



**Kulturgemeinde  
Kelkheim e.V.**

Jazzclub | Klassik | Kleinkunst  
Kindertheater | Kurse | Lesungen

# Kursprogramm HERBST 2019



In Kooperation mit dem Magistrat der Stadt Kelkheim

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

<u>Inhalt:</u>	<u>Seite</u>
<b>Zeichnen und Malen.....</b>	<b>04 - 05</b>
<b>Textiles Handwerk.....</b>	<b>06 - 07</b>
<b>Handwerkliche Kurse .....</b>	<b>07 - 09</b>
<b>Gesundheit-Bewegung-Entspannung.....</b>	<b>10 - 15</b>
<b>Sonstige Kurse.....</b>	<b>16 - 19</b>
<b>Kurse für Kinder und Jugendliche.....</b>	<b>20 - 23</b>
<b>Veranstaltungsvorschau.....</b>	<b>24</b>

### Hinweise:

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 Kurzcourse) 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 Teilnehmer.

Auskünfte: Tel. 06195 73120, kulturgemeinde@gmx.de  
[www.kulturgemeinde-kelkheim.de](http://www.kulturgemeinde-kelkheim.de)

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

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

Bitte laden Sie sich das Anmelde-Formular unter [www.kulturgemeinde-kelkheim.de](http://www.kulturgemeinde-kelkheim.de) herunter oder fordern es unter Tel. 06195 73120 an.

## GUTSCHEINE

Verschenken Sie einen Gutschein für eine bestimmte oder mehrere Veranstaltungen, auch in letzter Minute...



Schreiben Sie an:  
[Kulturgemeinde-Gutscheine@gmail.com](mailto:Kulturgemeinde-Gutscheine@gmail.com)

**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

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 219-201

Fr 9.00 - 11.00 Uhr 8 mal

ab 11.10.2019 €10,00 Material + €45,00

Buchung des halben Kurses möglich!

Anmeldung: Barbara Kuhn, Tel. 06195 62910

**Acryl – Collagen – Spaß!**

Mit Acrylfarben, Spachtelmasse und verschiedenen Materialien entstehen intuitive, abstrakte Bilder. Sie erhalten Anleitung und Tipps zu verschiedenen Gestaltungstechniken. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Farben, Pinsel und Materialien werden gegen Unkostenbeitrag gestellt.

Bitte Leinwände mitbringen.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 219-208

Di 19.00 - 21.00 Uhr 5 mal

ab 27.08.2019 Mat. + €70,00

Anmeldung siehe Kurs: Pastellmalen

**NEU****Schnupper-Workshop Pastellmalen**

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 219-209

Sa 14.00 – 18.00 Uhr

am 28.09.2019 je 1 mal

am 19.10.2019 Mat. + €35,00

Anmeldung siehe Kurs: Pastellmalen

**NEU****Pastellmalen**

Mit weichen Pastell- und Ölpastellkreiden können Bilder mit zauberhaft zarten - oder kräftigen Farben auf entsprechenden Papieren entstehen, z.B. Landschaften oder Stillleben. Erleben Sie die Unterschiede der beiden Kreiden-Arten. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Materialien werden gegen Unkostenbeitrag gestellt. Wenn vorhanden gerne Kreiden und Papier mitbringen.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 219-210

Do 16.15 -18.15 Uhr 6 mal

ab 24.10.2019 Mat. + €90,00

Anmeldung: Heike Campana, Tel. 0176 83164747

hcampana@gmx.de

**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 219-203

Mi 13.00 - 15.00 Uhr 8 mal

ab 04.09.2019 €120,00

Anmeldung siehe Kurs: Malen am Abend

**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 219-204

Mi 15.30 - 17.30 Uhr 8 mal

ab 04.09.2019 €120,00

Anmeldung siehe Kurs: Malen am Abend

**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 219-205

Mi 18.00 - 20.30 Uhr 8 mal

ab 04.09.2019 €140,00

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 Grundtechniken ist es Ihnen möglich, eigene Werke herzustellen.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 219-202

Do 13.50 - 16.00 Uhr 11 mal

ab 19.09.2019 Material + € 65,00

Anmeldung: Hannelore Heimel, Tel. 06145 6854

**Mandala Malkurs für Erwachsene**

Das Malen und Gestalten eines Mandalas kann helfen sich zu entspannen, die eigene Mitte zu finden und der tägliche Stress fällt ab. Zu schöner beruhigender Meditationsmusik können Sie vorgegebene Mandalas kolorieren. Sie können aber auch lernen Mandalas selbst zu entwerfen.

Fortlaufender Kunst Kurs je 4 mal

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1

219-206

Di 12.00 -14.00 Uhr

je 4 mal

ab 03.09. | 15.10. | 12.11. | 10.12. Mat. € 16,00 + € 70,00

Anmeldung siehe: Kunst Kurs für Erwachsene

**Kunst Kurs für Erwachsene**

-lernen Sie verschiedene Maltechniken kennen

Hier können Sie Ihrer Fantasie freien Lauf lassen um eigene Bilder entstehen zu lassen. Zur Inspiration stehen aber auch sehr viele Bildvorlagen zur Verfügung an Hand derer Sie die handwerklichen Grundlagen verschiedener Maltechniken erlernen können. Fortlaufender Kunst Kurs

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1

219-207

Di 14.15 -16.15 Uhr

je 4 mal

ab 03.09. | 15.10. | 12.11. | 10.12. Mat. € 16,00 + € 70,00

Anmeldung: Miguela Marie Chervenak, Tel. 01520 3602923

info@art-mc.de

**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-Hornau, Vereinshaus

219-311/2

Mi 19.00 - 21.00 Uhr

ab 23.10.2019

Do 9.45 - 11.45 Uhr

je 6 mal

ab 24.10.2019

Material + € 42,00

Anmeldung: Renate Schubert, Tel. 06195 64132

**Töpfern für Erwachsene**

Durch Aufbaukeramik gestalten wir Deko-, Garten- und Gebrauchsgegenstände! Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt!

Kelkheim-Ruppertshain, Grundschule

219-313

Di 19.00 - 21.00 Uhr

8 mal

ab 24.09.2019

Material + € 50,00

Anmeldung: Sabine Wiegandt, Tel. 06174 63566

sabine@wiegandt.de

**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 lernen.

Kelkheim, Rettershof 219-301/2  
 Di 9.30 - 12.00 Uhr je 6 mal  
 Di 17.30 - 20.00 Uhr Material ca. € 20,00  
 ab 24.09.2019 € 45,00  
 Anmeldung: Wolfgang Gerschler, Tel. + Fax 06198 8638

**Upcycling - Kreatives aus Papier**

Tageszeitung lesen, klar, aber dann? Warum das Zeitungspapier oder die beiliegende Reklame nicht hinterher als Ausgangsprodukt für schöne, einzigartige Faltobjekte nutzen und schöne Fotos oder interessante Artikel geschickt in Szene setzen. Ob Korb, Geschenktüte, individuelles Aufbewahrungskästchen, einzigartige Briefumschläge...

Nähere Infos und Mitbringliste bei der Anmeldung

Kelkheim-Münster Kulturbahnhof R1 219-314  
 Fr 18.30 - 21.00 Uhr 1 mal  
 am 27.09.2019 inkl. Material € 25,00  
 Anmeldung siehe Kurs: Weihnachtl. Papier-Upcycling

**Weihnachtliches Papier-Upcycling**

Sterne aus Teebeuteltüten, Weihnachtsbäume und Diamanten aus Büchern falten oder auch einzigartige Geschenkverpackungen aus Zeitungen, alten Kalendern oder Katalogen.

Kelkheim-Mitte, Alte Schule 219-315  
 Do 18.30 - 21.00 Uhr 1 mal  
 am 21.11.2019 inkl. Mat. € 25,00  
 Anmeldung: Margot Roth, Tel. 06127 998860  
 filzemer@gmail.com

**Goldschmiede-Kurs für Fortgeschrittene**

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

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 219-309  
 Mi 9.30 - 11.45 Uhr 12 mal  
 ab 04.09.2019 Mat. + € 65,00  
 Anmeldung: Heike Geibel, Tel. 06107 3747

**Goldschmiede-Werkstatt**

Schmuck selbst entwerfen und im Erfahrungsaustausch mit den Teilnehmern fertigen. Material kann erworben werden, Werkzeuge werden gestellt.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 219-310  
 Do 19.30 - 21.00 Uhr 10 mal  
 ab 05.09.2019 € 45,00  
 Anmeldung und Info: Margit Matucha, Tel. 06195 3715

**Keramik am Vormittag: "Figürliches" Arbeiten mit Ton**

Was Sie schon immer modellieren wollten: Eigenwillige Skulpturen schaffen, Formen finden, stimmige Proportionen anstreben, experimentieren.

Kelkheim, "Rote Kreuz Station" Floriansplatz (Keller) 219-305

Di 11.30 - 13.30 Uhr

ab 08.10.2019

je 8 mal

Di 9.00 - 13.30 Uhr einmalig glasieren

je 1 mal

**NEUES ANGEBOT:**

Mi 10.00 - 12.00 Uhr, ab 09.10. **NEU** Material + €75,00

Anmeldung siehe Kurs: Speckstein-Workshop

**"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 jeder sieht mit anderen Augen. Werkzeuge und Steine sind in allen Größen ausreichend vorhanden. 219-303

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1

Di 9.00 - 11.00 Uhr

8 mal

ab 08.10.2019

Mat. + €50,00

Anmeldung siehe Kurs: Speckstein-Workshop

**Speckstein-Workshop**

219-304

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1

Sa 10.00 - 16.00 Uhr

1 mal

am 02.11.2019

Mat.+ €30,00

Anmeldung: Helga Estenfelder, Tel. 06195 903144

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 Tablett, Kugeln, Windlichter, Gartenpyramiden, Skulpturen, Lampen und vieles mehr gestalten. Buchung halber Kurs möglich! Infos: [www.mosaik-seide.de](http://www.mosaik-seide.de)

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1

Mo 19.00 - 21.00 Uhr

219-306

ab 14.10.2019

je 8 mal

Do 9.00 - 11.00 Uhr

219-307

ab 17.10.2019

€10,00 Mat. + €45,00

Anmeldung siehe Kurs: Mosaik-Workshop

**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

219-308

Sa 10.00-16.00 Uhr

1 mal

am 16.11.2019

Mat. €5,00 + €30,00

Anmeldung: Barbara Kuhn, Tel. 06195 62910

### Unser Spinnkurs

richtet sich an AnfängerInnen und SpinnerInnen mit Grundkenntnissen. 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 fallen je nach Verbrauch an (ca. €3,00 - 5,00).

Kelkheim-Mitte, Alte Schule 219-401  
 Do 18.30 - 21.00 Uhr 6 mal  
 am 15.08. | 12.09. | 26.09. | 17.10. | 07.11. | 28.11. € 60,00  
 Anmeldung: Heike Barth, Tel. 0157 39120838  
 heiherrmann@web.de

### Im Webkurs

lernen Sie das Bespannen eines Webrahmens, die Errechnung der Kette und sammeln erste Erfahrungen. Individuell nach den Wünschen und Ideen der Teilnehmer 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 + Materialkosten der verwendeten Wolle).

Kelkheim-Mitte, Alte Schule 219-402  
 Do 18.00 - 20.30 Uhr  
 am 22.08. | 05.09. | 19.09. | 24.10. | 7 mal  
 31.10. | 14.11. | 05.12.2019 € 70,00  
 Anmeldung siehe Kurs: WebWochenende

### Ein Wochenende VERweben

Kelkheim-Mitte, Alte Schule 219-408  
 Sa 10.00 - 18.00 Uhr  
 am 28.09.2019  
 So 10.00 - 17.00 Uhr 2 mal  
 am 29.09.2019 € 75,00  
 Projekt + Materialien werden im Vorfeld besprochen  
 Anmeldeschluss 18.09.2019  
 Anmeldung: Christine Herbig, Tel. 06171 5866366  
 0172 3668517, Ch.Herbig@web.de

**NEU**

### Sockenstricken

In diesem Kurs erlernen Sie die Technik des Sockenstrickens. An vier Abenden werden die verschiedenen Teile der Socken erlernt, wie Bündchen, Ferse, Zwickel etc.

Voraussetzung: Stricken rechter und linker Maschen sowie der Umgang mit dem Nadelspiel. Jeder Teilnehmer erhält eine individuelle Unterstützung. Eine Materialliste wird bei Anmeldung bekannt gegeben. Material kann vor Ort erworben werden.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof R1 219-407  
 Mi 17.45 - 19.15 Uhr je 4 mal  
 ab 04.09. | ab 16.10. | ab 13.11.2019 € 40,00  
 Anmeldung: Beate Schilb, Tel. 0176 95740093



**Näh-Wochenenden**

Ob Rock, Hose, Kleid, Jacke oder Mantel - Sie bestimmen Ihr Modell und ich unterstütze Sie von Zuschnitt über Anprobe bis zum Abfüttern. Ein Kurs für jeden, der sich allein noch nicht traut oder mit Angefangenem fertig werden will. Das eigene Projekt können Sie mitbringen oder Modell und Stoff vorab bei mir aussuchen. Zubehör ist mitzubringen, siehe nächster Kurs: Näh-Vormittage

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1

Sa und So 14.00 - 19.00 Uhr

219-404

am 24. + 25.08.2019

je 2 mal

am 26. + 27.10.2019

Mat. + € 75,00

Anmeldung siehe Kurs: Näh-Vormittage

**Näh-Vormittage**

Ob Kissenhülle oder Abendrobe - Sie setzen sich Ihr Ziel und mit Freude unterstütze ich Sie auf dem Weg dorthin. Ein Kurs für jeden, der Begeisterung und Interesse am Nähen findet. Das eigene Projekt können Sie mitbringen oder Modell und Stoff vorab bei mir aussuchen. Bitte Nähmaschine, Näh-, Stecknadeln, Garn, Papier-, Stoffschere, Lineal oder Geodreieck sowie Bleistift mitbringen!

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof R1

219-405

Mi. 09.30-11.30 Uhr

ab 28.08.2019

je 5 mal

ab 30.10.2019

Material + €75,00

Anmeldung: Doris Ivanschitz, Tel. 0175 4056777

di@kleidmanufaktur.de

**NEU**

**Nähkurs Taschen und Täschchen**

Benötigen Sie Hilfe bei einer bereits angefangenen Tasche? Oder möchten Sie ein neues Taschenmodell nähen? Alle Materialien sind mitzubringen sowie natürlich die Nähmaschine.

Kelkheim, Pestalozzischule Block V

219-403

Fr 18.00 - 21.00 Uhr

Sa 10.00 - 16.00 Uhr

2 mal

am 18. + 19.10.2019

€ 40,00

Anmeldung: Marianne Arens, Tel. 06195 63396

**Filz-Workshop**

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 bitte zwei alte Handtücher, Seife und Noppenfolie mit. Kosten nach Verbrauch.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1

219-406

Sa 10.00 - 16.00 Uhr

am 21.09.2019

So 10.00 - 16.00 Uhr

je 1 mal

am 24.11. 2019

Material + € 40,00

Anmeldung: Margot Roth, Tel 06127 998860

filzemer@gmail.com

## Hatha-Yoga

für die ältere Generation

EinsteigerInnen willkommen! Finden Sie neue Kraft und Gelassenheit für Ihr Leben! Durch gezielten Aufbau von Bewegungsabläufen, Atemübungen und Meditation steigert sich das Bewusstsein für Körper, Atem und Gesundheit. Der Geist beruhigt sich, Sie fühlen sich wohl!

Es ist nie zu spät! Fangen Sie an!

Bitte eigene Matte mitbringen!

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof 219-502

Di 9.30 - 11.00 Uhr

ab 13.08.2019

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus 219-503

Mi 9.30 - 11.00 Uhr

je 12 mal

ab 14.08.2019

€ 108,00

Anmeldung: Christa von Campe, Tel. 06196 670933

## 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" - Krankenkassenzuschnitt möglich.

Kelkheim-Münster, In den Padenwiesen 28

Mo 20.15 - 21.45 Uhr 219-504

ab 02.09.2019

Di 20.15 - 21.45 Uhr 219-505

ab 03.09.2019

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof 219-506

Bitte eigene Matte mitbringen!

Mi 20.15 - 21.45 Uhr je 12 mal

ab 04.09.2019

€ 108,00

Anmeldung: Edgar Kaiser, Tel. 06195 74198

edrokai@aol.com

## Hatha-Yoga

Yoga ist eine jahrtausende alte Erfahrungswissenschaft, die in ihrem ganzheitlichen Ansatz alle Ebenen des Menschseins anspricht. Vielfältige Gesundheitsstörungen können durch regelmäßiges Üben positiv beeinflusst werden. Dieser Kurs bietet Anfängern und Fortgeschrittenen ein ausgewogenes Programm von Körper-, Atem-, Achtsamkeits- und Entspannungsübungen. Bitte eigene Matte mitbringen!

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof je 15 mal

Mi 16.45 - 18.15 Uhr 219-508

Mi 18.30 - 20.00 Uhr 219-509

ab 04.09.2019

Do 18.15 - 19.45 Uhr 219-510

Do 20.00 - 21.30 Uhr 219-511

ab 05.09.2019 (nicht am 14.11.) € 140,00

Anmeldung: Margit Eichenauer, Tel. 06174 61150

## **Kundalini-Yoga**

Kundalini-Yoga nach Yogi Bhajan ist eine ganzheitliche Methode, die sich auf das Erleben der eigenen Lebensenergien ausrichtet. Durch vielfältige Übungen bringst Du Deinen Körper, Geist und Seele in Einklang. Das Singen und Meditieren über Mantras ist dabei ein integraler Bestandteil und wird oft als besonders wohltuend und heilsam empfunden.

Kelkheim Pestalozzischule Block V 219-507  
 Mi 19.00 - 20.30 Uhr 12 mal  
 ab 04.09.2019 € 95,00  
 Anmeldung: Manfred Berger, Tel. 06126 7003853  
 Manfred.Berger64@gmail.com

## **Lachyoga**

Wollen Sie auf einfache Weise etwas für Ihre Gesundheit und Ihre Entspannung tun und nebenbei auch noch Glückshormone freisetzen? Dann kommen Sie zum Lachyoga. Mit spielerischen Bewegungen, unterstützt durch leichte Dehn- und tiefe Atemübungen, werden wir gemeinsam lachen und im Anschluss eine tiefe und wohlige Entspannung genießen.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Matte und evtl. eine Decke mitbringen.

Kelkheim, Pestalozzischule Block V 219-504  
 Fr 19.00 - 20.00 Uhr je 5 mal  
 ab 30.08.2019 € 40,00  
 ab 01.11.2019  
 Anmeldung: Petra Deutscher, Lachyoga-Leiterin  
 Tel. 06195 724896

## **Pilates**

Ein schwungvoller und dynamischer Anfangsteil, kombiniert mit den Pilates Prinzipien, regt den Kreislauf an. Präzise Pilatesübungen trainieren das Körperzentrum, schaffen eine gute Haltung und eine gesunde, bewegliche Wirbelsäule. Das Mehr an Dynamik baut Stress ab, wirkt ausgleichend und hält fit. Pilateskenntnisse erwünscht!

Erstattung der Kursgebühr durch Krankenkasse möglich.

Kelkheim-Hornau, Vereinshaus 219-515  
 Mo 18.10 - 19.10 Uhr 12 mal  
 ab 02.09.2019 € 84,00  
 Anmeldung siehe Kurs: Yogilates

## **Yogilates**

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. Pilateskenntnisse erwünscht.

Erstattung der Kursgebühr durch Krankenkasse möglich.

Kelkheim-Hornau, Vereinshaus 219-516  
 Mo 19.15 - 20.30 Uhr 12 mal  
 ab 02.09.2019 € 96,00  
 Anmeldung: Angelika Rohde, Physiotherapeutin  
 Tel. 06192 38765, angroh@googlemail.com

## Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining

Verbesserung von Kraft, Beweglichkeit und Koordination unter der professionellen Anleitung eines erfahrenen Rehasportübersleiters.

Kelkheim, Pestalozzischule Block V 219-512  
 Mo 19.00 - 20.00 Uhr 10 mal  
 ab 14.10.2019 € 80,00

Der Kurs ist vom Landessportbund Hessen zertifiziert.

Die Bezuschussung durch die Krankenkasse ist möglich.

Anmeldung siehe Kurs: "Auf den Schwingen des Drachen"

## "Auf den Schwingen des Drachen"

Qui-Gong - der chinesische Weg für ein gesundes Leben

Erlernen Sie die 8 Brokatübungen und verschiedene Entspannungstechniken durch professionelle Anleitung.

WU - WEI... ganz einfach!

Kelkheim, Pestalozzischule Block V 219-513  
 Di 19.00 - 20.30 Uhr 10 mal  
 ab 15.10.2019 € 120,00

Handout mit Übungsanleitungen € 10,00

Anmeldung: Gerhard Kuhn, Tel. 06174 2596703

Präventions-und-Rehasportverein-Taunus@gmx.de

## Funktionelles Faszientraining mit der Blackroll®

Zunächst werden mit funktionellen Übungen Kraft aufgebaut (wir machen Sport!), die Beweglichkeit verbessert und die Balance geschult. Anschließend werden durch das „Ausrollen“ 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, Konferenzraum 219-521  
 Do 20.30 - 21.30 Uhr 10 mal  
 ab 12.09.2019 € 75,00

Anmeldung: Nancy Brandt

Personal Trainerin, Tel. 06195 724164, nancy@yamon.de

## Medizin und Kreativität verbinden - Schnupperkurs

Das Ziel der Seminarabende soll das Erlernen unserer Selbstregulationsfähigkeit und die Anregung der Selbstheilungskräfte in uns sein, mit Hilfe von Fantasie und Traumreisen, Visualisierung von Bildern, Farben und Metaphergeschichten - auch selbst verfasste.

Di 18.30 - 20.00 Uhr 3 mal  
 am 15.10., 22.10., 29.10.2019 € 30,00

Praxis für med. Hypnose und Therapeutisches Zaubern

Kelkheim, Robert-Koch-Str. 116/II im Zaubenberg

Infos und Anmeldung: Christine Zink

Tel. 06471 41825, 0173 6577205, ChristineZink@gmx.de

### Wirbelsäulengymnastik

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof je 15 mal  
 Mi 9.00 - 10.00 Uhr 219-524  
 Mi 10.15 - 11.15 Uhr 219-525  
 ab 21.08.2019 € 80,00

Bitte eigene Matte mitbringen!

Anmeldung: Anja Faske

staatl. anerkannte Gymnastiklehrerin, Tel. 069 67868890

(beste Zeit: Dienstag und Donnerstag 14 - 16 Uhr)

### Pilates

Basis der Übungen bildet die aktive Körpermitte, verbunden mit einer präzisen Übungsausführung und unter Einsatz der Atemkontrolle. Die Verbindung von Körper und Geist vertieft das Körperbewusstsein und führt zu neuem Körpergefühl.

Kelkheim-Hornau, Vereinshaus 219-517

Do 9.30 - 10.30 Uhr

ab 15.08.2019

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof 219-518

Fr 8.30 - 9.30 Uhr

ab 16.08.2019

je 12 mal

Bitte eigene Matte mitbringen!

€ 72,00

Anmeldung siehe nächster Kurs: Rücken-Fit

### Rücken-Fit

Durch sanfte, aber dennoch sehr effektive Bewegungsprogramme wird das Training am Ende nicht nur dem Rücken, sondern auch Körper, Geist und Seele gut tun. Der Schwerpunkt liegt auf Mobilisation und Körperwahrnehmung.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof

Fr 9.45 - 10.45 Uhr 219-519

ab 16.08.2019

12 mal

Bitte eigene Matte mitbringen!

€ 72,00

Anmeldung: Monika Hedrich, Tel. 06195 969880

### Achtsamkeits- und Entspannungstag

– ein Tag nur für Dich!

**NEU**

Raus aus dem Alltag – rein in einen wunderbar relaxten Samstag.

Nimm Dir an diesem Tag Zeit nur für Dich und tauche ein in die Welt der Entspannung. Mit Atementspannung, Achtsamkeit und Meditation, Progressiver Muskelentspannung und Fantasiereisen lässt Du Stress und Anspannung hinter Dir und siehst dem Trubel der Vorweihnachtszeit ganz gelassen entgegen.

Kelkheim- Pestalozzischule Block V 219-528

Sa 10.00 - 16.00 Uhr inkl. 1 Stunde Pause

1 mal

am 16.11.2019

€ 59,00

Anmeldung: Andrea Althen, zertifizierte

Entspannungspädagogin, Kursleiterin Autogenes Training,

Kursleiterin Progressive Muskelentspannung

Tel. 0152 33917861, andreaalthen@web.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.

Kelkheim -Münster, Kulturbahnhof 219-527

- Entspannen im Liegen

Di 19.00 - 20.00 Uhr

ab 27.08.2019 5 mal €45,00

ab 29.10.2019 7 mal €60,00

Bequeme Kleidung, Socken, Matte u. Decke mitbringen

Ke-Mitte, Pestalozzischule Block V 219-528

- Entspannen im Sitzen

Fr 10.00 - 11.00 Uhr

ab 30.08.2019 5 mal €45,00

ab 01.11.2019 7 mal €60,00

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

Anmeldung siehe Kurs: Einführung in die Meditation

### **Einführung in die Meditation**

Achtsam und in kleinen Schritten wollen wir in die Stille gehen. Dabei werden wir verschiedene Möglichkeiten der Meditation kennen lernen, so dass Jede(r) die für sich geeignete Meditationsform finden kann. Bitte Matte, Meditationskissen, evt. eine Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof 219-526

Di 17.30 - 18.30 Uhr

ab 27.08.2019 5 mal € 45,00

ab 29.10.2019 7 mal €60,00

Anmeldung: Petra Deutscher, Entspannungspädagogin,  
Kursleiterin Meditation, Tel. 06195 724896

Entspannung einmal anders:

### **Stress abbauen und entspannen mit Klangschalen nach den 5 Elementen der Trad. Chines. Medizin (TCM)**

Geeignet für alle, ob fit oder faul, jung oder alt. Einfache, sanfte Entspannungsübungen nach den 5 Elementen der TCM helfen Ihnen, loszulassen und Stress abzubauen, um so mit den alltäglichen Belastungen besser umzugehen. Blockaden können sich lösen und die jeweiligen Organe und Meridiane werden gestärkt. Bei Fantasiereisen mit den beruhigenden Klängen der Klangschalen dürfen Sie einfach mal die Seele baumeln lassen, genießen und träumen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Gymastikmatte und Decke. Einzelstunde: je Termin €10,00

Kelkheim-Hornau, Vereinshaus R2 219-522

Mo 18.20 - 19.20 Uhr

ab 26.8.2019 (nicht am 16.9.) 12 mal €96,00

ab 18.10.2019 je 6 mal €54,00

Anmeldung: Maike Greulich, leinklang@t-online.de

Tel. 06195 73463 AB | TAO Touch® Klangtherapeutin und ganzheitliche Gesundheitsberaterin (IHK)

*Anmeldungen folgender Kurse siehe Kurs: Bachblüten*

## **Autogenes Training: „Ganz entspannt im Hier und Jetzt“**

Ein beliebter Klassiker wiederentdeckt.

Mit Hilfe von Fantasiereisen, Achtsamkeits- und Qi Gong Übungen entdecken Sie, wie viel Spaß Gelassenheit machen kann. Zur Alltagstauglichkeit üben wir AT im Sitzen.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof R1 219-529  
 Mi 19.30 - 20.30 Uhr 6 mal  
 ab 04.09.2019 Arbeitsmappe € 10,00 + € 54,00

## **Schüßler Salze „Kleine Mineralien ganz groß“**

Bei Mineralien-Mangel schleichen sich oft unbemerkt gesundheitliche Probleme ein, die wir einfach beheben können. Vitalität und Lebensfreude kehren zurück.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof R1 219-530  
 Do 19.30 - 21.00 Uhr 4 mal  
 ab 05.09.2019 40-seitige Arbeitsmappe € 10,00 + € 48,00

## **Schüßler Salze 13 - 27: Die Ergänzungsmineralien**

Kelkheim-Fischbach, Haingraben 14c 219-531  
 Mi 19.30 - 21.00 Uhr 6 mal  
 ab 30.10.2019 40-seitigen Arbeitsmappe 10,00 + € 72,00

## **Homöopathie für Alle**

"Kleine Kügelchen überraschen uns"

Wer schon einmal erlebt hat, wie schnell eine angehende Erkältung kuriert werden kann, möchte sicher mehr über die Wirkungsbreite der Kügelchen wissen. Erlernen Sie souveräne Anwendung bei Alltagsbeschwerden.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof R1 219-533  
 Do 19.30 - 21.00 Uhr 6 mal  
 ab 17.10. (nicht am 14.11.) Arbeitsmappe € 10,00 + € 72,00

## **Bachblüten im Alltag: Sanfte Heiler für die Seele**

Rescue-Notfalltropfen sind fast jedem bekannt. Die 38 Blütenessenzen n. Dr. E. Bach wirken wohltuend auf die Seele und helfen bei Ängsten, Nervosität, Trauer, Unsicherheit, Zorn, Niedergeschlagenheit und vieles mehr.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof R1 219-532  
 Do 19.30 - 21.00 Uhr 6 mal  
 ab 28.11.2019 Arbeitsmappe € 10,00 + € 72,00  
 Anmeldung: Doris Plock, Tel.06195 2396

## **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. Es gibt keinen Anfängerkurs oder festen Kursbeginn, aber wer Geduld und Durchhaltevermögen mitbringt, ist bei uns herzlich willkommen (max. 20 Pers.)!

Kelkheim-Münster, Eichendorffschule 219-501  
 Mo 19.00 - 22.00 Uhr je Halbjahr €30,00  
 Information und Anmeldung: André Koch  
 Tel. 0151 56658402, andre.koch@gmx.de

## Ort folgender Kurse: Gesamtschule Ke-Fischbach

Für alle Kochkurse bitte kl. Gefäße für Kostproben mitbringen  
Anmeldungen siehe Kurs: Wildkräuterspaziergang

### **Linsenvielfalt in allen Farben**

Keine Spur mehr vom einstigen Arme-Leute Essen. Lernen Sie die bunten Powerpakete von verschiedenen kulinarischen Seiten kennen: als aromatisches indisches Dal, als fruchtig-würzige Beilage, Basis für Brotaufstriche und Dips oder in originellen Salaten... 219-602

Mi 18.30 - ca. 21.30, am 23.10.2019 €35,00

### **Noch mehr bunte Linsen-Rezepte**

und andere unkomplizierte Lieblingsrezepte mit schwarzen Bohnen, Kichererbsen oder Süßlupinen.

(Auch für Teilnehmer der bisherigen Linsenvielfalt-Kurse)

Do 18.30 - ca. 21.30, am 24.10.2019 219-605

Kursgebühr einschließlich Zutaten und Rezepte €35,00

### **Kraut und Rüben – neu entdeckt**

Alte Gemüsesorten waren viel zu lange verpönt. Rote und gelbe Bete, Topinambur, Pastinake, Grünkohl, Rosenkohl & Co aus der Region bieten sich mit überzeugender Geschmacksvielfalt und einfacher Zubereitung an.

Lassen Sie sich überraschen. 219-607

Di 18.30 - ca. 21.30, am 19.11.2019 1 mal €35,00

### **Suppe... heiß geliebt und gern gelöffelt**

Eine Schale köstlich warmer Suppe hat doch etwas ungemein Befriedigendes besonders in der dunklen Jahreszeit. Dafür muss man nicht lange in der Küche stehen und man kann gleich für mehrere Mahlzeiten vorsorgen. Regionale, saisonale Zutaten spielen natürlich die Hauptrolle bei den vielseitigen Rezepten. 219-606

Mi 18.30 - ca. 21.30 Uhr, am 27.11.2019 1 mal

Kursgebühr einschließlich Zutaten und Rezepte €35,00

### **Wildkräuterspaziergang**

#### **Un-Krautvernichtung mit Messer & Gabel**

Gundermann, Spitzwegerich, Brennesseln und Knoblauchrauke kennt man vielleicht als Unkraut im Garten, aber als wertvolle und leckere Ergänzung des Speiseplans? Lernen Sie an diesem Nachmittag einige Wildkräuter und ihre Bestimmungsmerkmale mit allen Sinnen genau kennen und lassen Sie sich auf einem entspannten Spaziergang in einer kleinen Gruppe von den Delikatessen am Wegesrand überraschen. Treffpunkt wird bei Anmeldung besprochen.

Mi 14.30 – ca. 16 Uhr, am 25.09. 219-608

Fr 15.30 – ca. 17 Uhr, am 13.10. 219-609

einschließlich kleiner Kostproben je 1 mal € 12,00

Anmeldung Susanna Schwark, Tel 06195 65772

schleho@t-online.de

### **”Theater Familie Krause”**

Gesamtschule Ke-Fischbach

Info: Herbert Zill, Tel. 06195 74361



**Typisch italienisch Kochen**

Bitte Schürze und Geschirrtücher mitbringen.

Kelkheim-Münster, Eichendorffschule

Di 18.15 - 21.30 Uhr

ab 15.10.2019

Ihre Anmeldung ist verbindlich!

Anmeldung: Pina Tonelli, Tel. 06074 6807031, 0179 4329074

219-601

6 mal

€ 192,00

inkl. Zutaten

**Ort folgender Kurse: Gesamtschule Ke-Fischbach****Couscous-Kochkurs** Der Genuss auf marokkanische Art

Begeben Sie sich bei unserem orientalischen Kochkurs auf eine spannende Entdeckungsreise durch die Welt der kulinarischen Besonderheiten Marokkos. Freuen Sie sich auf unbekannte geschmackliche Kombinationen und einzigartige Gewürzmischungen, die jedem Gericht das gewisse Etwas verleihen und genießen Sie diese am Ende des Abends gemeinsam mit den anderen Teilnehmern. Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Schürze, Getränk nach Wahl, kleines Gefäß für Reste.

219-615

Fr 18.00 - 21.00 Uhr

am 06.09. | am 18.10.

je 1 mal

am 08.11. | am 06.12. inkl. Zutaten €45,00

Anm. Rabha Kahhoudi, Tel. 0160 94676835

rb.kahhoudi@gmail.com

**Eventkochen** für Erwachsene - auch vegan & vegetarisch!

Zum Beispiel anlässlich des jährlichen Betriebsausfluges, Jubiläum, Geburtstag u. ä. gemeinsam mit Freunden, Kollegen ein leckeres Menü zaubern und im Anschluss in netter Atmosphäre genießen.

Verschiedene Kochthemen stehen zur Auswahl. 219-603

Sa 17.00 - 20.00 Uhr - Bitte 4 Wochen vorher reservieren.

Kosten: bei mindestens 5 TN €150,00

Jede weitere Person 30,00 € mehr. Inkl. 10,00 €

für Lebensmittel. Anmeldung siehe Kurs: Pizza Workshop

**Party Buffet** für Erwachsene

Wir bereiten leckere Kleinigkeiten für ein Buffet zu, inkl. die passende Dekoration. Im Anschluss essen wir gemeinsam.

Sa 15.30 - 18.00 Uhr, 1 mal

219-604

am 28.09. 2019

inkl. Lebensmittel €28,00

**Pizza Workshop**

Sa 15.30 - 18.00 Uhr, 1 mal

219-616

am 23.11.2019

inkl. Lebensmittel €28,00

Anmeldung: Gabriele Herbach-Kuhn, Hauswirtschaftsmeisterin /Ernährungscoach, Tel. 06174 2596703

0157 75195715, mamaheutkochich@gmail.com

**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

**Digitale Fotografie - Kamerahandhabung**

Dieser Kurs vermittelt Ihnen den Umgang mit der Kamera. Manuelle Einstellungen werden vorgestellt und geübt, z. B. Aufnahmebetriebsart, Bildqualität, Blenden- und Zeitautomatik, Belichtungsarten, Histogramm usw. Ziel ist es, die Kamera besser kennen und benutzen zu lernen. Erforderlich ist eine Spiegelreflexkamera und, ganz wichtig, das Handbuch.

Kelkheim, Pestalozzi-Schule Block V 219-610

Mo 19.00 - 21.00 Uhr 5 mal

ab 26. 08.2019 €75,00

Anmeldung: Bärbel Gottschalk, Tel. 06195 9199600

**Storytelling****für Referate und mündliche Prüfungen****NEU**

Für Schüler/innen von der 9. - 13. Jahrgangsstufe.

Stehen bei Dir demnächst Referate oder mündliche Prüfungen an? Oder sagen Dir Deine Lehrer immer mal wieder, dass Du Deine Aufsätze vielleicht eine Spur besser strukturieren solltest? Kein Problem! Denn in diesem Workshop lernst Du, wie Du mit dem Konzept des Storytellings – also mit dem Erzählen von passenden Geschichten – wichtige Sachinformationen so verpacken kannst, dass Du Deinen Prüfer nicht nur spielend von Deinem Wissen überzeugst, sondern sie oder ihn dabei auch noch gut strukturiert und spannend unterhältst. Bitte bringe Schreibmaterial mit.

Weitere Infos unter [www.creative-writer.de](http://www.creative-writer.de)

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof R1 219-616

Sa und So 10.00 -16.00 Uhr 2 mal

am 28. und 29.09.2019 €50 ,00

(10 Euro Geschwisterrabatt)

Anmeldung siehe nächster Kurs: Kreatives Schreiben

**Praxisworkshop Kreatives Schreiben**

Haben Sie eine Idee für einen Roman oder eine Kurzgeschichte, aber fehlt Ihnen vielleicht etwas die strukturierte Anleitung zum Schreiben oder ganz einfach nur der eine oder andere Tipp? Kein Problem! In diesem Praxisworkshop besprechen wir die Grundlagen des Kreativen Schreibens und üben diese dann an vorgegebenen Beispielen oder ganz individuell an Ihren eigenen Vorschlägen. Behandelt werden unter anderem die Drei-Akt-Struktur, Erzählperspektive, Charakter & Dialog und Schauplatz & Genre. Bitte bringen Sie Schreibmaterial (gerne auch ein Notebook) mit.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof R1 219-617

Di 18.00 - 20.00 Uhr 6 mal

ab 15.10.2019 €60,00

Anmeldung: Edgar Achenbach, Tel. 0151 22805603

Edgar.Achenbach@mycheer.de

**Kelkheimer Autorengruppe**

Kulturbahnhof Ke-Münster

Leitung und Info: Uta Franck, Tel. 06195 65153

**Russisch - Ideales Gehirntraining**

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

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof R2 219-611  
 Di 17.30 - 19.00 Uhr 15 mal  
 ab 03.09.2019 € 100,00  
 Anmeldung: Dagmar Mirtsching, Tel. 06195 910936

**Schminkworkshop - 5-Minuten Make-up**

Sie wollten schon immer wissen, wie Sie ein typgerechtes Make-up morgens in 5-Minuten hinbekommen und in kurzer Zeit frisch und strahlend aussehen.

Anschließend wandeln wir es in ein Abend-Make-up um. Sie lernen, wie Sie am besten ihren Typ und ihre Vorzüge betonen können. Material wird gestellt, Sie können aber auch gerne Ihre eigenen Make-up-Produkte mitbringen, ich erkläre, wie sie am besten eingesetzt werden.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof R2 219-614  
 Sa 11.00 - 14.00 Uhr  
 am 28.09. | am 09.11.2019  
 Sa 13.00 - 16.00 Uhr je 1 mal  
 am 26.10.2019 € 35,00  
 Anmeldung: Claudia Beck, Visagistin, Tel. 0151 56789456

**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 219-612  
 Fr 17.00 - 18.30 Uhr 6 mal € 180,00  
 am 27.09. | 11.10. | 25.10. | 01.11. | 08.11. | 15.11.  
 Anmeldung: Dr. Facko Traoré  
 Tel. 0157 87166854, setiki@t-online.de

**Musik für mein Kind und mich**

**Eltern-Kind-Kurs** für Kinder von 2-3 Jahren

Rhythmik mit allen Sinnen erfahren durch kreative Musikreisen.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof 219-618  
 Do 16.00 - 16.45 Uhr 8 mal  
 ab 08.09.2019 € 65,00  
 Anmeldung: Angelika Köther  
 Tel. 0172 6126265, info.koether@gmail.com

### Schminkworkshop für Teenis ab 13 Jahre

Du möchtest mit wenig Aufwand ein tolles Make-up für die Schule oder eine Party zaubern - bist aber unsicher? Ich zeige Dir, wie Du Dich als Teenager typ- und altersgerecht schminken kannst. Außerdem bekommst Du noch Reinigungs- und Pflegetipps für Deine Haut. Material wird gestellt, gerne kannst Du aber auch Deine Lieblingssachen mitbringen.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof R2 219-102  
Do 17.00 - 19.00 Uhr 1 mal  
am 24.10.2019 € 25,00  
Anmeldung: Claudia Beck, Visagistin, Tel. 0151 56789456

### Geburtstagskochevent ab 8 Jahren

Ihr Kind hat Lust mit Freunden/Freundinnen ein tolles Geburtstagsbuffet vorzubereiten und dieses im Anschluss zu Hause zu schlemmen und zu feiern? Hier bietet sich die ideale Möglichkeit: Gemeinsam suchen Sie und ich die passenden Rezepte aus, Sie erledigen den Einkauf - Ihre Kinder und ich kümmern uns um die Zubereitung nach vorheriger Absprache und Anmeldung, mind. 4 Wochen vorher.

Kelkheim-Fischbach, Gesamtschule 219-109  
Sa 14.30 - 17.00 Uhr, für 8 Kinder €110,00  
Für jedes weitere Kind €10,00 - max. 12 Kinder  
Anm.: Gabriele Herbach-Kuhn, Hauswirtschaftsmeisterin/Ernährungscoach, Tel. 06174 2596703 | 0157 75195715  
mamaheutkochich@gmail.com

### Kuscheltiere selber nähen

für Kinder ab 8 Jahren, auch für Großeltern und Eltern.

Das Material wird in den Kursen gekauft. Max. 7 - 8 Kinder  
Ke-Münster, Eichendorffschule - Anbau, Lorsbacher Str. 28  
Fr 15.00 - 18.00 Uhr 219-115  
Sa 10.00 - 13.00 Uhr je 2 mal  
am 18. + 19.10. | am 08. + 09.11. Mat. + je Teilnr. € 30,00  
Anmeldung: Heike Stemmer, Tel. 06195 3521  
oder Petra Köhler, Tel. 06174 930003

### Weihnachtsnähkurs für Kinder ab 10 Jahren

Wir nähen kleine Weihnachtsprojekte mit der Nähmaschine. Nähmaschine und Material ist mitzubringen.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 219-116  
Sa 10.00 - 13.00 Uhr je 1 mal  
am 23.11.2019 | am 30.11.2019 € 30,00  
Anmeldung: Marianne Arens, Tel. 06195 63396

**NEU**

### Nähen - für Kinder (ab 8 Jahren) auch für Anfänger

Ihr könnt euer eigenes Projekt realisieren oder etwas aus meinem Angebot auswählen und werdet staunen, was ihr alles könnt. Nähzubehör siehe Erw. Nähkurse S 8

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 219-114  
Fr 16.00 - 18.00 Uhr je 6 mal  
ab 23.09. | ab 25.10.2019 Zuzüglich Material € 60,00  
Anmeldung: Doris Ivanschitz, Tel. 0175 4056777  
di@kleidmanufaktur.de

**Aye! Kinder trommeln!** für 10 - 14-Jährige NEU  
 Wir sind alle Kinder! Irgendwo genießen wir dieses Paradies! Das Kindheitsparadies! Dieses Paradies liegt oft nicht allzu weit entfernt. Nein.

In der Trommel, dem ersten Instrument der Welt, liegt das Paradies! Sie verbindet uns mit Klang und mit Kraft! Kommt mit! Ich will mit Euch trommeln, Euch ein Trommelmärchen erzählen! Die Trommel spricht!

Sie sagt Ba! Sie sagt To! Wir spielen Katabo!

Eigene Kindertrommeln! werden benötigt.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof 219-104

Fr 14.00 - 15.30 Uhr 6 mal €50,00

am 27.09., 11.10., 25.10., 01.11., 08.11., 15.11.

Anmeldung: Dr. Facko Traoré

Tel. 0157 87166854, setiki@t-online.de



### Die Welt ist bunt

Zeichnen und kreatives Malen (11-14 Jährige)

In diesem Kurs können Kinder und Jugendliche Malen und Zeichnen mit verschiedenen Maltechniken erlernen. Sie dürfen entweder Bilder selber entwerfen, bekommen von mir Themen, oder können aus vielen Bildvorlagen wählen.

Fortlaufender Kurs

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus 219-103

Di 16.30 - 18.00 Uhr je 4 mal Material €12,00

ab 03.09. | 15.10. | 12.11. | 10.12. €38,00

Anmeldung: Miguela Marie Chervenak

Tel. 0152 03602923, info@art-mc.de

### Mal- und Drucktechniken für Kinder

Picasso hat gesagt: "Jedes Kind ist ein Künstler."

Dieser Kurs für Mal- und Drucktechniken nimmt die Kinder als junge Künstler mit ins Land des Selbermachens. Kinder gestalten mit den Mitteln, die ihnen zur Verfügung stehen, je nach Entwicklungsstufe. Zwei Altersgruppen in einem Kurs haben sich mehrfach bewährt, deshalb ist das Angebot für 4-9 Jährige und 10-15 Jährige in einem Kurs.

Kelkheim-Hornau, Vereinshaus 219-101

Mi 16.00 - 17.30 Uhr 10 mal

ab 04.09.2019 Mat. €10,00 + €35,00

Anmeldung: Marion Schlosser, Tel. 06195 65335

### „Das kleine Blau im Regenbogenland“

#### Aquarellmalen für Kinder ab 5 Jahren

Spielerisch und mit kleinen Geschichten lernen die Kinder die bunte Welt des Farbmischens. Es entstehen großformatige, wunderschöne Aquarelle.

Bitte Wachsmalkreiden und Malkittel mitbringen.

Kelkheim, Pestalozzischule Block V

Fr 15.30 - 17.00 Uhr 219-104

ab 30.08.2019 je 5 mal

ab 18.10.2019 Mat. € 14,00 + €45,00

Anmeldung: Heike Campana, 01768316474oder

hcampana@gmx.de

**Töpferworkshops für Kinder** 6 -12 Jahre

Freies Gestalten unter Anwendung verschiedener Techniken. Die Kurstage können einzeln gebucht werden!

Kelkheim-Ruppertshain, Rossertschule 219-108  
am 29.09.2019

am 26.10.2019 je 1 mal

am 23.11.2019 Material + € 15,00

Anmeldung: Evi Hame-Ohlenschläger, Tel. 06174 63886

evi.h.o.65@gmail.com

**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 jeder sieht mit anderen Augen. Werkzeuge und Steine sind in allen Größen ausreichend vorhanden.

Kelkheim-Fischbach, Bürgerhaus R1 219-107

Sa 10.00 - 16.00 Uhr 1 mal

am 02.11.2019 Material + € 30,00

Anmeldung siehe Kurs: Töpferwerkstatt

**Töpferwerkstatt für Grundschulkinder**

Spielerisch das Hand-in-Hand arbeiten und koordinieren erlernen mit „Daumenschälchen“ und freien Figuren. Erste Erfahrungen sammeln und Grundregeln erlernen im Umgang mit Ton-Erde. Die Fantasie der Kinder erhalten und fördern!

Kelkheim, "Rote Kreuz Station" Floriansplatz (Keller)

Mo 15.30 - 17.00 Uhr 219-105

ab 14.10.2019 je 4 mal

ab 11.11.2019 € 30,00

plus 1 Abholtermin Material € 5,00

Anmeldung: Helga Estenfelder, Tel. 06195 903144

helga.estenfelder@web.de

**Kreativität und die Faszination des Zauberns**

- Schnupperkurs für Kinder (5 - 9 Jahre)

Fantasiereisen, Geschichten, Märchen mit allen fünf Sinnen (hören, sehen, fühlen, riechen, schmecken) erleben und kennenlernen. Konzentration und Kreativität werden hierbei gefördert (Therapeutisches Zaubern).

Praxis für med. Hypnose und Therapeutisches Zaubern

Kelkheim, Robert-Koch-Str. 116/II im Zauberberg 219-113

Mi 16.00 - 17.00 Uhr 3 mal

am 30.10., 13.11., 20.11.2019 € 27,00

Infos u. Anmeldung: Christine Zink, Tel. 06471 41825 oder

0173 6577205, ChristineZink@gmx.de

**Kreativer Kindertanz** für 4 1/2 - 7Jährige**„Fliegen, Drehen, Balancieren und vor allem Tanzen!“**

Flieg wie ein Vogel im Kreis, balancier wie ein anmutiges Wesen über ein langes Seil oder tanz wie eine Elfe über den Regenbogen!

Seid gespannt, wo uns unsere Tanzgeschichten so hinführen. Am Ende des Kurses werden wir Eure Eltern mit einer feinen, kleinen Präsentation überraschen.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof 219-110

Mi 15.15 - 16.15 Uhr

ab 11.09.2019

Kelkheim-Hornau, Vereinshaus **NEU** 219-106

Do 15.00 - 16.00 Uhr

je 8 mal

ab 12.09.2019

€ 67,00

Anmeldung siehe Kurs: Was passiert als nächstes?

**2tägiger Theaterworkshop** in den Herbstferien

für 10-15 Jährige

**Impro- und Bewegtes Theater****NEU**

Wer Interesse an Sprache, Bewegung, Kreativität und Spontanität hat, der ist in diesem Workshop genau richtig.

Wir geben Euch Ideen und Stichworte, damit werdet Ihr in spannende, ernsthafte, lustige oder auch alltägliche Rollen und kleine Szenen „geworfen“.

Gemeinsam entwickeln und erarbeiten wir Szenen. Alles was Ihr braucht ist Spiel- und Bewegungsfreude!

Vorhang auf!

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof 219-111

Fr 10.00 - 15.00 Uhr

Sa 9.00 - 13.00 Uhr

2 mal

am 10. + 11.10.2019

€75,00

Leitung: Inez Heidemann und Martina Mink

Anmeldung siehe Kurs: Was passiert als nächstes?

**Kreativer Wochenendworkshop** für 8 bis 14 Jährige**„Was passiert als nächstes?“****NEU**

Stellt Euch mal vor: Zwei Gruppen von Menschen oder Wesen treffen aufeinander, die unterschiedlicher nicht sein könnten.

Wo wird das Treffen sein? Wie werden sie sich verständigen können? Wird es gefährlich werden? Oder gibt es eine Feier?

Eure Kreativität und Fantasie sind gefragt. Mit Spiel, Tanz- und Bewegungsfreude geht das Abenteuer los und wir werden garantiert viel Spaß haben.

Am Ende des Workshops könnt Ihr das Ergebnis Eurer Familie und Freunden präsentieren.

Kelkheim-Münster, Kulturbahnhof 219-112

Sa 11.00 - 16.00 Uhr

So 11.00 - 16.00 Uhr Präsentation So 15.30 Uhr

2 mal

am 16. + 17.11.2019

€85,00

Leitung: Inez Heidemann und Martina Mink

Anmeldung: Martina Mink, Tel. 06195 977613, 0172 6921110

martina.mink@gmx.de

## Kunst, Handwerk und Kultur rund um die Alte Kapelle



### Kleinkunst

Kartentel. 0152 08934582

Sa 14.09. - 20:00 Uhr Bürgerhaus

**Simon & Garfunkel Tribute meets Classic**  
Duo Graceland mit Streichquartett und Band

Sa 19.10. - 20:00 Uhr Kulturbahnhof

Robert Griess

**Hauptsache es knallt!** Politisches Kabarett



Jazzclub

Kartentel. 06195 902774

Sa 31.08. - 19:00 Uhr Feuerwehr Ke-Mitte

**Thron der Nachtrevue**

Fr 06.09. - 20:30 Uhr Vereinshaus

**Ischunmeinbruder**

Fr 18.10. - 20:30 Uhr Vereinshaus

**Rody Reyes & Havanna con Klasse**

Fr 08.11. - 20:30 Uhr Vereinshaus

**O-Ton**

### Lesung

Kartentel. 0172 6526575

Do 14.11. - 19:30 Uhr Kulturbahnhof

**Maria Bachmann**

**Du weißt gar nicht, wie gut Du es hast.**

Von einer, die ausbrach, das Leben zu lieben.

### Kindertheater

Kartentel. 06195 74349

Fr 18.10. - 16:00 Uhr Kulturbahnhof

figurentheater eigentlich - **so weit oben** - ab 2 J

So 10.11. - 16:00 Uhr Kulturbahnhof

Galli Theater Wiesbaden

**Ali Baba & die 40 Räuber** - ab 3 J

Fr 06.12. - 16:00 Uhr Kulturbahnhof

Kasperle Kompanie **Kasperl rettet den Nikolaus** ab 3 J

### Klassik

Kartentel. 06195 911455

Fr 29.11. - 19:30 Uhr Rathaus Kelkheim, Plenarsaal

**Christoph Soldan und die Schlesischen**

**Kammersolisten** Klassik/Pop Cross-Over

So 12.01.20 - 17:00 Uhr Stadthalle

**NEUJAHRSKONZERT**

LandesJugendSinfonieOrchester Hessen

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