerkiez.de) oder [facebook/GutesKlimaKiez/](https://www.facebook.com/GutesKlimaKiez/)

### Workshop: Courage und Saboteur | 11.2., 12-14 Uhr

Im Kurs wird mit der Anwendung von Selbstbehauptungs-Techniken die eigene Courage geschult und mit Hilfe schamanischer Aufstellung die hinderlichen Aspekte betrachtet.

Bitte anmelden: [widmoser@gmx.net](mailto:widmoser@gmx.net) | 0179 5197432

Kosten: Euro 15

**Die KungerkiezInitiative e.V. ist ein eingetragener gemeinnütziger Verein und anerkannter Träger der freien Jugendhilfe. Ihr Ziel ist die Förderung von Kunst und Kultur, die Schaffung von (Kurs-)Angeboten für alle AnwohnerInnen sowie die Belebung der Stadtteilkultur. Getragen wird der Verein durch Spenden, Mitgliedsbeiträge und das große ehrenamtliche Engagement vieler BürgerInnen des Kungerkiezes. Weitere Informationen unter [www.kungerkiez.de](http://www.kungerkiez.de)**

Alle Angaben ohne Gewähr – Änderungen vorbehalten – Aktuelle Informationen unter [www.kungerkiez.de](http://www.kungerkiez.de) und bei Facebook!

Stand:01.02.2018



KungerkiezInitiative e.V. in Alt-Treptow

**Nachbarn für Nachbarn**

# Bürgerkurse

## Kursprogramm Februar 2018

# Bürgerkurse

Februar 2018



Yoga-Kurse*		
<b>Hatha Yoga</b> Mo 9.30-11.00	mit Conny Gritzner	
<b>Selbstverteidigung für Mädchen</b> Mo 16.30-18.00	mit Sigrid Widmoser	Beginn: 12. März
<b>Kundalini Yoga</b> Mo 20.15-21.45	mit Bela Catherin Brunn	
<b>Kinderyoga</b> Die 16-16.45	mit Gesine Ufkes	3 bis 6 Jahre
<b>Hatha Yoga</b> Di 18.30-20.00	mit Anna Jarad	
<b>Hatha Yoga</b> Di 20.15-21.45	mit Anna Jarad	
<b>Hatha Yoga</b> Mi 9.00-10.30	mit Tina Grünbauer	Anfänger und Fortgeschrittene
<b>Yoga mit Baby</b> Mi 10.45-11.45	mit Sandra Moreno	
<b>Vinyasa Yoga</b> Mi 18.30-20.00	mit Katharina Knoll	offen für alle Niveaus
<b>Vinyasa Yoga</b> Mi 20.15-21.45	mit Monique Lehnerz	offen für alle Niveaus
<b>Sanftes Yoga</b> Do 9.00-10.00	mit Marianne Schmitz	Hatha Yoga
<b>Wake up Yoga</b> Fr 9.15-10.45	mit Katrin Uecker	Element Yoga
<b>Hatha Yoga</b> Fr 11.00-12.30	mit Katrin Tuppinger	
<b>Hatha Yoga</b> Fr 19.00-20.30	mit Valentine Linke	
<b>Kundalini</b> Sa 11.30-13.00	mit Diana Smith	8,- € pro Termin/ 10er Karte 70,- Euro
<b>Sunday Yoga</b> So 9.00-10.30	mit Tina Grünbauer	Anfänger und Fortgeschrittene

NEU

## Kreativangebote in der Nachbarschaftsgalerie

<b>Malen und Zeichnen</b>	Mi 16.30-18.30	Mit Monika Schelk
	10,- / erm. 8,- € - Anmeldung: 0173-9174671	
<b>Nähen</b>	18.00-21:00 Uhr	ab 1.3.
	6,-Euro / mit Edda Neugebauer	
	bitte anmelden unter: klima@kungerkiez.de	
<b>(Flüchtlings)Chor:</b>	Mo 19:45 Uhr	Mit Tilmann Albrecht
<b>Die Weltberliner</b>	Anm.: <a href="mailto:mail@die-weltberliner.de">mail@die-weltberliner.de</a>	
Kiezclub Gérard Philipe	Karl-Kunger-Straße 30	

## Kurse für Kinder & Familien\*

<b>Yoga mit Baby</b> Mi 10.45-11.45	mit Sandra Moreno	5,-/ 10er Karte: 45,-€
<b>Offene Krabbelgruppen</b> [ab 6 Monaten]	Mo 9.30-11.30 Mi 15.30-17.30 Do 9.30-11.30	[3 € inkl. Kaffee, Tee]
<b>Beat Babies I</b> [ab 8 Monaten]	Mo 15.15-16.15	
<b>Beat Babies II</b> [ab 8 Monaten]	Di 14.15-15.15	Singen & Musizieren mit Michael Schmitz
<b>Beat Babies III</b> [ab 12 Monaten]	Di 15.30-16.30	Singen & Musizieren mit Michael Schmitz
<b>Kindertanz- und Bewegungslieder</b> [2-4 Jahre]	Mi 15.30-16.30	Rhythmus & Bewegung mit Michael Schmitz
<b>Beat Babies Dancing</b> [ab 12 Monaten]	monatliche Kleinkind-Disco in der K20 auf Spendenbasis, aktuelle Termine unter <a href="http://www.kungerkiez.de">www.kungerkiez.de</a> oder <a href="https://www.facebook.com/kungerkiez/">https://www.facebook.com/kungerkiez/</a>	
<b>Kinderyoga</b> [3 bis 6 Jahre]	Di 16.00-16.45	mit Gesine Ufkes
<b>Kinderyoga</b> [ab 6 Jahre]	Di 17.00-17.45	mit Gesine Ufkes
<b>Beginn: 13. Februar</b>	Anmelden unter: <a href="mailto:gufkes@gmx.de">gufkes@gmx.de</a>	
<b>Kinderlieder auf der Ukulele begleiten</b>	mit Michael Schmitz – Anm. 0176 29 44 2002	
Mo 20.15-21.45	5er-Karte 20,- € / Anfänger	
Mi 20.15-21.45	5er-Karte 20,- € / Fortgeschrittene	
* Ort (wenn nicht anders angegeben): Kieholzstraße 20		

NEU

## Sprache & Literatur

<b>Literarische Schreibwerkstatt</b>	auf Spendenbasis
Fr. 12.00-13.30	Infos.: 0172/ 4369351
<b>Deutsch (Niveau A2)</b>	mit Michael Schmitz 0176/ 29 44 2002 (6 X 90 Min. = 30 €)
Mi 18.30-20.00	
Weitere Kurse, wie z.B. gezielte Prüfungsvorbereitung, sind auf Anfrage möglich.	

## Weitere Sport- & Bewegungsangebote\*

<b>Tango Einsteigerkurs</b>	mit Martina Thissen, bitte anmelden unter: <a href="mailto:tango@berlin-tanz.com">tango@berlin-tanz.com</a>
Mo 18.00 -19.30 Uhr	Nachbarschaftsgalerie
<b>Fit und Aktiv – 50 +</b>	mit Tina Grünbauer
Mo 19.00-20.00	

## Weitere Sport- & Bewegungsangebote\*

<b>CANTIENICA®- Beckenbodentraining</b>	8,-Euro/ erm. 6,-	mit Antje Rüttgardt
Di 8.30 und 10.00 Uhr	Nur mit Anmeldung unter: <a href="mailto:info@leben-in-bewegung.eu">info@leben-in-bewegung.eu</a>	
<b>Feldenkrais/Körperarbeit</b>	4€/ 10er 36€	mit Rita Mohn
Di 10.00-11.00	Infos und Anmeldung:	
Mi 17.00-18.00	<a href="mailto:feldenkrais-in-treptow@gmx.de">feldenkrais-in-treptow@gmx.de</a>	
<b>Qigong</b>	Mit Gerolf Kaßbaum	
Mi 9.00-10.30		
Do 17-18.15		
<b>Wirbelsäulentraining</b>	Übungsgruppe	
Do 18.30-20.00		
<b>Pilates</b>	mit Monia Marini	
Do 20.15-21.45	Anfänger und Fortgeschrittene	
<b>Tanz dich neu</b>	02.02 bis 23.03.17	60,-/ erm. 45,-
Fr 17-18.15	Infos und Anmeld.: <a href="mailto:maike.gaca@gmx.de">maike.gaca@gmx.de</a>	
<b>Tai Chi</b>	mit Ines Kuth	
Sa 9.30-11.00	auf Spendenbasis; offene Übungsgruppe bei gutem Wetter im Schlesischen Busch	

**In eigener Sache** - Die KungerKiezInitiative e.V. ist ein rein ehrenamtlicher Verein ohne öffentliche Regelförderung. Unsere Angebote sind nur möglich durch das Engagement von Freiwilligen. Bitte helft mit, die Ausstattung und die Räume in guten Zustand zu erhalten, damit auch in Zukunft Menschen vom Angebot profitieren können. Danke!

## Weitere Projekte der KiezInitiative...

- ★ **KIEZ-KUNST-KULTUR** – Monatlicher Kiezflier für Alt-Treptow mit vielen Veranstaltungshinweisen und Portrait von Kiez-Akteuren  
Infos unter: <http://www.facebook.com/Kungerkiezflier>
  - ★ **Galerie KungerKiez** – Monatlich wechselnde Ausstellungen, Lesungen, Podiumsdiskussionen und Konzerte – Infos unter: <https://de-de.facebook.com/GalerieKungerkiez>
  - ★ **Kunger.Kiez.Theater** – Das OFF-Theater im KungerKiez – VIELFÄLTIG ANDERS UND IMMER NEU! <http://theater.kungerkiez.de>  
<https://www.facebook.com/Kunger.Kiez.Theater>
  - ★ **Chor: Die Weltberliner** – Singen verbindet! Infos unter: <https://www.facebook.com/Berliner-Flüchtlingschor>
  - ★ **GuKuK** – Klimaprojekt – [www.klima.kungerkiez.de](http://www.klima.kungerkiez.de)
  - ★ **Baumscheibenfest** – Nicht-kommerzielles und dezentrales Kiezfest: Infos unter: <http://www.baumscheibenfest.de/>  
<https://www.facebook.com/Baumscheibenfest/>
- Mehr unter [www.kungerkiez.de](http://www.kungerkiez.de)