

# JANUAR – APRIL 2024

---

**Goldbekhaus Winterhude** KURSE | WORKSHOPS | PROJEKTE | VEREINSANGEBOTE



*auf zu neuen Ufern*



## THEATER36 Inklusives Theater

**Bühnenkunst inklusiv.** Jörn Waßmund, Theaterpädagoge und Regisseur dieser inklusiven Gruppe, führt spielerisch in das Theaterspiel ein. Über Körper- und Stimmübungen sowie Improvisationen wird die Phantasie angeregt und das spielerische Vermögen erweitert. Nach und nach entsteht so eine Geschichte, die am Ende auch präsentiert werden soll. Theater 36 ist eine seit 2008 bestehende Theatergruppe von Darsteller\*innen mit und ohne Behinderung.

Leitung: Jörn Waßmund | Regie

In Kooperation mit Leben mit Behinderung Hamburg

Anmeldung: Nadine Voss | Fon: 040 270 790 510

### montags 10:15 – 12:15 Uhr

Bühne zum Hof | kostenfrei



## DIE HERBST-ZEITLOSEN

Theaterprojekt 60+



**Die Bühne hat gerufen!** Die ambitionierte Amateur-Theatergruppe 60+ ist auch nach über 30 Jahren und einigen Herausforderungen quicklebendig. Unter der künstlerischen Leitung von Özlem Winkler-Özkan arbeitet die Alten-Theatergruppe seit April 2023 an der nächsten Inszenierung.

Am ersten Februarwochenende 2024 freuen wir uns auf die Premiere. Danach wird die neue Projektphase gestartet und Interessierte, die dann auch mal den/die Schauspieler\*in in sich entdecken wollen, sind herzlich eingeladen mitzuspielen.

Leitung: Özlem Winkler-Özkan | Schauspielerin, Sängerin, Theaterleiterin

Dienstagsprobe zzgl. Probenstage am Wochenende

### dienstags 14 – 17 Uhr

Bühne zum Hof | 700,- / 400,- | 8 Monate



Foto: Kirsten Haarmann

## GOLD IMPRO

Kurs für Spieler\*innen mit Vorerfahrung



**Improherzen.** Mittlerweile hat sich im Goldbekhaus ein Ensemble von Improherzen zusammen gefunden, die mit viel Spielfreude gemeinsam die spannenden Gefilde des Improtheaters erleben und Geschichten und Beziehungen auch mit Tiefe, aus dem Moment heraus entstehen lassen. Es handelt sich um eine sehr offene Gruppe, die auch gerne neue Gesichter willkommen heißt. Allerdings wird eine gewisse Vorerfahrung vorausgesetzt. Solltest du dir nicht ganz sicher sein, ob du das erfüllst, schreibe uns gerne an. Es wird viel gelacht und mutig ausgehandelt, was den Menschen wirklich bewegt. Schauspiel im Moment! Am 13. März 2024 präsentieren wir eine Werkschau in Form einer öffentlichen Probe.

Leitung: Viviane Eggers | Schauspielerin, Improvisationskünstlerin und Trainerin u.a. bei der »Steifen Brise«  
Start: 9. Januar 2024 | Werkschau: 13. März 2024

### dienstags 19 – 21 Uhr

Deck 9d | 165,- / 100,- | 10 Termine



## BÜHNENLUST Theaterprojekt



**Der Prozess bis zur Premiere.** Äußerst erfolgreiche Theaterpremieren mit sehr unterschiedlichen thematischen Schwerpunkten konnten wir in den letzten zwölf Jahren feiern. Es wird mit theatralen und performativen Umsetzungen gearbeitet, Medien ins Spiel gebracht, in Texten geforscht, improvisiert, inszeniert und ganz viel gespielt.

Leitung: N.N.  
Start: März 2024 | Präsentationen: 7. – 9. November 2024

### mittwochs 19 – 21:30 Uhr

Bühne zum Hof | 700,- / 350,- | 8 Monate



Foto: Kirsten Haarmann

## BAUCHTANZ Workshop



**Für Frauen\* jeden Alters.** »Wir im Quartier« und der Kooperationspartner »Über den Tellerrand Hamburg« freuen sich auch in diesem Jahr wieder darüber, dass Raneem Alromalli regelmäßig einen Bauchtanz-Kurs im Goldbekhaus anbieten wird.

Im zwei-Wochen-Rhythmus habt ihr die Möglichkeit, gemeinsam mit anderen Frauen den orientalischen Tanz zu lernen. Anfängerinnen und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen. Wir freuen uns auf euch!

Leitung: Raneem Alromalli

Anmeldung: [anmeldung.hh@ueberdenteiterrand.org](mailto:anmeldung.hh@ueberdenteiterrand.org)  
Ein Kooperationsprojekt mit Q 8 – Quartiere bewegen und der Kirchengemeinde Winterhude-Uhlenhorst

**freitags 14-tätlich, jeweils 18 – 20 Uhr**

**Termine: 12.1. | 26.1. | 9.2. | 23.2. etc.**

Kinderetage / Seminarraum 1 | 3,-/Termin



## DABKA Workshop



**Gemeinsam Dabka tanzen.** Gemeinsam startet »Wir im Quartier« auch in diesem Jahr mit Ahmad Alzاهر in eine neue Tanzrunde.

Ihr wolltet schon immer den traditionellen arabischen Tanz kennenlernen? Im Goldbekhaus habt ihr die Möglichkeit 14-tätlich als Gruppe zu arabischer Musik zu tanzen und neue Leute kennenzulernen. Wir freuen uns auf euch!

Leitung: Ahmad Al Zاهر

Anmeldung: Daniela Sendker | Fon: 040 278 702-23  
[daniela.Sendker@goldbekhaus.de](mailto:daniela.Sendker@goldbekhaus.de)

Ein Kooperationsprojekt mit Q 8 – Quartiere bewegen und der Kirchengemeinde Winterhude-Uhlenhorst

**freitags 14-tätlich, jeweils 19 – 21 Uhr**

**Termine: 19.1. | 2.2. | 16.2. etc.**

Kinderetage / Seminarraum 1 | gegen Spende



## TANGO ARGENTINO Kurs

**Rhythmus und Leidenschaft.** Der Tango Argentino des 21. Jahrhunderts basiert auf den natürlichen Bewegungsmöglichkeiten des Körpers, so dass ihn jede und jeder lernen kann. Dabei steht die Kommunikation im Mittelpunkt. Tango ist mehr als Führen und Folgen. Nicht nur die traditionelle Tangomusik kommt zum Einsatz, sondern auch Electro-Tango, der dem Tango neue Möglichkeiten und Perspektiven verleiht. Die Kurse finden auf unterschiedlichen Niveaus statt – so werden Neulinge, aber auch Tangoerfahrene fündig.

Leitung: Team Tango Orange | [www.tangorange.com](http://www.tangorange.com)  
Start: 21. Januar 2024

**Dancer 3 | sonntags 14 – 15:30 Uhr**

**Dancer 7 | sonntags 15:30 – 17 Uhr**

**Dancer 1 | sonntags 17 – 18:30 Uhr**

**Dancer 2 | sonntags 18:30 – 20 Uhr**

Halle | 120,- / 70,- p. Pers. | 10 Termine



## FIT AB 50 I UND II kultur/verein

**Körperliche Fitness** ohne Wettk(r)ampf. Auch mit zunehmendem Alter die Beweglichkeit erhalten und fördern – egal, wann Sie damit beginnen

Leitung: Birgit Schaper | Tänzerin, Lizenz Haltung und Bewegung, Entspannung und Stressbewältigung

**montags 9 – 10:30 Uhr**

**montags 10:45 – 12:15 Uhr**

Halle | 19,- / Monat



## COMPLETE BODYWORKOUT I

kulturNverein

**Von oben bis unten fit.** Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit steigern, das allgemeine Wohlbefinden verbessern, Stress ab- und Muskeln aufbauen.

Leitung: Elske Müller-Rawlins | Lizenz Fitness und Gesundheit, Haltung, Bewegung

**montags 19:45 – 21 Uhr**

Halle | 19,- / Monat

## COMPLETE BODYWORKOUT II

kulturNverein

**Ausdauer- und Kräftigungstraining** für den gesamten Körper. Das Training bietet die Möglichkeit, den Körper definiert und gesund zu halten. Zum Teil trainiert ihr mit kleinen Hanteln, Tubes oder anderen Kleingeräten. Die Stunde endet mit einem leichten Stretching.

Leitung: Johann Hartmann | Lizenz Fitness

**mittwochs 19 – 20:15 Uhr**

Halle | 19,- / Monat



## ROLLERSKATING – KEEP ROLLIN'!

kulturNverein

**Du möchtest jamskatzen wie Oumi Janta** oder einfach mal wieder rollschuhlaufen? Egal ob Anfänger\*in oder Rollschuhdisco-Queen – komm ins »Boogie Wonderland« des Goldbekhauses. Jeder übt nach seiner Façon und wir geben uns gegenseitig Tipps von den »Crazy legs« bis zum »Snake walk«. Keep rollin'!

Kontakt: Janina Zielecki | blueskysunhigh@gmail.com

**dienstags 18:15 – 19:50 Uhr**

Halle | 11,- / Monat

## VOLLEYBALL MIXED

kulturNverein

**Training in einer Mixed-Volleyball-Gruppe.** Wir freuen uns vor allem über motivierte Spielerinnen und Spieler, die keine Anfänger\*innen sind. Neben dem Spiel wird auch moderat trainiert. Kommt vorbei!

Kontakt: Naim Nawrozi | naimhamburg@gmx.de

**dienstags 20 – 22 Uhr**

Halle | 11,- / Monat



## ZUMBA Kurs

**Fitness mit Spaß und Partystimmung.** Mit lateinamerikanischen und weltweiten Rhythmen gestaltet Melli ein komplettes Workout, das Elemente aus dem Fitness-, Cardio- und Muskelaufbautraining sowie Übungen für Balance und Flexibilität kombiniert.

Leitung: Melanie Seiffart | Zumba-Trainerin

**mittwochs 18:30 – 19:45 Uhr | Start: 6.9.**  
Bühne zum Hof | 120,- / 70,- | 10 Termine



## TISCHTENNIS kulturMverein

**Wer hat schon eine Tischtennisplatte** im Keller? Kaum einer. Also kommt zu uns und spielt in unserer Tischtennisgruppe mit!

Kontakt: Matthias Vollmer | Fon: 040 46 77 79 99

**mittwochs 20:30 – 23 Uhr**  
Halle | 11,- / Monat

## INLINEHOCKEY kulturMverein

**Vorbei kommen und mitmachen.** Du hast schon einmal auf Inlineskates gestanden? Wenn Du auch schon weißt wie Bremsen, Kurven und Fallen geht, bist Du in unserer fröhlichen Skater-Gruppe 30+ herzlich willkommen.

Leitung: Sven Boye

**donnerstags 20:15 – 22 Uhr**  
Halle | 11,- / Monat



## SPORTTREFF – CAMPUS- UHLENHORST

Goldbekhaus als Gastgeber

**Lasst uns zusammen Sport machen!** Wir sind eine kleine Gruppe von Jugendlichen des Campus Uhlenhorst im Alter von 17 – 21 Jahren und spielen in der oben genannten Zeit z.B. Tischtennis und/oder Hockey in der Halle des Goldbekhauses. Spaß und Fairness sind uns wichtig und wir freuen uns über neue Mitspieler und Mitspielerinnen. Wir bitten um eine Anmeldung, denn die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt.

Anmeldung: Anna Geiger | [a.geiger@campus-uhlenhorst.de](mailto:a.geiger@campus-uhlenhorst.de)

**donnerstags 13:40 – 14:40 Uhr**  
Halle | kostenfrei | vorerst bis Ende März

**Campus**  
UHLENHORST



## WINTERHÜDER JONGLIERTEFF

selbstorganisierte Gruppe

**Wir werfen fröhlich Keulen und Bälle** in die Luft, spielen Flower- oder Devilstick und Poi, lassen Diabolos auf der Schnur tanzen, machen Kontaktjonglage, spielen Hoop, akrobatisieren und musizieren gerne. Sicher fehlt in dieser Aufzählung noch eine ganze Menge. Du bist herzlich dazu eingeladen, uns mal zu besuchen und mit uns zu jonglieren! Halbprofis, Profis und Anfänger\*innen üben gemeinsam und profitieren voneinander.

Kontakt: Markus Hanke | [markus.hanke@web.de](mailto:markus.hanke@web.de)

**sonntags 20 – 22 Uhr**  
Halle | 2,- / Termin



## KLEINKINDER IN BEWEGUNG

für Eltern und Kinder von 1 – 4 Jahren im kulturMverein

**Wir bauen Gerätelandschaften** mit euch, in denen die Kinder spielen, klettern, balancieren, schwingen und schaukeln können – Spiele und Lieder sind auch dabei.

Leitung: Gisela Dührkop | Lizenz Turnen, Kleinkindturnen, Lizenz Kindertanz

**dienstags 15 – 15:55 Uhr**

**dienstags 15:55 – 16:50 Uhr**

**dienstags 16:50 – 17:45 Uhr**

Halle | 15,- / Monat

## KINDERTURNEN

für Eltern und Kinder von 3 – 5 Jahren im kulturMverein

**Klettern, rennen, laut sein!** Hier könnt ihr toben – los geht's.

Leitung: Gisela Dührkop | Lizenz Turnen, Kleinkindturnen, Lizenz Kindertanz

**mittwochs 16 – 16:55 Uhr**

**mittwochs 16:55 – 17:50 Uhr**

Halle | 15,- / Monat



## ABENTEUER BEWEGUNG



für Eltern und Kinder von 1 – 6 Jahren im kulturMverein

**Wir bringen Kinder und Eltern in Aktion.**

Aron und Sabine starten wieder mit dem beliebten Angebot »Abenteuer Bewegung« in das neue Jahr mit euch. Mit Bewegungslandschaften, anderen Kindern und Eltern aus der Nachbarschaft haben hier Familien die Möglichkeit, sich bei jedem Wetter zu bewegen und sich neuen Herausforderungen zu stellen. Bei Interesse an diesem Angebot ist vorab eine Anmeldung für einen Schnuppertermin nötig.

Leitung: Aron Weldegries & Sabine Elster  
Kontakt: Daniela Sendker | Fon: 040 278 702-23  
daniela.Sendker@goldbekhaus.de

Ein Kooperationsprojekt mit Q 8 – Quartiere bewegen und der Kirchengemeinde Winterhude-Uhlenhorst

**donnerstags 16 – 18 Uhr**

Halle | 15,- / Monat



## KUNDALINI YOGA Kurs Hybrid

---

**In der Ruhe liegt die Kraft.** Durch Bewegung, tiefe Erfahrung des eigenen Atems, Entspannung und Meditation werden körperliche Gesundheit und innere Ruhe gefördert. Kundalini Yoga bringt Körper, Geist und Seele in Einklang durch die gezielte Kombination von dynamischen Körperübungen, Atemführung und Meditation. Dies führt zu körperlicher und geistiger Entspannung, Vitalität und Lebensfreude.

Leitung: Annette Hagel-Ruscher | Kundalini Yogalehrerin Stufe II

---

**montags 18 – 19:25 Uhr | Start: 15.1.**

**montags 19:30 – 21 Uhr | Start: 15.1.**

Deck 9d | 120,- / 70,- | 10 Termine



## PILATES Kurs

---

**Körper und Psyche stärken.** Genießt jedes kleine Detail einer Übung und erfährt, wie eure Bewegungen immer weicher und anmutiger werden. Der richtige Rhythmus fördert Grazie, Beweglichkeit sowie das Zusammenspiel aller Muskelgruppen und verbessert so auch Bewegungsmuster im Alltag. Wir kräftigen die Bauchmuskulatur, trainieren Haltung und Atmung und stärken die Wirbelsäule.

Leitung: Frauke Richter | DTB-Trainerin für Wellness und Gesundheit

---

**dienstags 18 – 19 Uhr | Start: 16.1.**

**donnerstags 19:15 – 20:15 Uhr | Start: 18.1.**

Seminarraum 1 / Deck 9d | 105,- / 60,- | 12 Termine



## RÜCKENPOWER Kurs

**Alles im Lot?** Um Beschwerden und Haltungsschäden vorzubeugen, werden gezielt jene Muskelgruppen trainiert, die für die Stärkung und Gesunderhaltung des Rückens verantwortlich sind. Durch schonendes und individuelles Üben, wird genau die Muskulatur gekräftigt, die wir für eine ausgewogene Stabilität und zur Verbesserung der Körperhaltung benötigen. Stark beanspruchte sowie verspannte Muskeln werden entlastet, gedehnt und entspannt. Die eigene Körperwahrnehmung und -haltung werden geschult und verbessert.

Leitung: Frauke Richter | DTB-Trainerin für Wellness und Gesundheit

**dienstags 19:15 – 20:15 Uhr | Start: 16.1.**

**donnerstags 18 – 19 Uhr | Start: 18.1.**

Seminarraum 1 / Deck 9d | 105,- / 60,- | 12 Termine



## QI GONG Kurs für Frauen 50+

**Mit dem Herzen lächeln lernen.** Die sanften Übungen wirken ausgleichend auf Körper, Geist und Psyche. Sie erweitern die Körperwahrnehmung und bewirken eine Stabilisierung des Kreislaufes und des Nervensystems.

Leitung: Beate Mönkedieck | Dipl. Qigong-Lehrerin

**freitags 10 – 11:30 | Start: 19.1.**

**freitags 11:45 – 13:15 Uhr | Start: 19.1.**

Deck 9d | 120,- / 70,- | 10 Termine

## CHANMIGONG Workshop für Frauen

**Tanz der Wirbelsäule.** Meditative Qigong-übungen im Sitzen und bewegte Wirbelsäule-übungen im Stehen. Ein buddhistisches Qigong, bei dem die Wirbelsäule, alle Gelenke und damit der ganze Körper sanft und fließend bewegt werden. Für jedes Alter geeignet.

Leitung: Beate Mönkedieck | Dipl. Qigong-Lehrerin

**Freitag 19. April 10 – 14:30 Uhr**

Deck 9d | 40,- / 25,-



## SONGWRITING-WORKSHOP II MIT DANIEL KAHN

Workshop

**Wie entsteht ein Lied?** Wie kann man einen Text oder eine Übersetzung vertonen und dafür ein Arrangement finden? Daniel Kahn nimmt uns mit in die Kunst des Songwritings und in die Eigenheiten und die Vielfalt jiddischer Musik. In diesem Workshop bringen die Teilnehmenden ihre Erfahrungen, Ideen und Kreativität mit und werden von Daniel Kahn unterstützt, diese musikalisch umzusetzen. Individuell und miteinander schöpfen wir aus verschiedensten Traditionen wie Volksmusik, Sozialprotest und natürlich Klezmer. Der Workshop ist offen für Sänger\*innen, Songwriter\*innen und Instrumentalist\*innen.

Leitung: Daniel Kahn | Anmeldung und Rückfragen: Stella Jürgensen | [info@stellajuergensen.de](mailto:info@stellajuergensen.de)

**Sonntag 21. Januar 12 – 16 Uhr**

Deck 9d | 30,-



## KREATIVES SCHREIBEN

Workshop

**»Was bleibt, was geht, was kommt.«** Der Anfang eines neuen Jahres ist eine Zeit des Übergangs, ein Moment, in dem wir innehalten, zurückblicken und nach vorne schauen. Was nehmen wir mit? Was lassen wir los? Wonach richten wir uns aus? Mit spielerischen Schreibimpulsen machen wir uns auf die Spur. Neugier an der kreativen Selbsterforschung ist willkommen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Ein weiterer Workshop findet am 14. April 2024 statt.

Leitung: Claudia Haagen | Kreativitäts-Coach und Dipl.-Designerin (FH)

**Sonntag 21. Januar 15 – 18:30 Uhr**

Seminarraum 1 | 40,- / 25,-



## DEUTSCHE SPRACHE – FRAUEN TREFFPUNKT

Für Frauen mit und ohne Kleinkindern



**Alphabetisierung.** Lesen, Schreiben und Sprechen. Wir laden Frauen zu einer neuen Form unseres Angebotes ein, bei dem sie gemeinsam mit anderen in die deutsche Sprache eintauchen können. In dem Angebot geht es nicht um die perfekte Ausdrucksweise oder um fehlerloses Schreiben, sondern um den angstfreien Austausch und einen unbeschwer- ten Zugang zur deutschen Sprache in einer familiären Atmosphäre.

Leitung: Sonja Hemme und Simmin Robab Nayeri

Anmeldung: Astrid Jawara | Fon: 040 278 702-16

astrid.jawara@goldbekhaus.de

Ein Kooperationsprojekt mit Q 8 – Quartiere bewegen und der Kirchengemeinde Winterhude-Uhlenhorst

### montags und donnerstags 10 – 12 Uhr

Seminarraum 3 | Seminarraum 1 | kostenfrei



## SONGS FROM HOME

Chor für Frauen und Liedertausch der Kulturen



**Lieder erzählen Geschichten.** Der Chor Songs From Home ist für Frauen aller Nationalitäten die Möglichkeit, die Freude am Singen und an Geschichten aus ihrer Heimat zu teilen. Angeleitet durch die Sängerin und Musikethnologin Imke McMurtrie studieren die Sängerinnen Lieder aus bekannten und unbekannt- ten Heimaten ein. Der Einstieg ist jederzeit möglich und wir freuen uns auf Frauen mit oder ohne Singerfahrung.

Leitung: Imke McMurtrie

Anmeldung (derzeit Warteliste):

Daniela Sendker | Fon: 040 278 702-23

daniela.sendker@goldbekhaus.de

Ein Kooperationsprojekt mit Q 8 – Quartiere bewegen und der Kirchengemeinde Winterhude-Uhlenhorst

### montags 18:30 – 20:30 Uhr

N.N. | kostenfrei – Spende erwünscht



## FAHRRADSELBSTHILFE- WERKSTATT

offene Werkstatt



**Zusammen mit Nachbar\*innen** aus dem Quartier haben wir eine kleine Fahrradrepaurwerkstatt eingerichtet. Geflüchtete haben dort die Gelegenheit, unter Anleitung alte Fahrräder zu reparieren. Reparatur auf freiwilliger Spendenbasis.

Leitung: Klaus Schepe | 040 229 89 61 / 0163 144 67 66  
Ein Kooperationsprojekt mit Q 8 – Quartiere bewegen und der Kirchengemeinde Winterhude-Uhlenhorst

**mittwochs 10 – 17 Uhr**

Heilandskirche | Winterhuder Weg 132



## NÄHWERKSTATT

offene Werkstatt



**Neue Kleidung entwerfen** oder Altes reparieren. In unserer Nähwerkstatt stehen viele bunte Stoffe, Nähmaschinen und Garne bereit. Anfänger\*innen, Fortgeschrittene oder Profis – alle sind willkommen. Ihr werdet von einem ausgebildeten Schneider unterstützt. Wir freuen uns über Geld- und Sachspenden, also: durchsucht Schränke, Keller, Dachböden nach Kurzwaren, Stoffen und funktionierenden Nähmaschinen!

Leitung: Youssef Nahar

Kontakt: Daniela Sender | Fon: 040 278 702-23  
daniela.sender@goldbekhaus.de

Ein Kooperationsprojekt mit Q 8 – Quartiere bewegen und der Kirchengemeinde Winterhude-Uhlenhorst

**donnerstags 18 – 21 Uhr**

Goldbekhof 9e | kostenfrei





### Noch kein Weihnachtsgeschenk?

Kurse eignen sich toll zum Verschenken! Schaut mal unter: [www.goldbekhaus.de/fit\\_kreativ/](http://www.goldbekhaus.de/fit_kreativ/)

## AQUARELLMALEN kultur/Verein

### Kreatives Forschen und Entdecken. In

Themen-Workshops und gemeinsamen Projekten beschäftigen wir uns mit Materialien, Techniken sowie der künstlerischen Umsetzung. Handwerkliche Fähigkeiten und Freude am Malen stehen dabei genauso im Fokus wie die individuelle Ausdruckskraft und kreative Entwicklung.

Leitung: Ernesto Heen

Kontakt: Alex Persiel | Fon: 040 278 702-21

Im 14-tägigen Wechsel digital per Zoom oder im Kreativraum. Bitte eigene Materialien einplanen.

### montags 16:30 – 18:30 Uhr | rotierende Zeiten

Kreativraum im Hof 9d | 19,- / Monat



## ZEICHNEN TIPPS UND TRICKS

kultur/Verein

**Kreative Köpfe** mit Interesse am gegenständlichen Zeichnen können ihre Fähigkeiten und ihren eigenen Stil weiterentwickeln. Abwechslungsreiche Themen, die Vermittlung gezielter Techniken und Zeit zum Üben bieten auch Gelegenheit, eigene Ideen umzusetzen

Leitung: Ernesto Heen

Kontakt: Alex Persiel | Fon: 040 278 702-2

Im 14-tägigen Wechsel digital per Zoom oder im Kreativraum. Bitte eigene Materialien einplanen.

### montags 19 – 21 Uhr | rotierende Zeiten

Kreativraum im Hof 9d | 19,- / Monat



# FIT + KREATIV

---

## Theater + Tanz Fitness + Spiel Gesundheit + Entspannung Wort + Farbe

Weitere Informationen und Anmeldung unter [www.goldbekhaus.de/fit\\_kreativ](http://www.goldbekhaus.de/fit_kreativ)

## AUF EINEN BLICK

---

Unter **Fit + Kreativ** bietet das Goldbekhaus sowohl Vereinsangebote als auch Kurse, Workshops und Projekte.

**Vereinsangebote** sind mit »kulturNverein« gekennzeichnet. An diesen Angeboten können Sie gegen einen monatlichen Mitgliedsbeitrag teilnehmen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Werden Sie Vereinsmitglied und nutzen Sie die diversen Gruppenangebote.

**Kurse, Workshops** und **Projekte** buchen Sie für eine feste Anzahl von Terminen. Darüber hinaus gibt es eine Reihe an Angeboten (offene Werkstätten etc.), die kostenfrei sind. Detaillierte Informationen zur Anmeldung sowie zu Zahlungs- und Rücktrittsmodalitäten sind auf unserer Website unter [www.goldbekhaus.de](http://www.goldbekhaus.de) zu finden.

## VEREINSMITGLIED WERDEN

---

Monatliche Vereinsbeiträge:

- **Aufnahmegebühr € 15,-**
- **Grundbeitrag Erwachsene € 11,-**
- **Grundbeitrag Kinder € 7,-**
- **Zusatzbeitrag für trainer\*innengeleitete Angebote € 8,-**

## KURSANMELDUNG

---

Für **Kurse, Workshops** und **Projekte** können Sie sich unter [www.goldbekhaus.de](http://www.goldbekhaus.de) anmelden. Für Fragen ist unser Infobüro per Fon unter **040 278 702-0** (Di | Mi | Do 15 – 20 Uhr) oder per Mail an **info@goldbekhaus.de** erreichbar.

---

## IMPRESSUM

### **Goldbekhaus e.V.**

Stadtteilkulturzentrum Winterhude  
Moorfuhrweg 9, 22301 Hamburg  
Fon 040 278 702-0 | Fax 040 278 702-20  
[info@goldbekhaus.de](mailto:info@goldbekhaus.de) | [www.goldbekhaus.de](http://www.goldbekhaus.de)  
 [www.facebook.com/goldbekhaus](https://www.facebook.com/goldbekhaus)  
 [www.instagram.com/goldbekhaus](https://www.instagram.com/goldbekhaus)  
USt-IdNr.: DE118720190

Registergericht: Amtsgericht Hamburg  
Vereinsnummer 9024

**V.i.S.d.P.** Katharina Behrens | Goldbekhaus  
Winterhude | Moorfuhrweg 9 | 22301 Hamburg

**Bankverbindung** Hamburger Sparkasse  
IBAN DE96 2005 0550 1301 1200 26  
BIC HASPDEHHXXX

**Spende für die Vielfalt**  
[www.wirwunder.de/hamburg](http://www.wirwunder.de/hamburg)  
Projekt: WIR IM QUARTIER