

KULTURNVEREIN GOLDBEKHAUS

TANZ | FITNESS + SPIEL | WORT + FARBE
DANCE | FITNESS + PLAY | WORD + COLOUR
نوللإا + ڦملکلإا + ڦقايللإا + ڦعىللإا | صقرلإا



*Der kulturNverein im
Goldbekhaus ist etwas
Besonderes!*

*The kulturNverein in the
Goldbekhaus is something
special!*

**ب ع ل ل إ ا ل م ا ك ت ي !
ع ا د ب إ ا ل او ڦ ك ر ح ل ا ع م
ز ك ر م ل ا ي ف**

GOLDBEKHAUS WINTERHUDE

Moorfuhrweg 9 | 22301 Hamburg | 040 278 702-0 | info@goldbekhaus.de
www.goldbekhaus.de |  www.facebook.com/goldbekhaus

Tanz Fitness + Spiel Wort + Farbe **Dance Fitness + Play Word + Colour**

نولدا + قملكللاب عللا + ققاي للداصرقلا

WAS UNS AUSMACHT

Der kulturNverein im Goldbekhaus ist etwas Besonderes! Spiel, Bewegung und Kreativität, integriert im Zentrum für Stadtteilkultur – hier finden Sie eine ganz besondere Atmosphäre. Spaß und Freude an Bewegung und Ausdruck stehen bei uns im Vordergrund. Kein Leistungsdruck, keine lästigen Spiel- oder Turniertermine am Wochenende, sondern einfach ungezwungenes Zusammenkommen, um sich fit und kreativ zu halten. Unser Angebot bietet etwas für die ganz »Kleinen« bis zu den ganz »Großen«.

Angeleitet oder selbstorganisiert. Wir unterscheiden bei unseren Vereinsangeboten angeleitete und selbstorganisierte Gruppen. Bei Ersteren werden Sie von kompetenten LeiterInnen in die jeweiligen Bewegungsformen oder kreativen Techniken eingeführt und durch die Stunden begleitet.

Die selbstorganisierten Gruppen nutzen Räume und Ausstattung des Goldbekhauses und bestimmen ansonsten selbst, was in den jeweiligen Angebotsstunden passieren soll. AnsprechpartnerInnen sind engagierte Vereinsmitglieder, die Ihnen gern weiter helfen.

Das dritte Element unseres Angebotes sind die beliebten Eltern-Kind-Gruppen. Wir bieten Ihren Kindern in verschiedenen, nach Altersstufen gegliederten Gruppen ab einem Alter von 6 Monaten bis zum 13. Lebensjahr, die Möglichkeit sich auszutoben, sich mit anderen Kindern oder Erwachsenen zu bewegen oder an und mit unseren Geräten ein wenig zu turnen.

WHAT MAKES US WHO WE ARE

The **kulturVerein** in the Goldbekhaus is something special! Games, movement and creativity, integrated into the Zentrum für Stadtteilkultur – here you will find a very special atmosphere. Fun and the enjoyment of movement and expression are in the foreground. No pressure, no annoying game or tournament dates on weekends, but simply casual get togethers to keep fit and be creative. Our range offers something for the »very young« to »grown ups«.

Guided or self-organised. We differentiate between guided and self-organised groups in our association offers. In the former, you are introduced to the respective techniques and accompanied through the courses by competent leaders.

The self-organised groups use the rooms and materials of the Goldbekhaus and decide what should happen during the respective offered hours. Contact persons are committed members of the association who will be happy to help you further.

The popular parent-child groups are the third element of our offer. We offer your children the opportunity to move with other children or adults or to exercise a little on and with our devices in groups of different ages from 6 months up to 13 years of age.

نېرخ آلانع انزيمي يذلا ام

عادب إلأو ئەڭرەحلى عم بىللە لەكەتى ئەدیرەن ئاكىم اقىح يە سواه ئەي بىدلوج يە ئېفاچىشلا قىيەمجىلا
قىيەاچىل ئەرىمەتم اخانم نودجت فوس انه - ئەقطەن مەللى يەفاچىشلا ئەڭرەملە يەف
طغۇض ئەمث سېيلەف، ئانتايىلولأا بىلەص يە ئەدىجىلا ئاتا عابطەنلە ئەڭرەحلى يە ئاداعىسىل او ئەعتەملا
لەكپ ئەنكىن كەمىيەف، عوبس آلا ئەيان ئەلەط لالخ ئەجۇزم ئەلەوطەپ و بايغانلۇ دەيىۋام اللو ئادالا جىيان ئەلمەت
ئەينىدىبىلا ئەكتقايىل ئىلىع ئەظافە جەللى ان عم ئەكراشت نأ ئەبرەج تىسىلىو ئەتەرىايىت خا قۇرۇص بىو ئەتساب
«اەرباكا» ئىتتەجى عاون آلا «رەرغص» نەم ئەعون ئەتم ئەسسى او ئەعومجم اننىزىرەل مەشى. ئەي عادبەلە ئەكتاردىق و
ئاتا عومجمىلا ان يىدان ضورىع يە فىن يېرخ آلا ئەن ع فەلتەخن نەن. مې ئەنلى ئەيتاذا و ئەچۈرمىلا ضورىع
يە ئەفەك ئەن يېرىدىم لېبىق نەم كەل امەمىيەقت هەتى ئىلىو آلا ئەعومجم مەللى ئەپسەنلىب ا. ئەيتاذا ئەمەن مەللا و ئەچۈرمىلا
ا. ئەي فىسوردە اھبەح اصىي و ئەركەتەملى ئاتا يېنىتلىلە و ئەق ئايىللا ئەسراهم لەكشى ئەن نەم لەك
يەذلا ام امسىفنەن بىدەخت تو سواه ئەي بىن دلوج قىفارەو تاحاسىم مەدەختىست ا. ئەيتاذا ئەمەن مەللا ئاتا عومجمىلا
نوبحرىنى يەذلا و ئەاطشىنلىا يەدانلىا ئەاضخۇم راوحەلە ئەكىرىش، مەل مەدقى مەل ئاتا عاسىلە يەف ئەتەجى ئەنجى
عوئىلە و دەن ضورىع نەم شەل اشلىا عوئىلە اما. دەعاسىملا نەم دېزەملا تەجتەلا لەچ يە ئەكتىدەعاسىم
ئەنمەت قاطن ئەن ع سېيەفتەللىلە ئەصىر فەلى ئەفەطلەل مەدقىن نەن لەفەطلەو ئەن دېل اولو ئاتا عومجم مەل لەزىفەملا
ئاتا عومجم لەلەخ نەم انتەزەج مادەختىس اب قەضى ئەيدىل نەم لىلەقلە ئەسراهم و راپېكىلە ئەم و ئەلەفەطلەل نەم مەرىيغ
13 ئىتتەجى رەش ئەنسىس رەمع نەم ئەيرەم مەل ئاتا ئەنلىلە بىسەح ئەعزمۇم ئەقلىتەخ

TANZ DICH FIT 50 +

Musik im Körper spüren. Beim Tanzen nach Musik aus aller Welt bringen wir Geist und Körper in Schwung. Dabei lernen wir nette Menschen kennen und haben dabei eine Menge Spaß. Getanzt paarweise, im Kreis, in Squareaufstellungen, in Blockaufstellung und anderen Formen und genießen unsere Choreographien.

Leitung: Karin Mädje
mittwochs 10:30 – 12 Uhr
Bühne zum Hof | 16,- / Monat | für Geflüchtete kostenlos
Ein Partner ist willkommen, aber keinesfalls Bedingung
fürs Mitmachen.



DANCE YOURSELF FIT 50 +

Feel the music in your body. We energise mind and body while dancing to music from all over the world. Here we meet nice people and have a lot of fun. We dance in pairs in circles, in square line ups, in block line ups and other forms and enjoy our choreographies.

Course leader: Karin Mädje
Wednesdays 10:30 - 12:00
Bühne zum Hof | €16/month | free of charge for refugees
A partner is welcome, but not required for participating..

50+ نس ئىتح قق ايل لىك بى صقرا

لالخ نم بس جلا يف يىرسى يىقىي سوملا ساسحا
قىقح نم يىملا عالىا يىقىي سوملا عقو ىلىع مىقىرلا
نم فرىع تىتس. حورل او دس جلا نىب مغان تىلا
رۇشىت فوسو ئافطل سان ئىلىع لەلەل لالخ
ئىلىع مىقىرلا مەتى فوس. ئەعمىلما نم رىيڭىل كېلىپ
تافا فاطمىصا يف يىرىيادل لىكش يف، جاوزا لىكش
ىرخا لىكشأ يفسو، ئاتاك لىكش يف، ئەبعرىم
ان يىدىل تاصقىرلا مېمىمىنىت فوسو و

جىدىم نىيراك بفارش او هيچ جوت
12 ئەعىلىدا ئەواجىلى - 10:30 - 16:00 نم ئابىرىلا مايا
نىيچالل آناجم ارىشىلما / ئانفللما ئىدلا ئىدۇمبا ئەننەلما -
ڭۈرائىچىلىپ اطلىش مىيىل منڭلىپ ھې بىر ھەم كېرىشىلما راضىجا
". ايدا

COMPLETE BODYWORKOUT

Von oben bis unten fit. Hier wird Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit gesteigert. Das allgemeine Wohlbefinden soll sich verbessern und der Stress sich ab- und die Muskeln aufbauen.

Leitung: Elske Müller-Rawlins

montags 19:45 – 21 Uhr

Halle | 16,- / Monat | für Geflüchtete kostenlos.

COMPLETE BODY WORKOUT

Fit from top to bottom. Here endurance, strength, coordination and mobility are increased. Improve general well-being and reduce stress while building up muscles.

Course leader: Elske Müller-Rawlins

Mondays 19:45 - 21:00

Hall | €16/month | free of charge for refugees



موجل لمالك بيردت
قدايز انه هتي لفسسالا ىتح على عالا نم قايل
قردقلا او مغانتلل او فرقلا او لمحتلا على عال
حارلاب نوع عالا نيسحت هتي فوس. هيكل حارل
تالض عالا اانبو داوجال او رستوتلا فيفيختو

زنيلور-رللوم مكسيللا: بفارشاو مي جوت
21 ةعاسلا ئياوغىل - 19:45 - 21 ةعاسلا نم نينثا إلماي
نيئاجالل آناجم | رهشللا / - | ةعاقلا



BAUCH-BEINE-RÜCKEN-PO

Erst gekräftigt, dann relaxt. Effektive und vielfältige funktionelle Übungen zur Kräftigung der Bauch-, Bein-, Rücken- und Gesäßmuskulatur, stets nach den neuesten Erkenntnissen.

Leitung: Anna von dem Berge | mittwochs 19:10 – 20 Uhr | Halle | 16,- / Monat | für Geflüchtete kostenlos

ABDOMEN LEGS BACK BUTTOCKS

First strengthen, then relax. Effective and diverse functional exercises to strengthen the abdominal, leg, back and buttock muscles, always according to the latest findings.

Course leader: Anna von dem Berge
Wednesdays 19:10 - 20:00
Hall | €16/month | free of charge for refugees

رهظل ا-ن يق اسل ا-ن طبل ا

ن يرامت .مهتحارا! مث نمو مهت يوقت "الواً متي يس
ن طبل ا ذي و قت ل دعونت مو ذل اعف ذيفي ظو
امي ادو ،سول جلا تال ضع و رهظل او نيق اسل او
جى اتنل ا ثدح ال اقفو

دغريب ميد نوف ان آ: فارشاو هي جوت
20 ةعاسلا ذي اغل - 10:19 ةعاسلا نم ءاعبرآلما مایا
نيئاجلل ااناجم | رمشلا / 16, | ةعاقللا



يندب نيرمت

نيرمتلا بـالاضـعلـا ءانـبـو تـالـاضـعلـا دـشـ
ةـينـدـبـلـا فـقـايـلـلـا نـيـرـامـتـا نـمـ عـونـ وـهـ يـنـدـبـلـا
ـتـالـاضـعلـا عـيـمـجـ ةـيـوقـتـ ئـلـا فـدـهـيـ يـذـلـا
ـلـبـانـذـلـا مـادـخـتـسـابـ مـتـيـ نـيـرـامـتـلاـ مـذـصـعـ
ـزـرـجـأـلـا نـمـ اـهـرـيـغـ وـأـرـيـسـاـوـمـلـاـوـ،ـرـيـغـصـلـاـ
ـعـاسـءـاـهـنـاـ مـتـيـ.ـةـينـدـبـلـا فـقـايـلـلـاـ ةـرـيـغـصـلـاـ
ـمـسـجـلـلـلـ فـيـفـخـ دـمـبـ بـيـرـدـتـلـاـ

ـغـيـبـ مـوـيـ نـوـفـ انـأـ فـارـشاـوـ مـيـجـوتـ
ـهـعـاسـلـا ةـيـاغـلـ ـ20ـ ـعـاسـلـا نـمـ ءـاعـبرـالـ مـاـيـاـ
ـنـيـرـجـالـلـ ئـانـجـ |ـرـهـشـلـ /ـ ـ16ـ |ـعـاقـلـاـ
ـتـائـنـتـبـمـلـاـوـ نـيـعـنـتـبـمـلـلـ ئـبـسـانـمـ

WORKOUT

Muskelstraffung und Muskelaufbau. Workout ist eine Fitnessvariante mit dem Ziel der Kräftigung der gesamten Muskulatur. Zum Teil wird mit kleinen Hanteln, Tubes oder anderen Fitnesskleingeräten trainiert. Die Stunde endet mit einem leichten Stretching.

Leitung: Anna von dem Berge
mittwochs 20 – 20:50 Uhr
Halle | 16,- / Monat | für Geflüchtete kostenlos
Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene geeignet

WORKOUT

Muscle toning and building. Workout is a physical fitness variant with the aim of strengthening the entire musculature. Small dumbbells, tubes or other small gym equipment will be used in some of the training. The hour ends with light stretching.

Course leader: Anna von dem Berge
Wednesdays 20:00 - 20:50
Hall | €16/month | free of charge for refugees
Suitable for beginners and advanced students



FIT AB 50 I UND II

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

Leitung: Birgit Schaper

montags 9 – 10:30 Uhr und montags 10:30 – 12 Uhr

Halle | 16,- / Monat | für Geflüchtete kostenlos

ن س ن م ًاراب ت عا ٰي ن د ب ل ا ٰق ا ي ل ل ا م ت أ ي ف ن ك
50, I II

50+ AND FIT I AND II

Physical fitness without competition or cramps. Maintain and promote agility with increasing age - no matter when you start.

Course leader: Birgit Schaper

Mondays 09:00 - 10:30

Mondays 10:30 - 12:00

Hall | €16/month | free of charge for refugees

ت الاضرع ل ا ي ف ج ن ش ت ن و د ن م ٰي ن د ب ٰق ا ي ل
ل و ص ح ل ا ٰك ن ك م ي ر م ع ل ا ن م م د ق ت م ن س ي ف ى ت ح
ر ظ ن ل ا ض غ ب - ا ذ ي ز ع ت و ٰي ك ر ح ل ا ٰر د ق ل ا ى ل ع
ه س ر ا م م ل ا ب ٰع د ب ل ا ن س ن ع

رباش ت ي غ ي د ب : فارشاو م ي ج و ت

10:30 ٰع ع ا س ل ا ٰف ي ا غ ل - 9 ٰع ع ا س ل ا ن م ن ي ن ث ا ل ا م ا ي ا

12 ٰع ع ا س ل ا ٰف ي ا غ ل - 10:30 ٰع ع ا س ل ا ن م ن ي ن ث ا ل ا م ا ي ا

ن ي ئ ي ج ال ل ل "اناجم" | ر م ش ل ا / - , 16 | ٰع ع ا ق ل ا



VOLLEYBALL MIXED

Lust in einer netten Mixed-Volleyball-Gruppe zu trainieren? Wir freuen uns vor allem über motivierte Spielerinnen(!), die keine Anfängerinnen sind. Neben dem Spiel wird auch moderat trainiert. Wenn ihr eigentlich schon mit Volleyball aufgehört hattet, es aber doch nicht lassen könnt, kommt gerne vorbei! Wenn ihr noch Fragen habt, ruft gern an!

Kontakt: Harry Bernd, Fon 040 491 82 70
dienstags 20:30 – 23 Uhr
Halle | 10,50 / Monat | für Geflüchtete kostenlos

VOLLEYBALL MIXED

Fancy a nice mixed volleyball group to train with? We are particularly seeking motivated players(!) who are not beginners. In addition to the game, there is also moderate training. If you stopped playing volleyball in the past but miss playing it now, feel free to try us out! If you still have questions, don't hesitate to call!

Contact: Harry Bernd, Tel.: +49 (0) 40 491 82 70
Tuesdays 20:30 - 23:00
Hall | €10.50/month | free of charge for refugees

مُطْلَقْتَخْمَلَة قَرْيَاطَلَة قَرْك

سَرَامِمْ يَلْعَبْ بَرْدَتْلَا يِفْ قَبْغَرْ كَيِدَلْهَ ؟نِي سِنْجَلَلَ قَطْلَقْتَخْمَلَة قَرْيَاطَلَة قَرْكَلَة قَبْعَلْ تَابْعَالَلَابْ قَصْخَوْ بَيِحَرْتَلَة اِنْدَعْسِي مَهْ اوْسِيْلَ يِتْاوْلَلَهْ (!) دَدْجَلَة اِتْاسِمَحْتَمَلَة مَتْسِيْ فَوْسْ قَبْعَلَلَا يِلَىْ فَفَاضِنَابْ بَتَاهِدَتْبَمْ مَتْنَكْ اَذَلْ لَدَتْعَمْ لَكْشَبْ بَيِرْدَتْلَاهْ اَضْيَ اَرْيَاطَلَة قَرْكَلَة قَبْعَلْ سَرَامِمْ نَعْ مَتْفَقَوْتْ دَقْ اَوْلَاعْتَفْ اَهْنَعْ يِلْخَتَلَاهْ نَوْدِيْرَتَالَهْ مَكْنَكْلَهْ !اَنِيْلَاهْ اَوْمَضَنْ اَوْ اَوْدَرْتَتَالَفْ قَلْيَسْ اَمْكَيِدَلْ تَنْنَكْ اَذَلْ اَبْ لَاصْتَلَابْ

فَتَاطَلَهْ 0404918270
ءَاعَلَلَا يِيَاغَلْ 20.30 - 23:00
نَيِّاجَالَهْ "انِاجَمْ رَهَشَلَاهْ / 10.50, | عَاقِلَاهْ



BASKETBALL

Sport ohne Leistungsdruck und nur zum Spaß könnt Ihr in unserer selbstorganisierten Basketballgruppe erleben.

Kontakt: Thomas Heinig, Fon 87 00 71 68
mittwochs 18:30 – 20 Uhr
Winterhude – Grasweg 72 (Halle I) | 10,50 / Monat | für Geflüchtete kostenlos

BASKETBALL

You can experience sports without any pressure and just for fun of it in our self-organised basketball group.

Contact: Thomas Heinig, Tel.: +49 (0) 87 00 71 68
Wednesdays 18:30 - 20:00
Winterhude – Grasweg 72 (Hall I) | €10.50/month | free of charge for refugees

قلسل لارك

قىيچىت تاطوغض نوب قلسل لارك قىرام
مەنڭىكىب، ئەعتەلما لجآن م طقفو تازاجنالا
قلسل لاركلى انقىرىف يې كىلذلەك ئېرىجت
انلىبىق نم لەكشەملا

87007168 فەتاھىدا مۇدۇر، خەنئىنىيە سەھىوت: باھىتالى
20 ئەعاسىلار ئىياڭىل - 18:30 - ئەعاسىلار نم ئاعىرالا مايى
رەمشىلار / 10,50, (I) مۇدۇر ئەعاقىلار Winterhude – Grasweg 72
نىئىچىللار انجاڭ |



TISCHTENNIS

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

Kontakt: Matthias Vollmer, Fon 46 77 79 99
mittwochs 21:05 – 23 Uhr
Halle | 10,50 / Monat | für Geflüchtete kostenlos

TABLE TENNIS

Who has a table tennis table in the basement? Hardly anyone. So come and play in our table tennis group.

Contact: Matthias Vollmer, Tel.: +49 (0) 46 77 79 99

Wednesdays 21:05 - 23:00

Hall | €10.50/month | free of charge for refugees

ڦلواطلا ڦرک

؟وبقلما يف ڦلواطلا ڦرک بع علل ڏدڻنم هي دلن نم
ڦرک بع عل او ان ڀيل ا لاعٽ ئاڻي . دجوي داڪلاب
ڦلواطلا ڦرکل ان تعموم جم يف ڦلواطلا



46777999
23 ڏعاسيلما هي اغٽ - 21:05 ڏعاسيلما نم ئاعبرآلما ماي
نيئي جالل آن اچم | رهشلما / 10,50, | عاقللا

Kinder machen mit ihren Eltern Sport. Das ist ein schönes Erlebnis! Greift zum Schläger und erlebt geniale Ballwechsel!

Kontakt: Peter Nagel-Langenkamp, Fon 040 270 10 79

donnerstags 17:15 – 18:45 Uhr | Halle | 10,50 (Erw.) + 6,50 (Kind) / Monat | für Geflüchtete kostenlos

TABLE TENNIS Parents-Kids | For children aged 8 to 12 years and their parents

Children play sports with their parents.

What a great experience! Grab your bat and experience brilliant rallies!

Contact:

Peter Nagel-Langenkamp, Tel.: +49 (0) 40 270 10 79

Thursdays 17:15 - 18:45

Hall | €10.50 (adult). + €6.50 (child)/month | free of charge for refugees

دال أولـاـنـي دـلـاـولـا قـلـوـاطـلـا قـرـكـ

عـمـ اـمـاعـ 12ـ نـسـ ئـيـاغـلـ ئـنـمـاشـلـاـ نـسـ نـمـ لـافـطـأـلـلـ
مـهـيـ دـلـاـوـ

هـذـهـ مـهـيـ دـلـاـوـ عـمـ ئـضـنـ اـيـرـلـاـ لـافـطـأـلـاـ سـرـامـيـ
ئـرـكـلـاـ بـرـضـمـبـ كـسـمـاـ !ـادـجـ ئـعـتـمـمـ ئـبـرـجـتـ
ئـىـسـنـتـالـ ئـعـقـىـارـ ئـبـرـجـتـبـ عـتـمـتـوـ

فـحـاطـاـ مـقـرـ بـمـاـكـنـغـالـلـغـانـ رـتـيـبـ :ـلـاصـتـالـلـ
0402701079

18:45ـ ئـعـاسـلـاـ ئـيـاغـلـ ـ17:15ـ ئـعـاسـلـاـ نـمـ سـيـعـلـاـ مـاـيـ

ـانـجـ |ـ رـهـشـلـاـ /ـ (ـلـفـطـلـاـ)ـ +ـ (ـنـيـغـلـابـلـلـ)ـ 10,50ـ |ـ ئـعـاقـلـاـ
نـنـيـئـجـ الـلـ



INLINESKATING

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.

Kontakt: Sven Boye, Fon 0172-414 90 86

donnerstags 20:15 – 22 Uhr | Halle | 10,50 / Monat | für Geflüchtete kostenlos

تالج علاب جلزتل ا

تنك اذا؟ جلزتل ا تالج عىل ع قرم تاذ تفقو له
فاطعن إلاؤ لم ارفل ا مدخلت سُتْ فيك فرعت
حى حصلنا ناكملا يف نوافت سُكن اف، طوق سُل او
يف ان عم
الهار +30 نس نم اءادتب ا تالج علاب جلزتلل انت عمجم
هكب الـصـوـ

01724149086
22 ةعاسلا ئياغل - 20 ةعاسلا نم مييغلا مايأ
نيئاجلل انجم | رمشلا / 10,50, | ةعاقلا

IN-LINE SKATING

Have you ever used in-line skates? If you already know how things like brakes, curves and falling work, you're welcome in our merry skaters group 30+.

Contact: Sven Boye, Tel.: +49 (0) 172 · 414 90 86

Thursdays 20:15 - 22:00

Hall | €10.50/month | free of charge for refugees



ELTERN UND KINDER IN BEWEGUNG

Nestgeflüster oder Spielen, Singen,

Freundschaft schließen. In der Kinderetage des Goldbekhauses können Eltern mit Babys und Kleinkindern sich zu treffen. Hier besteht die Möglichkeit mit ihrem und gleichaltrigen Kindern zu spielen und sich mit anderen Eltern auszutauschen. Die selbstorganisierten Eltern-Kind-Gruppen können gerne unser Spiel- und Bewegungsmaterial für Kleinkinder nutzen.

Infos: Regine Hüttl, Fon 040 278 702-15

Di und Do 15 – 17 Uhr

montags 10 – 12 Uhr | 1 – 3 Jahre

Kinderetage im Hof 9d | 6,50 / Monat

für Geflüchtete kostenlos

montags 12 – 13:30 Uhr | 3 Monate – 1 J.

Kinderetage im Hof 9d | 6,50 / Monat

für Geflüchtete kostenlos

montags 15:30 – 17:15 Uhr | 1,5 – 3 Jahre

Kinderetage im Hof 9d | 6,50 / Monat

für Geflüchtete kostenlos

dienstags 15:30 – 17:30 Uhr | 8 Monate – 3 Jahre

mehrsprachige Gruppe

Kinderetage im Hof 9d | 6,50 / Monat

für Geflüchtete kostenlos

donnerstags Miniturnen 10 – 12 Uhr | 1,5 – 3 Jahre

Halle | 6,50 / Monat | für Geflüchtete kostenlos

PARENTS AND CHILDREN ON THE MOVE

Nest whispering or playing, singing,

making friends. On the children's floor of the Goldbekhaus, parents can meet together with their babies and small children. Here, there is the possibility for your children and other children of the same age to play and to interact with you and other parents. The self-organised parent-child groups are welcome to enjoy our games and movement material for toddlers.

Info: Regine Hüttl, Tel.: +49 (0) 40 278 702-15

Tu and Th 15:00 - 17:00

Mondays 10:00 - 12:00 | 1 - 3 years

Kinderetage im Hof 9d | €6,50/month

free of charge for refugees

Mondays 12:00 - 13:30 | 3 months - 1 yr.

Kinderetage im Hof 9d | €6,50/month

free of charge for refugees

Mondays 15:30 – 17:15 | 1,5 - 3 years

Kinderetage im Hof 9d | €6,50/month

free of charge for refugees

Tuesdays 15:30 – 17:30 | 8 months - 3 years

multilingual group

Kinderetage im Hof 9d | €6,50/month

free of charge for refugees

Thursdays Mini-gymnastics 10:00 - 12:00 | 1,5 - 3 years

Hall | €6,50/month | free of charge for refugees

كـهـرـحـلـاـ ئـيـعـضـوـ يـفـ لـافـطـأـلـاـ وـنـيـدـلـاـوـلـاـ

دقـعـوـ، ءـانـغـلـاـ بـعـلـلـاـ وـأـشـاعـلـاـ بـسـمـهـلـاـ
مـهـضـعـبـ عـمـ اـعـقـتـلـلـاـ لـهـلـاـ نـاـكـمـاـبـ بـتـاقـاـصـلـاـ
عـضـرـلـاـ مـهـلـاـفـطـأـ مـهـعـمـ اوـبـلـجـيـوـ اـضـعـعـبـ
تـيـبـ يـفـ لـافـطـأـلـاـ ئـيـاعـرـ رـادـ يـفـ مـهـلـاـفـطـأـلـاـ
دـالـوـلـاـ عـمـ بـعـلـلـاـ ئـيـنـاـكـمـاـبـ دـجـوـتـ اـنـهـ كـيـبـ دـلـوـغـ
ثـيـدـاحـأـلـاـ لـدـابـتـوـ رـامـعـلـاـ نـمـفـنـ نـمـ لـافـطـأـلـاـ وـعـ
عـوـجـمـلـاـ مـهـنـاـكـمـاـبـ نـيـرـخـلـاـ لـافـطـأـلـاـ يـلـاـمـاـعـ
بـاعـلـاـ مـادـخـتـسـلـاـ لـافـطـأـلـاـ وـلـهـلـاـ مـضـتـ يـتـلـاـ
رـاغـصـلـاـ لـافـطـأـلـلـاـ قـصـصـخـمـلـاـ بـعـلـلـاـ تـادـعـمـوـ

فـتـاطـاـ مـقـرـ لـيـتـوـهـ اـنـيـغـورـ بـتـاهـولـعـلـلـ
عـاسـلـاـ ئـيـاغـلـ 15 - 15 ئـعـاسـلـاـ نـمـ سـيـمـخـلـاـ ئـيـاغـلـ ءـاثـالـشـلـاـ نـمـ
3 - 3 نـمـ / 12 ئـعـاسـلـاـ ئـيـاغـلـ - 10 ئـعـاسـلـاـ نـمـ نـيـنـثـلـاـ مـاـيـاـ
تاـواـنـسـ

اـنـاـجـمـ | رـمـشـلـاـ 6,50 / 9d مـقـرـ 9d ئـانـفـلـاـ يـفـ لـافـطـأـلـاـ ئـيـاعـرـلـ رـادـ
نـيـئـجـالـلـ

3 نـمـ / 13:30 ئـعـاسـلـاـ ئـيـاغـلـ - 12 ئـعـاسـلـاـ نـمـ نـيـنـثـلـاـ مـاـيـاـ
دـحـاجـ وـقـنـسـ رـمـعـ ئـيـاغـلـ - رـمـشـاـ

اـنـاـجـمـ | رـمـشـلـاـ 6,50 / 9d مـقـرـ 9d ئـانـفـلـاـ يـفـ لـافـطـأـلـاـ ئـيـاعـرـلـ رـادـ
نـيـئـجـالـلـ

نـسـ نـمـ / 15:30 ئـعـاسـلـاـ ئـيـاغـلـ - 15 ئـعـاسـلـاـ نـمـ نـيـنـثـلـاـ مـاـيـاـ
تاـواـنـسـ 3 - 1,5

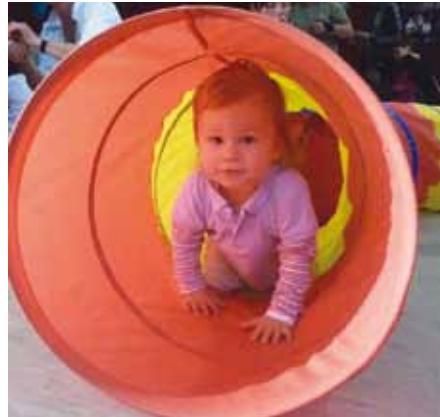
اـنـاـجـمـ | رـمـشـلـاـ 6,50 / 9d مـقـرـ 9d ئـانـفـلـاـ يـفـ لـافـطـأـلـاـ ئـيـاعـرـلـ رـادـ
نـيـئـجـالـلـ

نـسـ نـمـ / 17:30 ئـعـاسـلـاـ ئـيـاغـلـ - 15 ئـعـاسـلـاـ نـمـ ءـاثـالـشـلـاـ مـاـيـاـ
تاـواـنـسـ 3 ئـيـوـغـلـ - رـمـشـاـ 8

تـاغـلـلـاـ ئـدـدـعـتـمـ ئـعـوـجـمـ
| رـمـشـلـاـ 6,50 / 9d مـقـرـ ئـانـفـلـاـ يـفـ لـافـطـأـلـاـ ئـيـاعـرـلـ رـادـ

نـيـئـجـالـلـ "اـنـاـجـمـ"
12 ئـعـاسـلـاـ ئـيـاغـلـ - 10 ئـعـاسـلـاـ نـمـ رـاغـصـلـلـ زـابـمـجـ سـيـمـخـلـاـ مـاـيـاـ

تاـواـنـسـ 3 - 1,5 نـمـ / 12 ئـعـاسـلـاـ ئـيـاغـلـ - 10 ئـعـاسـلـاـ نـمـ / 6,50 | رـمـشـلـاـ / 6,50 | اـنـاـجـمـ | رـمـشـلـاـ / 6,50 |



I, II, III ننس ئياغل - 1 نس نم) لافطلال او لەلل تارون س

KLEINKINDER IN BEWEGUNG I, II, III

Für Eltern und Kinder (1 - 4 Jahre)

Gerätelandschaften, in denen die Kinder spielen, klettern, balancieren, schwingen und schaukeln können. Spiele und Lieder werden nach den Bedürfnissen der Kinder ausgesucht.

Leitung: Gisela Dührkop
dienstags 15 – 15:55 Uhr
dienstags 15:55 – 16:50 Uhr
dienstags 16:50 – 17:45 Uhr
Halle | 12,- / Monat | für Geflüchtete kostenlos

TODDLERS ON THE MOVE I, II, III

For parents and children (1 - 4 years)

Device landscapes, where the children can play, climb, balance, swing and rock. Games and songs are selected according to the needs of children.

Course leader: Gisela Dührkop
Tuesdays 15:00 – 15:55
Tuesdays 15:55 – 16:50
Tuesdays 16:50 – 17:45
Hall | €12/month | free of charge for refugees

ئىچ ئىعېب طلا رظان ملا تازى ھەجت و ۋەزجأ
، قىلسەتلى نوسرا مىي و ، لافطلاب بى على
رايىت خاھتىسىو نىرچىرات يىر ، نۇنزاوتىي
لافطلالا تاجاح و تابىل طەتم بىسح يىن اخالا

بىكىرۇد ئىپزىغ ئەشارشا و مىرىجوت
15:55 ۋەعاسىلا ئياغل - 15 ۋەعاسىلا نم ئاڭالىشلا مايى
16:50 ۋەعاسىلا ئياغل - 15:55 ۋەعاسىلا نم ئاڭالىشلا مايى
17:45 ۋەياغل - 50 ۋەعاسىلا نم ئاڭالىشلا مايى
نىيىچ لالى ان اجم | رەشىلما / - 12 | ۋەعاقىلا



CHILDREN'S GYMNASTICS I AND II

For parents and children (3 - 5 years)

Climbing, running, being loud, romping - off you go.

Course leader: Gisela Dührkop

Wednesday 16:00 - 16:55 clock

Wednesdays 16:55 - 17:50 clock

Hall | €12/month | free of charge for refugees

KINDERTURNEN I UND II

Für Eltern und Kinder (3 – 5 Jahre)

Klettern, rennen, laut sein, toben – los geht's.

Leitung: Gisela Dührkop

mittwochs 16 – 16:55 Uhr

mittwochs 16:55 – 17:50 Uhr

Halle | 12,- / Monat | für Geflüchtete kostenlos



II و I لافطالل زابم جل

(تعاونس س 5 ئياغل - 3 نس نم) لافطالل او لەللى

- حرمىل او يلىاعلا توصىل او ضكىرىل او قىلسەتلا
انب اىيە

بۇڭىرۇد الېئىزىغ ئەپارش او دىچجۇت

16:55 ئەعاسىلدا ئەياغل - 16 ئەعاسىلدا نم ئەجىرىلما مايىأ

17:50 ئەعاسىلدا ئەياغل - 17:55 ئەعاسىلدا نم ئەعبرىلما مايىأ

نېئىجىللى "اناجم | رىشىلما / - 12, | ئەعاقىلما

ZEICHNEN MALEN REDEN

Gleich zu Beginn der Woche kreativ sein ... mal zeichnen, mal malen, ab Frühjahr auch draussen – z.B. an der Alster oder im Hafen. Aber auch zusammen zum Bilder gucken ins Museum oder in die Galerie gehen.

Und dazu auch noch Gedanken austauschen. Das nehmen wir uns vor.

Leitung: Hermann Hinrichsen

montags 11 – 13 Uhr

Kreativraum im Hof 9d | 16,- / Monat | für Geflüchtete kostenlos

Bitte eigene Materialien mitbringen.

DRAWING PAINTING SPEAKING

Be creative right at the beginning of the week ... draw, paint, go outdoors in the spring – for example, on the Alster or to the harbour. But also go together to look at pictures in a museum or in the gallery.

Course leader: Hermann Hinrichsen

Mondays 11:00 - 13:00

Kreativraum im Hof 9d | €16/month | free of charge for refugees

Please bring your own materials

مِسْرَلَا طَيِّبَخْتَلَ ثَدْحَتَلَا

،َهَرَمْ طَطْخَ ... عَوْبِسَالَا ئِي ادَبْ عَمْ اَعْدَبْمَ نَكْ عَيْبِرَلَا لَصَفْنَمْ اَرَابَتَعَا ،ِيرَخَأْ فَرَمْ مَسْرَلَا اَلَّلَثَمْ - جَرَاخَلَا يَفْ كَلَذْ لَعَفْ اَضْيَأْ اَكَنْ كَمَمِي دَهَاهَشْمَ كَلَذْكَوْ ،ِءَانِيمَلَا يَفْ وَأَرَتَسَلَا رَهَنْ اَلَّعْ ضَرَاعَمَلَا يَفْ وَأَيَوْسَ فَحَجَتَمَلَا يَفْ تَاحَوْلَلَا اَذْهَدْ كَلَذْبَ مَايِقَلَا ئَانَّثَا رَاكَفَالَا لَدَابَتَوْ هَلَعَفْلَ طَطَخَنَامْ

نَسْشِيَرَنْنِه نَمَزِيَه :فَارَشَ اوْ دِيجُورْتْ 13 ئَعَالَمَا قَيْيَاغَلْ :- 11:- عَسَلَا نَمْ نَيِّنَثَالَا مَايَا نَيِّيَاجَالَلْ اَنَّجَمْ | رَمَشَلَا 16,- 49 ئَانَّفَلَا يَفْ عَادَبَالَا ئَعَاقْ كَعْ مَصَاصَلَا لَكَتَادَعْ رَاضَحْ اَجَرَيْ



ATELIER IM HOF

Persönliche Auseinandersetzung mit einem Thema.

Dazu gehört gemeinsames Schnellskizzieren, gegenseitiges Portraitierten oder Bearbeiten von Collagen mit mehreren Personen. So entstehen neue Sichtweisen und das Einfühlen in die Arbeitsweise von kann wahrgenommen werden.

Kontakt: Eva Biesenbender, Fon: 040 400 670

montags 19 – 22 Uhr

Kreativraum im Hof 9d | 10,50 / Monat | für Geflüchtete kostenlos

Für MitmalerInnen offene Gruppe von Malerinnen mit unterschiedlichen Berufen aus Hamburg. Jede von uns arbeitet an ihrem Thema, in ihrer Technik und in ihrem Tempo. Wichtig ist uns allen der Austausch über unsere Arbeit, Anregung und Bestärkung.

Bitte eigene Malutensilien mitbringen.

ATELIER IM HOF

Personal examination of a topic. This includes quick sketching, mutual portrait painting or editing of collages with several people.

Thus, new perspectives and empathy for the functioning can be perceived.

Contact: Eva Biesenbender, Tel.: +49 (0) 40 400 670

Mondays 19:00 - 22:00

Kreativraum im Hof 9d | €10.50/month | free of charge for refugees

For fellow painters open group of painters with different professions from Hamburg. Each of us is working on our own theme, in our own technique and at our own pace. The exchange on our work, inspiration and encouragement is important to us all.

Please bring your own materials.

يَجْرِي فِي مُسْرِلَا

لِمَشِي اذْهَرَ امْ عَوْضَوْمَلْ تِي صَخْشَنْ ظَجْلَاعَمْ
هِيرْتَرُوبِلَا مُسْرِلَا كِرْتِشِمَلَا عِيرِسِلَا مُسْرِلَا
صَنْاخْشَأْ قَدْعَعْ عَمْ ئَالْمَزْلَنْ نَمْ ظَجْلَاعَمْ وَلْ دَابْتِمَلَا
كَارَدِإِنْ كَمْيِوْ قَدِيْدَجْ رَظَنْ تَادَهَوْ قَلْخَهَتِيْ ذَبَبَوْ
لِمَعْلَا قَرْطَلَ

040400670
22 ةَعَسِلَا ةِيَاغْلَ - 19 ةَعَسِلَا نَمْ ئَيْنِثَالَا مَايَا
انْاجْ رَشِلَا / 10,50,- | 9d مَقْرَءَانْفِلَا يَفْ عَادِبِلَا ةَعَاقَنْيِيَّا
يَتَاوَلَلَا شَامِسِرِلَا نَمْ ظَحْوَتَفَمْ ةَعَوْمَجْ دَجَوْتَهِسِرِلَا تَايِوَهِلْ
لِمَعَتْ اِنْمَدَحَوْ لَكْ غَرْوِبِمَاهْ ئَنْيِمَنْ نَمْ دَدَعَتَمْ نَمِلْ نَيْمَكَنْيِي
اَهَعَاقِيَّا بِرُوْصَرَأَخَلَلَا يَنْقَتَلَلَا اَبِيلُولَأَبِ، اَبِ صَرَاحَ عَوْضَرَمْ ئَلَعَلْ
يَعِيَّجَشَتِلَلَا¹
كَعَمْ ئَصَلَلَا مُسْرِلَا تَادَعَمْ رَاضِحَيَّ جَرِي



OIL PAINTING

Creative impulses. People who like to paint their pictures with oil paints, but who don't want to do it alone, are exactly right for this group.

Contact: Ute Thormählen-Börck

Tuesdays 18:30 - 20:30

Kreativraum im Hof 9d | €10.50/month | free of charge for refugees | Please bring your own materials..

ÖLMALEN

Schöpferische Impulse. Menschen, die ihre Bilder gerne mit Ölfarben malen, das aber nicht alleine tun möchten, sind in dieser Gruppe genau richtig.

Kontakt: Ute Thormählen-Börck

dienstags 18:30 – 20:30 Uhr

Kreativraum im Hof 9d | 10,50 / Monat | für Geflüchtete kostenlos

Bitte eigene Materialien mitbringen..



يٰتٰيٰزٰلٰ مس رلٰ

مس رنوب حي نـيـذـلـا سـانـلـا .ـقـالـخـ ضـبـنـ
نـوـبـغـرـيـالـاـلـاـنـيـذـلـاـوـ،ـيـتـيـزـمـوـسـرـبـمـهـاتـحـولـ
مـهـاغـتـبـمـنـوـدـجـيـفـوـسـمـهـدـحـوـلـكـلـذـبـمـاـيـقـلـاـيـفـ
انـعـمـ.

لـكـرـوـبـنـيـلـيـمـرـوـنـهـتـوـأـ[ـلـاصـتـالـلـ]
20:30ـ ةـعـاسـلـاـفـيـاعـلـ]ـ |ـ 18:30ـ ةـعـابـرـلـاـنـءـاـثـالـشـلـاـمـأـيـاـ
[ـرـشـلـاـ/ـ 9ـمـقـرـءـانـفـلـاـيـفـعـادـبـإـلـاـعـاقـ
نـيـئـجـلـلـاـنـاجـمـ
كـعـمـفـصـاخـلـاـلـكـتـادـعـمـرـاضـحـاـىـجـرـيـ

FREIES MALEN

Freiraum gestalten. Dieses Angebot richtet sich an MalerInnen, die ohne Anleitung arbeiten, sich dabei aber gerne mit anderen Menschen austauschen möchten.

Kontakt: Susanne Wiens
mittwochs 11 – 14 Uhr

Kreativraum im Hof 9d | 10,50 / Monat | für Geflüchtete kostenlos
Bitte eigene Materialien mitbringen.

FREE PAINTING

Create free space. This offer is open to painters who work without guidance, but it would like to share with other people.

Contact: Susanne Wiens
Wednesdays 11:00 - 14:00
Kreativraum im Hof 9d | €10.50/month | free of charge for refugees
Please bring your own materials.



رحلا مس رللا

هجم وه ضرعل اده .رحلا ماضفل ديسجت
نود مس رللا يف نبغرني ييتاولل ا تمام اسرلل
مسفن تقوللا يف نبغرني ييتاولل او هي جوت
نيرخا سانأ عم لصل او تللا يف

زنيف من ازوس : بلاصتالل
14 ةعاشرلا في اجل .- 11 ةعاسيللا نم ءاعبرالا ماي
اناج | رشيلـا / 10,50- | مقر ءانفللا يف ءادبالا ءاق
نيريالل
ك عم ئصالخا ئكتادعم راضح | ئجري

AQUARELLMALEN

Mit Feingefühl und Mut zum Risiko. Vom behutsamen Farbauftrag auf trockenem Papiergrund bis zum temperamentvollen Umgang mit Wasser und Farbe kann hier aquarelliert werden. Dafür werden handwerkliche Fähigkeiten und individuelle Entwicklungsimpulse vermittelt.

Leitung: Hermann Hinrichsen

mittwochs 19 – 21 Uhr

Kreativraum im Hof 9d | 16,- / Monat | für Geflüchtete kostenlos

Bitte eigene Materialien mitbringen.

WATERCOLOURS

With sensitivity and courage to take risks.

From the careful application of paint on a dry paper base to the spirited handling of water and colour, you can paint in watercolours here. To do this, technical skills and individual development impulses are taught.

Course leader: Hermann Hinrichsen

Wednesdays 19:00 - 21:00

Kreativraum im Hof 9d | €16/month | free of charge for refugees

Please bring your own materials.



قىئاملا ناوللاب مسىرلا

نكمى. ففزاجمو ئارجبو عباسلى ئالاب ساسحاب
صرحلى نم امدى ئىئاملا ناوللاب انە مسىرلا
ۋەچقىررو ۋەچقىررو ئەلطلقا قىيىبىتلىلىخ
لچآنم. نوللابو ئاملا عم سەمىھىتمىلا لەمعاتلىلى
ئىيىفرەت تاردقى لاصىيە مەتىيىس كەلذ قىيىقىخت
قىىدرەت رېيۇطت عفادو

نەشىپىرىنىيە نامىرىيە: فەرارشىوار مىھىجوت
21 ئەعاسىللا ئىيىاغلى - 19. ئەعاسىللا نم ئاعبرالا مايى
اناجم | رەشىلى / 16,- 40 مەقدە ئانفالا ئىف عادبىالا ئەعاق
نىيىچاللى
كەم ئەساغىللا ئەكتادىع، راضىچىرى

FREIRÄUME NUTZEN UND MIETEN

Sie haben kreative Ideen – wir haben den Raum. Sprechen Sie uns gerne an, wenn Sie nach Räumlichkeiten für Ihre selbstorganisierte Gruppe oder für Ihr neukonzipiertes Angebot Ausschau halten! Kontakt: astrid.jawara@goldbekhaus.de



ANZEIGENPLÄTZE SICHERN

Hier könnte Ihre Anzeige stehen. Vielleicht möchten Sie mit einer Anzeige in unserem Programmheft dabei sein und unserem Publikum Ihr Geschäft, Ihre Dienstleistung, Ihr Kursangebot näher bringen? Kontakt: regine.huettl@goldbekhaus.de

VEREINSMITGLIED WERDEN

Werden Sie Mitglied im Goldbekhaus e.V. und nutzen Sie die diversen Gruppen-Angebote. Mitmachen kann jedeR, der bzw. die nach einer Probestunde dem Goldbekhaus e.V. beigetreten ist.

BEITRITSFORMULARE

finden Sie unter www.goldbekhaus.de oder im Büro des Goldbekhauses.

Die **Satzung** des Goldbekhaus e.V. sowie die aktuelle **Beitragsordnung** können unter www.goldbekhaus.de eingesehen werden.

VEREINSANGEBOTE

In **angeleiteten Gruppen** werden Sie von kompetenten LeiterInnen in die jeweiligen Techniken eingeführt und durch die Stunden begleitet.

Die **selbstorganisierten Gruppen** nutzen Räume und Materialien des Goldbekhauses und bestimmen ansonsten selbst, was in den jeweiligen Stunden passieren soll. AnsprechpartnerInnen (siehe jeweiliger Kontakt) sind Vereinsmitglieder, die sich für dieses Amt zur Verfügung gestellt haben und Ihnen gern weiterhelfen.

MITGLIEDSBEITRÄGE

Die zu zahlenden monatlichen Vereinsbeiträge richten sich nach Alter und Angebot:

- Aufnahmegebühr 10,-
- Grundbeitrag Erwachsene 10,50
- Grundbeitrag Kinder 6,50
- Zusatzbeitrag für trainerInnen geleitete Angebote 5,50
- Beitragskonto: Goldbekhaus e.V.

Hamburger Sparkasse

BIC: HASP DE HH XXX

IBAN: DE 62 2005 0550 1301122287

Bitte unbedingt **Name** und **Gruppe** angeben.

Wenn Sie bereits Mitglied im kulturVerein des Goldbekhaus e.V. sind und unsere Vereinsangebote nutzen, bringen Sie gern kostenfrei einen Geflüchteten mit. Bitte rufen Sie vorher an oder schreiben eine Mail alex.lueken@goldbekhaus.de, damit wir mit Hilfe des HSB den Versicherungsschutz gewährleisten können.

BECOME AN ASSOCIATION MEMBER

Become a member of the Goldbekhaus e.V. and take advantage of the various group offers.
Everyone can join Goldbekhaus e.V. or join after taking part in a trial lesson.

MEMBERSHIP APPLICATION FORMS

can be found under www.goldbekhaus.de or in the Goldbekhaus office.

The **Articles of Association** of the Goldbekhaus e.V. as well as the current **fee structure** can be viewed at www.goldbekhaus.de.

ASSOCIATION OFFERS

In **guided groups**, you are introduced to the respective techniques and accompanied through the course by competent leaders.

The **self-organised groups** use the rooms and materials of Goldbekhaus and decide what should happen in the respective hours. Contacts (see the respective contact) are members of the association who made themselves available for this function and will be happy to help you.

MEMBER FEES

The monthly association fees to be paid depend on age and the offer:

- Registration fee of €10.00
- Basic fee adult €10.50
- Basic fee child €6.50
- Additional fee for trainer-guided offers €5.50
- Fee account: Goldbekhaus e.V.

Hamburger Sparkasse

BIC: HASP DE HH XXX

IBAN: DE 62 2005 0550 1301122287

Please indicate your **name** and **group**.

If you are already a member of the kulturNverein of the Goldbekhaus e.V. and take advantage of our association offers, you can bring a refugee with you free of charge. Please call beforehand or write an e-mail to alex.lueken@goldbekhaus.de so that we can ensure insurance protection with the help of the HSB.

ي دان لـ ئـي وـضـع

ضورع فلت خـم ىـلـع لـصـحـت نـأو «ـفـلـجـسـم ئـي عـمـجـ» سـواـه كـي بـدـلـوـج يـفـ أـوضـع حـبـصـت نـأـ
ـقـيـبـيـرـ جـتـلـا ئـعـاسـلـا دـعـبـ سـواـه كـي بـدـلـوـج قـحـتـلـا نـمـ لـكـلـ عـيـمـ جـلـلـ حـاتـمـ رـمـأـ وـهـ بـتـاعـ عـوـمـ جـمـلـاـ

قـاحـتـلـاـ جـذـامـنـ

سـواـه كـي بـدـلـوـج بـتـكـمـ يـفـ وـأـ www.ed.suahkebdlog.com
بـيـوـلـا عـقـومـ يـفـ اـمـدـجـتـ
www.goldbekhaus.de

يـدانـلـاـ ضـورـعـ

اهـبـحـاصـيـوـ تـايـنـقـتـلـاـ قـفـاـكـ يـفـ ئـافـكـاـ نـيـبـرـدـمـ لـبـقـ نـمـ كـهـيـ جـوـتـ مـتـيـ ـهـجـوـمـلـاـ ئـاعـوـمـ جـمـلـاـ يـفـ
اهـيـفـ سـورـدـ

بـجـيـ يـذـلـاـ اـمـ اـسـفـنـ بـدـحـتـوـ سـواـهـ كـيـ بـدـلـوـجـ قـفـارـمـوـ تـاحـاـسـمـ مـدـخـتـسـتـ آـيـتـاـذـ ئـمـظـنـمـلـاـ ئـاعـوـمـ جـمـلـاـ
يـدانـلـاـ ئـاضـعـاـمـ (ـاـنـعـمـ لـصـاـوـتـلـاـ قـرـطـرـظـنـ)ـ رـاـوـحـلـاـ ئـاـكـرـشـ.ـ مـهـلـ ئـمـدـقـمـ ئـاعـسـلـكـ يـفـ شـدـحـيـ نـأـ
ـدـعـاـسـمـلـاـ نـمـ دـيـزـمـلـاـ ـهـيـدـقـتـ مـدـعـسـيـ نـيـذـلـاـوـ بـصـنـمـلـاـ اـذـلـ نـيـحـاـتـمـلـاـ

ـقـيـوـضـعـلـاـ مـوـسـرـ

ـهـبـ ئـاـرـاـتـشـلـاـ مـتـ يـذـلـاـ ضـرـعـلـاـوـ رـمـعـلـلـ آـقـبـطـ ئـيـدـهـشـلـاـ ئـيـوـضـعـلـاـ مـوـسـرـ رـدـقـتـ
→ 10.00 لـيـجـسـتـلـاـ مـوـسـرـ

→ 10.50 رـاـبـاـكـلـلـ يـسـاـسـأـلـاـ غـلـبـمـلـاـ
→ 6.50 لـفـاطـلـلـ يـسـاـسـأـلـاـ غـلـبـمـلـاـ

→ 5.50 نـيـبـرـدـمـلـاـ نـمـ ـهـجـوـمـلـاـ ضـورـعـلـلـ يـفـاضـإـ غـلـبـمـ
→ (ـقـلـجـسـمـ ئـيـعـمـ)ـ سـواـهـ كـيـ بـدـلـوـجـ يـيـلـاـ غـلـبـمـلـاـ لـيـوـحـتـ مـتـيـسـ يـذـلـاـ بـاـسـحـلـاـ
غـرـوبـمـاهـ ئـنـبـ

XXX HH ED PSAH: بـوـكـ تـفـيـوـسـلـاـ
7822211031 05505002 62 ED
ـعـوـمـ جـمـلـاـوـ مـسـالـاـ رـكـذـ يـرـوـرـضـلـاـ نـمـ
ـقـلـاسـرـاـوـأـقـبـسـمـ لـاـصـتـاـلـاـ ئـيـجـاـقـشـلـاـ ئـيـفـاـقـشـلـاـ يـفـ الـعـفـلـابـ وـضـعـ تـنـكـ اـذـاـ

ـانـيـدانـ ضـورـعـ دـحـاـ تـمـدـخـتـسـاـوـ سـواـهـ كـيـ بـدـلـوـجـ ئـيـفـاـقـشـلـاـ ئـيـفـاـقـشـلـاـ يـفـ الـعـفـلـابـ وـضـعـ تـنـكـ اـذـاـ
ـقـلـاسـرـاـوـأـقـبـسـمـ لـاـصـتـاـلـاـ ئـيـجـرـيـ.ـ اـنـاـجـمـ كـعـ يـداـنـلـاـ ئـلـنـيـئـجـالـلـاـ دـحـاـ رـاضـحـ ئـكـنـكـمـيـفـ
ـنـيـمـأـتـلـاـ ئـيـطـغـتـ نـاـمـضـ نـمـ نـكـمـتـنـ ئـتـحـ alex.lueken@goldbekhaus.de
ـيـفـرـصـمـلـاـ بـاـسـحـلـاـ مـادـخـتـسـاـبـ

EIN BEISPIEL

Wer also die Aufnahmegebühr von einmalig € 10,- bezahlt hat und monatlich 1. € 10,50 Grundbeitrag plus 2. € 5,50 Zusatzbeitrag entrichtet, kann für € 16,- monatlich an allen Angeboten im kulturNverein teilnehmen. Das könnte so aussehen, dass Sie z.B. montags zum Workout gehen, dienstags Ölmalen, mittwochs BBRP und Workout genießen und dann donnerstags auch noch Inlineskaten.

AN EXAMPLE

So anyone who pays the registration fee of €10.00 once and monthly 1. €10.50 basic fee plus the 2. €5.50 additional fee, can participate in all the offers at the kulturNverein for €16 per month. It might be that you, for example, workout on Mondays, paint with oils on Tuesdays, do BBRP [abdomen, back, legs and buttocks] and workout on Wednesdays and then inline skating on Thursdays.

لاثم

پیاسا هس روروی 10,50 1. آیرهش عقدیو وروی 10.00 ڈچ او قرم لیجست موسر عقد نم
یف ٹکراش مل اور روی 16,00 غلبم عقدب منکمی یفاضن الی غلبملا اور روی 5,50 2. یل افاضن الاب
یل اب هذت نا لثم لاثملای بس یل ع اذه ودبی دق. ۃیرهشلما ۃیفاصشلما ۃیعجملما ضورع عیمح
تان یرمت سرامتو ءاثالشلما مایا تیزلب اب مسرتو نینشالا مایا لم الکلما یلضعلما نیرمتمتلا
جلزنتلما سیم خلما هوی اُضیا او ءاعبرآلما مایا لم الکلاب لمسج تالضعن یرمت کلذ عبتيو ۃفیفخ
جان یت ابل اب

