



**Kulturgemeinde  
Kelkheim e.V.**

Jazzclub | Klassik | Kleinkunst  
Kindertheater | Kurse | Lesungen

# Kursprogramm Frühjahr 2022



**Für alle Kurse gilt 2G und/oder die  
jeweils aktuellen Corona-Regeln**



In Kooperation mit dem Magistrat der Stadt Kelkheim  
[www.kulturgemeinde-kelkheim.de](http://www.kulturgemeinde-kelkheim.de)

MITGLIEDSCHAFT  
ANMELDUNG und Einzugsermächtigung



Gläubiger ID: DE19ZZZ00000636044

Ich möchte Mitglied in der Kulturgemeinde Kelkheim e. V. werden und ermächtige den Verein die Mitgliedsbeiträge zu Lasten meines Kontos mittels Lastschrift abzubuchen. Die Belastung des Jahresbeitrages in Höhe von 18,00 Euro für Einzelpersonen (27,00 Euro für Partnerschaft, gleiche Anschrift vorausgesetzt) erfolgt jeweils im Sommer jeden Jahres. Wir versichern, die E-Mail-Adresse nicht an Dritte weiterzugeben.

Name: .....

Vorname: .....

Straße: .....

Ort: .....

Telefon: .....

Geldinstitut: .....

IBAN: - - - - -

Sepa-Lastschrift gültig ab: .....

E-Mail: .....

Unterschrift: .....

Datum: .....



**Kulturgemeinde Kelkheim e.V.**  
**Unter den Birken 54**  
**65779 Kelkheim**

<b>Inhalt</b>	<b>Seite</b>
<b>Mitgliedsantrag</b> .....	<b>02</b>
<b>Zeichnen und Malen</b> .....	<b>04 - 05</b>
<b>Handwerkliche Kurse</b> .....	<b>06 - 08</b>
<b>Textiles Handwerk</b> .....	<b>08 - 09</b>
<b>Gesundheit-Bewegung-Entspannung</b> .....	<b>10 - 16</b>
<b>Sonstige Kurse</b> .....	<b>16 - 17</b>
<b>Kurse für Kinder und Jugendliche</b> .....	<b>18 - 19</b>
<b>Vorschau</b> .....	<b>20 - 23</b>

### **Hinweise:**

**Alle angebotenen Kurse finden unter den 2G-Regeln und den jeweils aktuellen Hygiene- und Abstandsregeln statt.**

**Sie weisen Ihre Impfung oder Genesung nach, ebenso werden die Kursleitungen dies auch Ihnen gegenüber tun.**

**Für Kinder und Jugendliche ist das Impftest-Heft zu jeder Kursstunde mitzubringen!**

Alle Kurse sind für Jedermann zugänglich, egal in welchen Räumlichkeiten sie stattfinden.

Für Anmeldung und Informationen haben die Kursleiterinnen und Kursleiter ihre privaten Telefonnummern und E-Mail-Adressen zur Verfügung gestellt.

Die Kursgebühren zahlen Sie direkt bei den Kursleiterinnen und Kursleitern. Mitglieder der Kulturgemeinde erhalten (außer auf Kinder- und Kurzurse) eine Ermäßigung von € 5,00.

Zu allen Bewegungs- und Entspannungskursen sind eigene Matten mitzubringen.

Der Besuch aller Veranstaltungen der Kulturgemeinde erfolgt auf eigene Gefahr der Teilnehmenden.

Auskünfte: Tel 06195 73120  
 kulturgemeinde@gmx.de  
 www.kulturgemeinde-kelkheim.de

### **Werden Sie Mitglied und haben folgende Vorteile:**

- o € 2,00 - € 5,00 Ermäßigung der Eintrittspreise bei vielen Veranstaltungen
- o € 5,00 Ermäßigung bei vielen Kursen
- o Regelmäßige News
- o Jahresbeitrag € 18,00
- o Familien/Partnerschaften zahlen nur € 27,00 (gleiche Anschrift vorausgesetzt)
- o steuerlich absetzbar

**Offene Mal- und Zeichenwerkstatt**

In diesem Kurs können Sie alle Themen und Maltechniken (Acryl, Aquarell, Pastell, Gouache, Tusche, Stifte, Öl usw.) frei wählen und ihre eigenen Projekte in der von Ihnen gewünschten Technik bearbeiten, dabei Anregung, fachlichen Rat und praktische Unterstützung vom Kursleiter bekommen.

Eigene Fähigkeiten und Vorstellungen werden kontinuierlich weiterentwickelt. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet; bitte eigene Malmaterialien mitbringen.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1

221-202

Mi 13.00 - 15.00 Uhr

8 mal

ab 02.02.2022

€ 130,00

Anmeldung: Yuriy Ivashkevich, Tel 06195 969472

0176 88102581, yuriyart@icloud.com

**Aquarellieren am Nachmittag**

Ziel des Kurses ist es, die Vielfalt an kreativen Einsatzmöglichkeiten von Aquarellfarben zu erweitern.

Jeder Teilnehmer erhält individuelle Unterstützung bei der Umsetzung eigener Bildideen. Die Materialliste wird nach Anmeldung verschickt.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1

221-203

Mi 15.30 - 17.30 Uhr

8 mal

ab 02.02.2022

€130,00

Anmeldung: Yuriy Ivashkevich, Tel 06195 969472

0176 88102581, yuriyart@icloud.com

**Malen am Abend**

Ihre Freude am Malen soll in diesem Kurs durch gestalterisches Grundwissen ergänzt werden. Die Technik kann frei gewählt werden (Acryl, Öl, Aquarell, Gouache, Pastell usw.). Anfänger werden behutsam mit der gewünschten Technik vertraut gemacht. Die professionelle Unterstützung bei der Realisierung Ihrer Bildideen ist ein Bestandteil des Kurses. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Bitte eigene Malmaterialien mitbringen.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1

221-204

Mi 18.00 - 20.30 Uhr

8 mal

ab 02.02.2022

€150,00

Anmeldung: Yuriy Ivashkevich, Tel 06195 969472

0176 88102581, yuriyart@icloud.com

**Sumi-e (Japanische Tuschemalerei)**

Authentische japanische Tuschemalerei erlernen Sie in diesem Kurs. Durch jahrelange Ausbildung in Japan bei zwei bekannten Sumi-e-Meistern werde ich Sie 'spielend' in diese faszinierende Kunst einweisen. Schon nach einigen Grund-techniken ist es Ihnen möglich, eigene Werke herzustellen.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1

221-201

Do 13.50 - 16.00 Uhr

11 mal

ab 27.01.2022

Material + € 65,00

Anmeldung: Hannelore Heimel

Tel 06145 6854

**Malerei auf Seide**

Experimentierfreudige und kreative Maler werden bei der Malerei auf Seide auf ihre Kosten kommen. In diesem Kurs werden Bilder und Tücher in verschiedenen Techniken nach Ihren Vorstellungen gemalt. Beim Malen der Bilder ist die Stilrichtung nicht wichtig, sondern die Lust auf Landschaft, moderne oder eigene Kreation. [www.mosaik-seide.de](http://www.mosaik-seide.de)

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1

221-205

Fr 9.00 - 11.00 Uhr

8 mal

ab 25.02.2022

Material €10,00 + €45,00

Buchung des halben Kurses möglich!

Anmeldung: Barbara Kuhn

Tel 06195 62910



**“Jahrtausende altes Gestein”****Speckstein - leicht von Hand zu bearbeiten**

Erleben Sie Ihre Kreativität „hautnah“. Schleifen Sie sich den Stress von der Seele und "fühlen" Sie, was in diesem einzig-artigen Naturmaterial steckt. Steine mit Marmorcharakter, in unterschiedlichen Farben, werden in Ihren Händen zu Kunstwerken. Ein besonders schönes Gruppenerlebnis, denn jede und jeder sieht mit anderen Augen. Werkzeuge und Steine sind in allen Größen ausreichend vorhanden.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 221-304  
 Di 9.00 - 11.00 Uhr 8 mal  
 ab 25.01.2022 Material + € 55,00  
 Anmeldung: Helga Estenfelder  
 Tel 0172 8269934, helga.estenfelder@web.de

**Speckstein-Workshop**

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 221-305  
 Sa 10.00 - 16.00 Uhr 1 mal  
 am 12.03.2022 Material + € 35,00  
 Anmeldung: Helga Estenfelder  
 Tel 0172 8269934, helga.estenfelder@web.de

**Mosaik kreativ für drinnen und draußen**

Mit buntem, zerbrochenem Glas, Spiegeln und Keramik-  
 kacheln können Sie große und kleine Objekte für Haus und  
 Garten, ebenso Tablets, Kugeln, Windlichter, Gartenpyrami-  
 den, Skulpturen, Lampen und vieles mehr gestalten.

Buchung halber Kurs möglich! Infos: [www.mosaik-seide.de](http://www.mosaik-seide.de)

Kelkheim-Fischbach,  
 Bürgerhaus R1 221-301-2  
 Mo 19.00 - 21.00 Uhr  
 ab 21.02.2022  
 Do 9.00 - 11.00 Uhr  
 je 8 mal  
 ab 01.03.2022  
 Material € 10,00 + € 45,00  
 Anmeldung: Barbara Kuhn  
 Tel 06195 62910

**Mosaik-Workshop**

Ein kreativer Tag für Erwachsene, auch mit Kindern  
 und Jugendlichen.

Weitere Infos: [www.mosaik-seide.de](http://www.mosaik-seide.de)  
 Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 221-303  
 Sa 10.00-16.00 Uhr 1 mal  
 am 19.03.2022 Material € 5,00 + € 30,00  
 Anmeldung: Barbara Kuhn, Tel 06195 62910

**Keramik**

Einfache Aufbautechniken für Gartenobjekte, Deko und Gefäße erlernen! Eigenwillige Skulpturen modellieren, farbig glasieren und kreativ sein! Anfänger gern gesehen!

Kelkheim, "Rote Kreuz Station" Floriansplatz je 10 mal

Di 11.30 - 13.30 Uhr 221-306

Di 18.00 - 20.00 Uhr 221-307

ab 25.01.2022

je einmalig glasieren 9.00 - 13.30 Uhr Material + € 75,00

Anmeldung: Helga Estenfelder

Tel 0172 8269934, helga.estenfelder@web.de

**Spuren in Metall - Freie Schmuckgestaltung**

Durch die gezielte Bearbeitung wird die Metalloberfläche zu einem faszinierenden Blickfang.

Unter Anwendung verschiedener Techniken wie Hämmern, Treiben, Fräsen, Schmirgeln werden individuelle Akzente gesetzt. Es entstehen nach Wunsch Ringe, Kettenanhänger, Ohrringe oder Armbänder.

Für Einsteiger und Fortgeschrittene.

Kelkheim, Haingraben 9 221-310

Fr 17.00 - 22.00 Uhr, am 11.02.2022

Mi 17.00 - 22.00 Uhr, am 16.03.2022

Sa 11.00 - 16.00 Uhr, am 23.04.2022 je 1 mal

Anmeldung: Elvira Reetz, Tel 06195 724622 €35,00

**Goldschmiede-Kurs für Fortgeschrittene**

Schmuck aus Silber und Gold selbst entwerfen und ihn im Erfahrungsaustausch mit den Teilnehmern fertigen.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R 1 221-308

Mi 9.30 - 11.45 Uhr 12 mal

ab 19.01.2022 Material + € 65,00

Anmeldung: Heike Geibel, Tel 06107 3747

**Goldschmiede-Werkstatt**

Schmuck aus Silber oder Gold (mit Edelsteinen oder ohne) entwerfen und im Erfahrungsaustausch mit den Teilnehmern fertigen. Anfänger bekommen eine individuelle Einführung und Anleitung. Material kann erworben werden, Werkzeuge werden gestellt.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R 1 221-309

Do 18.30 - 20.00 Uhr 10 mal

ab 21.01.2022 € 45,00

Anmeldung: Margit Matucha, Tel 06195 3715

**IKEBANA - Natur, kunstvoll gestaltet**

Nach einer Einführung in die Geschichte und Theorie des Ikebanas werden in Schalen und Vasen der Jahreszeit entsprechende Arrangements erarbeitet. Entdecken Sie die ostasiatische Kunst oder vertiefen vorhandene Kenntnisse.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 221-311  
 Di 19.00 - 21.00 Uhr 6 mal  
 ab 08.03.2022 Material + € 42,00  
 Anmeldung: Renate Schubert, Tel 06195 64132

**Buchbinden**

für Jugendliche und Erwachsene, die mit etwas Geschicklichkeit und Fantasie Brauchbares herstellen wollen, können hier über einen längeren Zeitraum durch intensive Einführung und Unterweisung eines Handbuchbindermeisters viele Techniken der Papierarbeiten erlernen.

Kelkheim, Rettershof 221-312/13  
 Di 9.30 - 12.00 Uhr je 6 mal  
 Di 17.30 - 20.00 Uhr Material ca. € 20,00  
 ab 01.03.2022 € 45,00  
 Anmeldung: Wolfgang Gerschler, Tel + Fax 06198 8638

**TEXTILGESTALTUNG****Unser Spinnkurs**

richtet sich an Anfängerinnen mit Grundkenntnissen und Spinnerinnen mit Erfahrung.

Wir verspinnen alles, was sich verspinnen lässt: Schafwolle, Seide, Alpaka, Leinen und sogar Hundewolle. Nebenbei pflegen wir die alte Tradition der Spinnstuben von Austausch und Gesprächen. Leihspinnräder und Wolle stehen zur Verfügung.

Kosten für Wolle je nach Verbrauch (ca. €3,00 - 5,00).

Ke-Fischbach, Bürgerhaus Vereinsraum 1 221-401  
 Do 18.30 - 21.00 Uhr  
 am 10.02, 24.02., 24.03., 05.05., 6 mal  
 19.05., 09.06.2022 € 60,00  
 Anmeldung: Maren Bolte, Tel 0179 4486042



**Webkurs**

Hier lernen Sie das Bespannen eines Webrahmens, die Errechnung der Kette und sammeln erste Erfahrungen. Individuell nach Ihren Wünschen und Ideen entstehen Schals, Stoffe für Jacken, Westen, kleinere Teppiche (z. B. aus einem alten T-Shirt) auf Webrahmen bis 80 cm Webbreite.

Leihwebrahmen stehen zur Verfügung.

Auf Wunsch kann die Kette von der Kursleiterin vorbereitet werden (€ 10,00 + Materialkosten der verwendeten Wolle).

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus Vereinsraum 1 221-402

Do 18.00 - 20.30 Uhr

am 03.02., 17.02., 03.03., 31.03.,

28.04., 12.05., 02.06.2022

7 mal

€ 80,00

Anmeldung: Christine Herbig, Tel 06171 5866366

0172 3668517, Ch.Herbig@web.de

**Ein Wochenende VERweben****NEU**

Vorbereitung der Projekte und Materialauswahl:

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus, Vereinsraum 1

Do 05.05. 18.30 bis 20.00 Uhr

Ke-Fischbach, Bürgerhaus, Raum 1

221-404

Sa 10.00 -18.00 Uhr

am 21.05.2022

So 10.00 -17.00 Uhr

am 22.05.2022

2 mal

€ 95,00

Anmeldung: Christine Herbig, Tel 06171 5866366

0172 3668517, Ch.Herbig@web.de

**Filz-Workshops**

Aus ungesponnener Wolle filzen Sie mit Wasser, Seife und Freude eigene Projekte, z. B. Kissen, Schal, Handyhülle. Ich bringe Wolle, Fasern, Stoffe und Arbeitsmaterialien mit und unterstütze Sie individuell. Sie bringen zwei alte Handtücher, Seife und Noppenfolie mit. Kosten nach Verbrauch.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus Raum1

221-403

Sa 10.00 - 16.00 Uhr

am 26.02.

am 05.03.

am 26.03.

am 02.04.

am 02.07.

am 23.07.2022

je 1 mal

€ 40,00

Anmeldung: Margot Roth, Tel 06127 998860

filzemer@gmail.com

## 10 Gesundheit-Bewegung-Entspannung

### **Pilates (ONLINE über Zoom)**

Präzise Pilatesübungen trainieren das Körperzentrum, schaffen eine gute Haltung und eine gesunde, bewegliche Wirbelsäule. Die Muskulatur, primär Beckenboden-, Bauch-, und Rückenmuskulatur wird gekräftigt. Pilates schult die Körperwahrnehmung und verbessert die Bewegungskoordination.

Erstattung über die Krankenkasse möglich.

Kelkheim-Hornau, Vereinshaus

221-501

Mo 18.10 - 19.10 Uhr

ab 17.01.2022 - nicht am 07.03.-

11 mal € 88,00

ab 25.04.2022

8 mal € 56,00

Anmeldung: Angelika Rohde, Physiotherapeutin

Tel 06192 38765, angroh@googlemail.com

### **Yogilates (ONLINE über Zoom)**

Yoga und Pilates sind zwei Übungsformen, die sich in idealer Weise ergänzen. Yoga macht den Körper flexibel und geschmeidig, Pilates kräftigt die Körpermitte und stabilisiert die Wirbelsäule. Die Konzentration auf den Atem ist beiden gemeinsam.

Erstattung über die Krankenkasse möglich.

Kelkheim-Hornau, Vereinshaus

221-502

Mo 19.15 - 20.30 Uhr

ab 17.01.2022 - nicht am 07.03.-

11 mal € 88,00

ab 25.04.2022

8 mal € 56,00

Anmeldung: Angelika Rohde, Physiotherapeutin

Tel 06192 38765, angroh@googlemail.com

### **Yoga und Meditation ONLINE über Zoom**

- eine echte Alternative zu Präsenzangeboten.

Die Anfahrt fällt weg, zuhause in vertrauter Umgebung ist die Konzentration ohne Ablenkung eher möglich. Mit einer Meditation zu Beginn der Stunde kommen die Gedanken zur Ruhe. Fließende Körperübungen (Asanas) verstärken den Effekt des Abschaltens. Dabei wird der ganze Körper gedehnt und gekräftigt. Shavasana, die Endentspannung führt zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit.

Erstattung über die Krankenkasse möglich.

221-503

Di 19.00 - 20.15 Uhr

ab 18.01.2022 - nicht am 08.03.-

11 mal € 88,00

ab 26.04.2022

8 mal € 56,00

Anmeldung: Angelika Rohde, Physiotherapeutin

Tel 06192 38765, angroh@googlemail.com

### **Nordic Walking** für (Wieder-) Einsteiger

Nordic Walking ist ein effektives, gelenkschonendes Ganzkörpertraining mit Naturerlebnis. Dieser Kurs ist für alle, die mit der richtigen Technik etwas für ihre Gesundheit tun möchten. Bitte Nordic-Walking-Stöcke, angemessenes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung und etwas zum Trinken mitbringen.

Kelkheim-Hornau, Treffpunkt: Parkplatz am Reis 221-504  
Mo 10.00 - 11.30 Uhr

ab 31.01.2022 je 8 mal  
ab 02.05.2022 €100,00

Anmeldung: Petra Deutscher, Kursleiterin Nordic Walking  
Tel 06195 724896

### **Nordic Walking für Geübte**

**NEU**

Wir wollen die bereits erlernte Technik vertiefen und unsere Ausdauer erhöhen. In gemütlichem Tempo, bei dem das Naturerlebnis und der Austausch nicht zu kurz kommen, werden wir die Gegend rund um Kelkheim erkunden. Bitte Nordic Walking-Stöcke, angemessenes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung und etwas zum Trinken mitbringen.

Kelkheim, Treffpunkt wird kurz vorher bekanntgegeben  
Mi 10.00 - ca. 11.30 Uhr 221-505

ab 02.02.2022 je 8 mal  
ab 04.05.2022 € 100,00

für Absolventinnen und Absolventen des Einsteigerkurses € 80,00  
Anmeldung: Petra Deutscher, Kursleiterin Nordic Walking,  
Tel 06195 724896

### **Beweglich und fit im Alltag bleiben Generation 50+**

**NEU**

Der Kurs ist eine Kombination aus Trainingseinheiten in der Natur, sowie im Kursraum. Kursinhalte: Leichte Kraftübungen (drinnen und draußen), Übungen zur Mobilisation und Stabilisation und Regenerationsübungen. In der Natur Walking-runden mit moderaten Sportübungen. Bitte Handtuch, Matte, bequeme Sportkleidung mitbringen.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus, Konferenzraum  
Di 9.30 - 10.30 Uhr 221-506

ab 18.01.2022 10 mal  
Anmeldung: Oliver Brandt € 80,00

oliver@yamon.de, Tel 06195 724164



## 12 Gesundheit-Bewegung-Entspannung

### **Nordic Walking in Theorie und Praxis**

Vom effektiven Stockeinsatz, über die Wahl der richtigen Stocklänge, bis hin zur richtigen Nordic Walking Technik ist in diesem Kurs alles dabei. Kursinhalte: Schöne Touren um Kelkheim, Dehn- und Kräftigungsübungen, Ernährungstipps und Ideen für abwechslungsreiches Nordic Walking.

Bitte Handtuch, Matte, bequeme Sportkleidung mitbringen.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus, Konferenzraum 221-507

Do 9.30 - 10.30 Uhr

10 mal

ab 20.01.2022

€ 80,00

Anmeldung: Oliver Brandt, Tel 06195 724164

oliver@yamon.de

### **Waldbaden im Frühling (Shinrin Yoku)**

NEU

Wir werden mit Achtsamkeit einen tollen Frühlingwald im Taunus genießen. Dabei tauchen wir mit allen Sinnen in den Wald ein und werden die Lichtstimmung, die leisen Geräusche, Gerüche und Farbenpracht wahrnehmen.

Nebenbei tun wir etwas Gutes für unser Immunsystem und lernen die Grundzüge des „Shinrin yoku“ kennen.

Kelkheim-Hornau, Sportplatz am Reis, Parkplatz

Sa 14.00 - 16.30 Uhr

221-508

am 26.02.2022

je 1 mal

am 02.04.2022

€22,00

Teilnehmerzahl: 4-10 Personen

Bitte mitbringen: Getränke, einen kleinen Snack, festes Schuhwerk und ggf. Regenkleidung.

Anmeldung: Andreas Roth, Tel 06127 998860

aroth66@web.de

### **Waldbaden im Sommer (Shinrin Yoku)**

NEU

Wir werden einen tollen Nachmittag in der Natur des Taunus genießen. Dabei tauchen wir mit allen Sinnen in den Wald ein und werden die Lichtstimmung, die leisen Geräusche, Gerüche und Farbenpracht wahrnehmen.

Nebenbei tun wir etwas Gutes für unser Immunsystem und lernen die Grundzüge des „Shinrin yoku“ kennen.

Kelkheim-Hornau, Sportplatz am Reis, Parkplatz

Sa 14.00 - 16.30 Uhr

221-509

am 02.07.2022

je 1 mal

am 23.07.2022

€22,00

Teilnehmerzahl: 4-10 Personen

Bitte mitbringen: Getränke, einen kleinen Snack, festes Schuhwerk und ggf. Regenkleidung.

Anmeldung: Andreas Roth, Tel 06127 998860

aroth66@web.de

**"Wochenendworkshop im Kulturbahnhof"**

**NEU**

Grüße an den Frühling - **Das Sonnengebet erlernen**

Das Sonnengebet ist eine dynamische Bewegungsfolge des Hatha Yoga, die du leicht lernen und vielseitig in deinem Alltag einsetzen kannst. Ob für die körperliche Fitness oder als meditativer Flow – das Sonnengebet kräftigt den ganzen Körper, macht den Atem bewusster und fördert die Konzentration. Mit Variationen, Partnerübungen und Zwischenentspannungen ist dieser Workshop für Anfänger bis Geübte eine belebende Erfahrung. Bitte Matte, Handtuch und Getränk mitbringen.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof

221-510

Sa 14.00 – 17.00 Uhr

am 22.01.2022

So 14.00 – 17.00 Uhr

2 mal

am 23.01.2022

€ 70,00

Anmeldung: Susanna Hagen, Tel 0176 49791359

Yogalehrerin BYV, yoga@manasundprana.de

**"Wochenendworkshop im Kulturbahnhof"**

**NEU**

Entdecke deine innere Kraft - **Yoga für dich und jeden Tag**

Die Welt des Yoga kennt wirkungsvolle Wege, um dich in einem stressigen Alltag zu unterstützen. In diesem Workshop lernst du kleinere und größere Übungsreihen des Yoga kennen und praktizieren, so dass du wieder aufatmen und Kraft schöpfen kannst. In der sanften Bewegung, mit leichten Atem- und Energieübungen sowie verschiedenen Entspannungen ist dieser Workshop für Anfänger bis Geübte eine aufmunternde Erfahrung.

Bitte Matte, Handtuch und Getränk mitbringen.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof

221-511

Sa 14.00 – 17.00 Uhr

am 12.03.2022

So 14.00 – 17.00 Uhr

2 mal

am 13.03.2022

€ 70,00

Anmeldung: Susanna Hagen, Tel 0176 49791359

Yogalehrerin BYV, yoga@manasundprana.de

**Hatha-Yoga**

Eine Wohltat für Körper, Geist und Seele

**NEU**

Für alle Yoga Anfänger bis Erfahrene, die wieder Kraft für ihren Alltag schöpfen wollen. Freu dich auf ausgewogene Yogastunden, die deinen ganzen Körper sanft bewegen und stärken. Im Einklang mit dem Atem und in der bewussten Entspannung erfährst du Ruhe und Gelassenheit.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof

Do 18.15 - 19.45 Uhr

221-512

Do 20.00 - 21.30 Uhr

221-513

ab 13.01.2022

je 10 mal € 125,00

Anmeldung: Anabel Kunitzky-Weigel

Tel 0179 7585608, anabel@anahathayoga.de

**Hatha-Yoga**

für Anfänger und Fortgeschrittene

Machen Sie Körper und Geist frei von inneren Zwängen. Werden Sie bewusster durch Yoga. Bringen Sie Bewegung und Ausgeglichenheit in Ihr Leben. Erleben Sie die "Faszination Yoga".

Zertifiziert durch "Zentrale Prüfstelle Prävention"

Krankenkassenzuspruch möglich.

Bitte eigene Matte mitbringen!

221-517-19

Kelkheim-Münster, In den Padenwiesen 28

Mo 20.15 - 21.45 Uhr

ab 17.01.2022

€ 150,00

Di 20.15. - 21,45 Uhr

ab 18.01.2022

€ 150,00

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof

Mi 20.15 - 21.45 Uhr

je 12 mal

ab 19.01.2022

€ 120,00

Anmeldung: Edgar Kaiser, Tel 06195 74198

edrokai@aol.com

**NEU**

**Authentische, wohltuende und herzliche Yogakurse für Freiheit von Verspannung und Stress**

Drei wunderbar wohltuende Kurse mit unterschiedlichem Anstrengungsgrad. Ich freue mich, euch mit Yoga das schöne Gefühl von weicher Muskulatur, Beweglichkeit und tiefer Zufriedenheit zu ermöglichen.

*Jeder Kurs kann am 12.01. mit einer Probestunde ausprobiert werden (€ 12,50).*

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof

**Yoga auf dem Stuhl**

**"Gelenke lockern & Verspannungen lösen"**

221-514

Mi 15.00 - 16.15 Uhr

**Yin Flow, "Wohltuende Dehnung & Regeneration"** 221-515

Mi 16.45 - 18.00 Uhr

**Vinyasa Yoga, "Fordernd & Entspannend"**

221-516

Mi 18.30 - 19.45 Uhr

je 8 mal

ab 12.01.2022

€ 100,00

Anmeldung: Niklas Weber, Tel 0151 28926864

nikweber.de@gmail.com



### **Yoga mit Fokus auf Beckenboden**

#### **- für Frauen und Männer!**

Dieser Kurs richtet sich an alle, die eine Grundlage für einen stabilen Körper aufbauen wollen. Wichtig in jedem Alter.

Dein Beckenboden bildet die Basis für deine Rückenstabilität, wie der Untergrund, auf dem Bauklötze (deine Wirbel) gestapelt werden. Spüren, Mobilisieren, Kräftigen, all das wollen wir erlernen, in Yogaübungen gepackt, die deinem ganzen Körper gut tun.

Bringe bitte eine Yoga-/Gymnastikmatte mit, sowie bequeme Kleidung und Wasser.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof

Di 9.15 - 10.30 Uhr 221-520

Di 10.45 - 12.00 Uhr 221-521

ab 11.01.2022 je 10 mal € 110,00

Anmeldung: Natalie Zander

Physiotherapeutin, Yogalehrerin (Hatha),

Spiraldynamik® Fachkraft

Tel 01578 1514563, Yoga-achtsamkeit@web.de

### **Wirbelsäulengymnastik**

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof

Mi 9.30 - 10.30 Uhr 221-522

Mi 10.45 - 11.45 Uhr 221-523

ab 12.01.2022 je 15 mal

Bitte eigene Matte mitbringen! €90,00

Anmeldung: Anja Faske

staatl. anerkannte Gymnastiklehrerin

Tel 069 67868890 (Beste Zeit: Di und Do 14 - 16 Uhr)

### **Funktionelles Faszientraining mit der Blackroll®**

#### **ggf. als online-live-Kurs über webex**

Zunächst werden mit funktionellen Übungen Kraft aufgebaut

(Wir machen Sport!), die Beweglichkeit verbessert und die

Balance geschult. Anschließend werden durch das „Aus-

rollen“ der Muskulatur Verspannungen gelöst und die

Regeneration eingeleitet. Vorkenntnisse sind nicht

erforderlich. Eine Blackroll® wird für das Training gestellt.

Bitte Handtuch, Matte und bequeme Sportkleidung mitbringen.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus, Konferenzraum 221-527

Do 20.30 - 21.30 Uhr

ab 20.01.2022 je 10 mal

ab 31.03.2022 € 80,00

Anmeldung: Nancy Brandt, Tel 06195 724164

nancy@yamon.de

**Progressive Muskelentspannung nach Jakobson**

Erleben Sie die verblüffend einfache und wohltuende Wirkung dieser Entspannungsmethode. Sie eignet sich hervorragend, um später im Alltag schnell und effektiv zu entspannen, wann immer Sie es brauchen.

Bequeme Kleidung, warme Socken und evtl. eine Decke mitbringen. Wir üben im Sitzen.

Kelkheim-Mitte, Pestalozzischule Block V 221-526

Gagernring 1b - Eingang neben der Rosa Raupe

Fr 10.00 - 11.00 Uhr

ab 04.02.2022

je 8 mal

ab 06.05.2022

€ 70,00

Anmeldung: Petra Deutscher,

Kursleiterin Progressive Muskelentspannung

Tel 06195 724896

**Line Dance**

Wir sind eine kleine Gruppe ehrgeiziger Linedancer, die nicht nur zur Country-Musik tanzt. Uns vereint die Freude an der gemeinsamen Bewegung zur Musik. In der ersten Stunde richten wir unser Programm auf evtl. vorhandene Anfänger aus, danach versuchen wir, unsere Tänze durch Tanzen in Erinnerung zu behalten.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus, Konferenzraum 221-528

Mi 19.00 - 22.00 Uhr

je Halbjahr € 30,00

Anmeldung und Information: André Koch

Tel 0151 56658402

andre.koch@gmx.de

**Gruppen in der Kulturgemeinde**

**”Theater Familie Krause”**

Gesamtschule Kelkheim-Fischbach

Info: Herbert Zill

Tel 06195 74361

**Kelkheimer Autorengruppe**

Kulturnbahnhof

Kelkheim-Münster

Leitung: Volker Erdelen

Tel 0162 5714310

**Bridgeclub Kelkheim**

im Bürgerhaus Kelkheim-Fischbach

Mi und Sa 14.30 Uhr

Info: Gabriele Straube, Gabys@nexgo.de

Tel 06196 61708

Renate Walter, walterrenate@t-online.de

Tel 06174 201511



**Russisch - Ideales Gehirntraining**

Unser Russischkurs sucht noch Interessierte mit Vorkenntnissen. Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen!

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof R2

221-601

Di 17.30 - 19.00 Uhr

15 mal

ab 01.02.2022

€ 125,00

Anmeldung: Dagmar Mirtsching

Tel 06195 910936

**An ka Fo Trommle Dich frei!**

Kreativ trommeln und dabei entspannen! Ja!

Ohne Vorkenntnisse!

Entdecke deinen Rhythmus und eine Menge gesunden Spaß dabei.

Die Trommelmusik sorgt bekanntlich für Entspannung und kreative Dynamik. Hier wirst Du sie "ansprechen" und ihre Grundrhythmen lernen und entwickeln. Wir erkunden das vielfältige Repertoire der

Trommelsongs, aktiv,

improvisierend und strukturiert. Dafür brauchst Du nur eine Trommel, ganz gleich welcher Art auf der Welt. Du brauchst aber vor allem eine gute Portion Lust und Spaß, den Rest erledigt Dein Körper. Er ist unsere erste und wertvollste Trommel! Vergiss ihn nicht!

Djemben können gegen eine geringe Leihgebühr für die Zeit des Kurses geliehen werden.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof

Fr 17.00 - 18.30 Uhr

221-602

am 11.02., 25.02., 11.03.,

6 mal

25.03., 29.04., 06.05.2022

€ 180,00

Anmeldung: Dr. Facko Traoré

Tel 0157 87166854

setiki@t-online.de



## 18 Kurse für Kinder und Jugendliche

**Das Impftest-Heft ist zu jeder Kursstunde mitzubringen!**

**Die Welt ist bunt – ...und wieder da!**

### **Zeichnen und kreatives Malen für Jugendliche (14-17 Jahre)**

In diesem Kurs können Jugendliche Malen und Zeichnen mit 9 verschiedenen Maltechniken erlernen. Sie können kreativ sich eigene Themen überlegen, oder aus der großen Anzahl Bildvorlagen eines auswählen.

Wegen der vielen angebotenen Materialien, u.a. Acrylfarbe, Kohle, Pastell oder Aquarell werden auf Grund der Hygiene-Vorschriften Desinfektionsmittel, sowie Baumwollhandschuhe gestellt, die während des Kurses getragen werden müssen.

Das Impftest-Heft ist zu jeder Kursstunde mitzubringen!

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R 1

221-101

Di. 16.00- 18.00 Uhr

ab 08.02.2022

ab 15.03.2022

ab 03.05.2022

ab 31.05.2022

Fortlaufender Kunst Kurs je 4 mal

ab 28.06.2022

Material €12,00 + €55,00

Anmeldung: Miguela Marie Chervenak

Tel 0152 03602923

info@art-mc.de

### **Kreativer Kindertanz für 4 ½ -7 ½ Jährige**

**„Tanz mal mit mir auf der Matte“**

Tanz- und bewegungsfreudig, mal schnell und langsam, bewegen wir uns auf unseren Tanzmatten und auch mal vorsichtig mit „Abstand“ durch den Raum.

Kleine Choreographien aus unterschiedlichen Tanzstilen von Ballett über Modern Dance und Jazzdance werden erlernt und wir schlüpfen in kleine Tanzrollen.

Dabei helfen uns bunte Materialien und der ganze Körper ist spielerisch in Bewegung.

Tanz doch einfach mal mit!

Das Impftest-Heft ist zu jeder Kursstunde mitzubringen!

Kelkheim-Hornau, Vereinshaus

221-102 + 103

Do 15.00 - 15.45 Uhr

Do 16.00 - 16.45 Uhr

je 11 mal

ab 03.03.2022

€ 94,00

Anmeldung: Martina Mink

ausgebildete Tänzerin

Tel 06195 977613 | 0172 6921110

martina.mink@gmx.de

## **Kinderyoga** (von 5-9 Jahren)

Eingebunden in phantasievolle Geschichten, entdecken wir spielerisch und mit viel Freude verschiedene Yogaübungen. Diese wirken sich positiv auf die körperliche und seelische Gesundheit der Kinder aus. Das achtsame und konkurrenzfreie Üben, ermöglicht und trainiert einen wertschätzenden Umgang miteinander. Das stärkt den Selbstwert, die Konzentration und macht Mut.

### **Das Impftest-Heft ist zu jeder Kursstunde mitzubringen!**

Kelkheim-Mitte, Pestalozzischule, Block V

Gagernring 1b - Eingang neben der Rosa Raupe 221-104

Di 17.00 - 17.45 Uhr

7 mal

Beginn auf Anfrage

€ 63,00

Anmeldung: Julia Renner-Gilgen

Kinderyogalehrerin

Tel 0172 7196227

### **Das Impftest-Heft ist zu jeder Kursstunde mitzubringen!**

## **Speckstein-Workshop**

für Eltern/Mutter/Vater und Kind

„Jahrtausende altes Gestein“

### **Speckstein - leicht von Hand zu bearbeiten**

Erleben Sie Ihre Kreativität „hautnah“. Schleifen Sie sich den Stress von der Seele und "fühlen" Sie, was in diesem einzigartigen Naturmaterial steckt. Steine mit Marmorcharakter, in unterschiedlichen Farben, werden in Ihren Händen zu Kunstwerken. Ein besonders schönes Gruppenerlebnis, denn jede und jeder sieht mit anderen Augen. Werkzeuge und Steine sind in allen Größen ausreichend vorhanden. **Das Impftest-Heft ist mitzubringen!**

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R 1

221-308

Sa 10.00 - 16.00 Uhr

1 mal

am 12.03.2022

Material + € 35,00

Anmeldung: Helga Estenfelder, Tel 0172 8269934

helga.estenfelder@web.de

## **Mosaik-Workshop**

Ein kreativer Tag für Erwachsene, auch mit Kindern und Jugendlichen.

Mit buntem, zerbrochenem Glas, Spiegeln und Keramik- kacheln können Sie große und kleine Objekte für Haus und Garten, ebenso Tablett, Kugeln, Windlichter, Gartenpyramiden, Skulpturen, Lampen und vieles mehr gestalten.

### **Das Impftest-Heft ist mitzubringen!**

Infos: [www.mosaik-seide.de](http://www.mosaik-seide.de)

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1

221-311

Sa 10.00-16.00 Uhr

1 mal

am 19.03.2022

Material € 5,00 + € 30,00

Anmeldung: Barbara Kuhn, Tel 06195 62910

# NEUJAHRSKONZERT

So 9.1.22

17 Uhr

Stadhalle Kelkheim



**LandesjugendSinfonieOrchester Hessen**

## Winterkonzert

Antonín Dvořák (1841 – 1904)

Die Mittagshexe

Paul Hindemith (1895 – 1963)

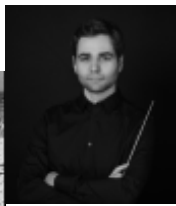
Der Schwanendreher (1935 – 1936)

Pjotr Iljitsch Tschaikowsky (1840 – 1893)

Sinfonie Nr.1 g-moll op. 13 „Winterträume“



Tobias Reifland, Viola



Simon Edelmann, Dirigent

Nach heutigem Stand gilt die 3G-Regel und Maskenpflicht  
am Platz

Eintritt: 20 € Mitglieder 18 € | Kinder/Jugendliche 10 €

Karten: Kunst- und Bücherstube Tolksdorf,  
Frankenallee 6, Kelkheim

Kartentel.: 06195 911455 oder

[www.kulturgemeinde-kelkheim.de](http://www.kulturgemeinde-kelkheim.de)

Gutscheine zum Verschenken:

[Kulturgemeinde-gutscheine@gmail.com](mailto:Kulturgemeinde-gutscheine@gmail.com)

# Jazzclub Kelkheim e.V.

**Sonntag 19.12.2021 20:00 Uhr**  
**Swinging Angels**  
Weihnachtskonzert

Drei charmante Ladies unternehmen - begleitet von der Band Quadrat - eine musikalische Reise in die Ära des Swing der 30er und 40er Jahre.



**Sonntag 30.01.2022 20:00 Uhr**  
**The Rapparees**  
Irish Folk routh and ready

Markenzeichen der Belfaster Band ist kantiger Gesang, instrumentale „Fire-Power“ und unbändige Energie. Die Weltmusikzeitschrift Folker: „Eine Wucht ist diese Band, musikalisch vielseitig und unterhaltsam.“ Sogar das Feuilleton der FAZ bescheinigt der Band eine enorme Bühnenpräsenz!

**Freitag 04.02.2022 20:30 Uhr**  
**O-Ton**  
Weltmusik mit Akkordeon, Sax

Mit viel Gefühl, subtilen Arrangements und ergreifenden Soli kreiert o-ton eine eigene akustische Musik:  
Ein rarer Höhepunkt konzertanter Weltmusik!



**Vorschau:**

**Fr 18.02.2022 funkONTakt,**  
Die Band aus Kelkheim interpretiert Pop-Hits der 1960er bis 1990er Jahre als tanzbaren Funk. Ob getanzt werden kann, ist z.Zt. natürlich fraglich.

**Bei allen Konzerten sind die jeweiligen  
Hygienevorschriften zu beachten,  
zur Zeit gilt die 2G-Regel**

**Weitere Informationen wie**

- Eintritt
- Kartenbestellungen

gibt es erst zeitnah unter:

**[www.kulturgemeinde-kelkheim.de/jazzclub](http://www.kulturgemeinde-kelkheim.de/jazzclub)**

# KLEINKUNST im Bürgerhaus Kalkhelm-Fischbach

Der Jahresrückblick 2021!

Sa. - 22.01. - 20:00 Uhr

Ab dafür!

von und mit

**BERND GIESEKING**



La ladies night



3 Künstlerinnen

Sa. - 26.03. - 20:00 Uhr

**MADemoiselle MIRABELLE**



Comedy - Musik - Kabarett



Sa. - 07.05. - 20:00 Uhr



Comedy - Musik - Kabarett



Tickets von 2020 behalten ihre Gültigkeit

Aktuelle Informationen:

[www.kunst-gemeinde-kalkhelm.de](http://www.kunst-gemeinde-kalkhelm.de)



Theater für Kinder  
im Kulturbahnhof Kelkheim-Münster



**!!! Termine bitte vormerken !!!**

Stücke werden auf der Homepage und  
in der Kelkheimer Zeitung  
veröffentlicht



Freitag, 18. Februar 2022,  
16.00 Uhr



Freitag, 18. März 2022,  
16.00 Uhr



Freitag, 06. Mai 2022,  
16.00 Uhr



[www.kulturgemeinde-kelkheim.de](http://www.kulturgemeinde-kelkheim.de)

Es gelten immer die aktuellen Corona-Regeln





**Für alle Kurse gilt 2G und/oder die jeweils aktuellen Corona-Regeln**

rh

rh

[www.kulturgemeinde-kelkheim.de](http://www.kulturgemeinde-kelkheim.de)