

Weitere Infos und Anmeldung bei den jeweiligen Kursleitern

Helmut Erler - TaKeTiNa - Rhythmusreisen

Rhythmisches Lernen ist menschliches Lernen. TaKeTiNa ist ein musikalischer Gruppenprozess - ausgehend davon, dass alle Menschen eine rhythmische Begabung besitzen. Im-Rhythmus-Sein ist für uns alle ein tiefes Gefühl von Heimat. **donnerstags 18.30 Uhr ab 08.03.2018 - bei Fragen: hey@heyrec.org**

NEU

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

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 oder Anne: 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: 8. März
Kosten: 6€, Ort: Galerie KungerKiez

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. Maximal 10 Teilnehmende.

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

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 Kunger-Kiezes. Weitere Informationen unter www.kungerkiez.de

März 2018 - KungerKiezInitiative e.V.

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 nachzulesen.

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

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

Wir freuen uns über Spenden

(<https://www.betterplace.org/de/organisations/14565-kungerkiezinitiative-e-v>) oder Einkäufe über den

Bildungsspender: <https://www.bildungsspender.de/kiezini>



KungerKiezInitiative e.V. in Alt-Treptow

Nachbarn für Nachbarn

Bürgerkurse

Kursprogramm März 2018

Bürgerkurse

März 2018



Yoga-Kurse*

| | | |
|---|---|--|
| Hatha Yoga Mo 9.30-11.00 | mit Conny Gritzner | |
| Selbstverteidigung für Mädchen Mo 16.30-18.00 | mit Sigrid Widmoser Beginn: 12. März | |
| Kundalini Yoga Mo 20.15-21.45 | mit Bela Catherin Brunn | |
| Kinderyoga Die 16-16.45/ 17-17.45 | mit Gesine Ufkes 3 bis 6 Jahre/ ab 6 Jahre | |
| Hatha Yoga Di 18.30-20.00 | mit Valentine Linke | |
| Hatha Yoga Di 20.15-21.45 | mit Valentine Linke | |
| Hatha Yoga Mi 9.00-10.30 | mit Tina Grünbauer Anfänger und Fortgeschrittene | |
| Yoga mit Baby Mi 10.45-11.45 | mit Sandra Moreno | |
| Vinyasa Yoga Mi 18.30-20.00 | mit Katharina Knoll offen für alle Niveaus | |
| Vinyasa Yoga Mi 20.15-21.45 | mit Monique Lehnerz offen für alle Niveaus | |
| Sanftes Yoga Do 9.00-10.00 | mit Marianne Schmitz Hatha Yoga | |
| Yoga für Schwangere Do 10.30-12.00 | mit Severine Scala (ab 22. März) 8,- €/ erm. 6,- €; 10er Karte 70,-/50,-€ | |
| Yoga Do 20.15-21.45 | mit Conny Gritzner Mix aus Hatha & Vinyasa | |
| Wake up Yoga Fr 9.15-10.45 | mit Katrin Uecker Element Yoga | |
| Hatha Yoga Fr 11.00-12.30 | mit Katrin Tuppinger | |
| Hatha Yoga Fr 19.00-20.30 | mit Valentine Linke | |
| Kundalini Sa 11.30-13.00 | mit Diana Smith 8,- € pro Termin/ 10er Karte 70,- Euro | |
| Sunday Yoga So 9.00-10.30 | mit Tina Grünbauer Anfänger und Fortgeschrittene | |

Kreativangebote in der Nachbarschaftsgalerie

| | | |
|--|-----------------|---|
| Malen und Zeichnen 10,- / erm. 8,- € - Anmeldung: 0173-9174671 | Mi 16.30-18.30 | Mit Monika Schelk |
| Nähen 6,-Euro / mit Edda Neugebauer bitte anmelden unter: klima@kungerkiez.de | 18.00-21:00 Uhr | ab 8.3. |
| (Flüchtlings)Chor: Die Weltberliner Kiezclub Gérard Philipe | Mo 19:45 Uhr | Mit Tilmann Albrecht Anm.: mail@die-weltberliner.de Karl-Kunger-Straße 30 |

Kurse für Kinder & Familien*

| | | |
|---|--|---|
| Yoga mit Baby Mi 10.45-11.45 | mit Sandra Moreno 5,-/ 10er Karte: 45,-€ | |
| Offene Krabbelgruppen [ab 6 Monaten] | Mo 9.30-11.30 Mi 15.30-17.30 Do 9.30-11.30 | } [3 € inkl. Kaffee, Tee] |
| Beat Babies I [ab 8 Monaten] | Mo 15.15-16.15 | |
| Beat Babies II [ab 8 Monaten] | Di 14.15-15.15 | Singen & Musizieren mit Michael Schmitz |
| Beat Babies III [ab 12 Monaten] | Di 15.30-16.30 | Singen & Musizieren mit Michael Schmitz |
| Kindertanz- und Bewegungslieder [2-4 Jahre] | Mi 15.30-16.30 | Rhythmus & Bewegung mit Michael Schmitz |
| Beat Babies Dancing [ab 12 Monaten] | monatliche Kleinkind-Disco in der K20 auf Spendenbasis, aktuelle Termine unter www.kungerkiez.de oder https://www.facebook.com/kungerkiez/ | |
| Kinderyoga [3 bis 6 Jahre] | Di 16.00-16.45 | mit Gesine Ufkes |
| Kinderyoga [ab 6 Jahre] | Di 17.00-17.45 | mit Gesine Ufkes |
| | Anmelden unter: gufkes@gmx.de | |

* Ort (wenn nicht anders angegeben): Kiefholzstraße 20

Sprache & Literatur & Musik

| | | |
|---|---|--|
| Literarische Schreibwerkstatt Fr. 12.00-13.30 | auf Spendenbasis Infos.: 0172/ 4369351 | |
| Deutsch (Niveau A2) Mi 18.30-20.00 | mit Michael Schmitz/ 0176 29 44 2002 (6 X 90 Min. = 30 €) | |
| Kinderlieder auf der Ukulele begleiten Mo 20.15-21.45 Mi 20.15-21.45 | mit Michael Schmitz – Anm. 0176 29 44 2002 5er-Karte 20,- € / Anfänger 5er-Karte 20,- € / Fortgeschrittene Anfänger | |
| TakeTiNa - Rhythmusreisen Do 18.30-20.00 | mit Helmut Erler Start: 8. März 2018 Anfängerinnen und Profis, Vorkenntnisse oder Instrumente sind nicht erforderlich. Einsteigen ist jederzeit möglich. | |

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 Sport- & Bewegungsangebote*

| | | |
|--|---|--|
| „Aufrecht in den Tag“ - CANTIENICA®-Beckenbodentraining Di 8.30 und 9.30 Uhr | 8,-Euro/ Erm. möglich | mit Antje Rüttgardt Nur mit Anmeldung unter: 0179 766 79 54 oder mail@-koerperarbeit.de |
| Feldenkrais/Körperarbeit Di 10.00-11.00 Mi 17.00-18.00 | 4€/ 10er 36€ | mit Rita Mohn Infos und Anmeldung: feldenkrais-in-treptow@gmx.de |
| Qigong Mi 9.00-10.30 Do 17-18.15 | Mit Gerolf Kaßbaum | |
| Fit und Aktiv – 50 + Mo 19.00-20.00 | mit Tina Grünbauer | |
| Tai Chi Sa 9.30-11.00 | mit Ines Kuth auf Spendenbasis; offene Übungsgruppe bei gutem Wetter i m Schlesischen Busch | |
| Wirbelsäulentraining Do 18.30-20.00 | Übungsgruppe mit Michaela | |
| Tanz dich neu Fr 17-18.15 | (Achtung: nicht in Osterferien) Infos und Anmeldung: maike.gaca@gmx.de | 60,-/ erm. 45,- |
| Tango Einsteigerkurs Mo 18.00 -19.30 Uhr | Mit Martina Thissen, bitte anmelden: unter: tango@berlin-tanzt.com Nachbarschaftsgalerie | |

Weitere Projekte der KiezInitiative...

- ★ **KIEZ-KUNST-KULTUR** – Monatlicher Kiezflyer für Alt-Treptow mit vielen Veranstaltungshinweisen und Portrait von Kiez-Akteuren
Infos unter: <http://www.facebook.com/Kungerkiezflyer>
- ★ **Galerie Kungerkiez** – Monatlich wechselnde Ausstellungen, Lesungen, Podiumsdiskussionen und Konzerte – Infos unter: <https://de-de.facebook.com/GalerieKungerkiez>
- ★ **Workshops – Veranstaltungen – Lesungen** und vieles mehr
<https://www.facebook.com/kungerkiez>
- ★ **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 (Garten, Lastenräder und vieles mehr) - b
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