

# JANUAR – APRIL 2025

---

**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



Foto: Gesela Köhler



## 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 2024 an der nächsten Inszenierung. Am letzten Febru- arwochenende 2025 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

**dienstags 14 – 17 Uhr**

Bühne zum Hof

Foto: Kirsten Haarmann





## STOPP! DEINE KUNST IST VERBOTEN – KUNST IM NS-STAAT

**Theaterprojekt.** 1933 beginnt der nationalsozialistische Alptraum und Umbau von Staat, Gesellschaft und auch der Kunst nach arischen Vorstellungen. Berufsverbote, Flucht und das Innere Exil zertrümmern den so vielfältigen künstlerischen Aufbruch in die Moderne und verurteilen ihn als »entartet«. Wir tauchen in diese Zeit ein, entwickeln szenische Bilder – nicht ohne einen Blick auf das Heute. Für Theaterneulinge wie erfahrene Darsteller\*innen ohne und mit Beeinträchtigung und verspricht ein intensives Theatererlebnis.

Leitung: Jörn Waßmund | [www.kulturundmehr.org](http://www.kulturundmehr.org)

Gefördert von der Bezirksversammlung Hamburg-Nord.

Rückfragen gerne an [hannes.engl@golbekhaus.de](mailto:hannes.engl@golbekhaus.de).

**mittwochs 19:45 – 21:45 Uhr | Start: 22.1.25**  
Deck 9d | 120,- / 70,- für 7 Termine



## GOLD IMPRO

Kurs für Spieler\*innen mit Vorerfahrung



**Improherzen.** Mittlerweile hat sich im Goldbekhaus ein Ensemble von Improherzen zusammengefunden, die mit viel Spielfreude und Offenheit gemeinsam die spannenden Gefühle des »Impros« 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. Es wird viel gelacht und mutig ausgehandelt, was den Menschen wirklich bewegt. Schauspiel im Moment.

Leitung: Viviane Eggers | Schauspielerin, Improvisationskünstlerin und Trainerin u.a. bei der »Steifen Brise«

**dienstags 19 – 21 Uhr | Start: 21.1.25**  
Seminarraum 1 | 250,- / 150,- für 15 Termine





## BÜHNENLUST Theaterprojekt

**Mit Spiellust zur Premiere.** Es ist eine tolle Reise, in einer anderen Persönlichkeit, mit ihren Emotionen und Werten, ihrer Denk- und Sprechweise unterwegs zu sein und im Zusammenspiel auf andere, ebenso stark gestaltete Figuren zu treffen.

Auf das Ergebnis dieser spannenden Arbeitsweise können wir uns am ersten Aprilwochenende 2025 freuen, wenn das Ensemble »Bühnenlust« die nächste Premiere für uns spielt.

Leitung: Katharina Butting | Schauspielerin und Regisseurin, Trainerin und Dozentin, Leiterin des Hamburger Improvisationstheater Steife Brise  
Co-Leitung Charlotte Butting | Schauspielerin, Trainerin  
Öffentliche Präsentationen: 3. – 5. April 2025

**mittwochs 19 – 21:30 Uhr**

Bühne zum Hof



Foto: Kirsten Haarmann

## BAUCHTANZ FÜR FRAUEN kultur/verein

**Neu im Verein ab 2025!** Im zwei-Wochen-Rhythmus habt ihr die Möglichkeit gemeinsam mit anderen Frauen den arabischen Tanz zu lernen. Anfängerinnen und fortgeschrittene Frauen sind herzlich willkommen. Interessierte können gern eine kostenfreie Probestunde besuchen, danach ist eine Vereinsmitgliedschaft Voraussetzung zur Teilnahme beim Bauchtanz.

Leitung: Raneem Alromali  
Start: Donnerstag, 9. Januar – alle 14 Tage | nicht vom 28.02. – 30.03. (Ramadan) | siehe die aktuellen Termine:  
[www.goldbekhaus.de/programm/kurse-workshops/](http://www.goldbekhaus.de/programm/kurse-workshops/)

**donnerstags 14-tägig | 18:15 – 19:45 Uhr**

Halle | 19,- / Monat



## DABKA FÜR ALLE kulturMverein

**Neu im Verein ab 2025!** Ihr wolltet schon immer den traditionellen arabischen Tanz kennenlernen? Als Vereinsmitglied im Goldbekhaus habt ihr die Möglichkeit, alle 14 Tage als feste Gruppe gemeinsam zu arabischer Musik zu tanzen und stimmungsvoll in Bewegung zu kommen. Gern könnt ihr an einer kostenfreien Probestunde teilnehmen und später als Vereinsmitglieder regelmäßig dabei sein.

Leitung: Ahmad Al Zaher

Start: Donnerstag, 16. Januar – alle 14 Tage | nicht vom 28.02. – 30.03. (Ramadan) | siehe die aktuellen Termine:  
[www.goldbekhaus.de/programm/kurse-workshops/](http://www.goldbekhaus.de/programm/kurse-workshops/)

**donnerstags 14-tägig | 18:15 – 19:45 Uhr**

Halle | 19,- / Monat



## 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.

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

Termine: 19.1. | 26.1. | 9.2. | 16.2. | 23.2. | 2.3. | 16.3. | 23.3. | 30.3. | 13.4. | Start: 19. Januar 2025

**Dancer 6+7 | sonntags 14 – 15:30 Uhr**

**Dancer 1 | sonntags 15:30 – 17 Uhr**

**Dancer 2 | sonntags 17 – 18:30 Uhr**

**Dancer 3 | 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.

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

**montags 9 – 10:25 Uhr**

**montags 10:35 – 12 Uhr**

Halle | 19,- / Monat

## TANZ DICH FIT 60+ kultur/verein

**Mit jeder Menge Spaß fit und aktiv bleiben!**

Bei Tanz dich fit laden wir Teilnehmer\*innen 60+ ein, ihre Ausdauer, Koordination, Kraft und Flexibilität zu verbessern. Unter Anleitung erarbeiten wir spaßbringende und schweißtreibende Dance Moves. Einsteiger\*innen und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen!

Leitung: Anja Steffen | Gruppentrainerin B-Lizenz, Kursleiterin Pilates

**donnerstags 11 – 12 Uhr**

Deck 9d | 19,- / Monat



## COMPLETE BODYWORKOUT I

kultur/verein

**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

kultur/verein

**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 Hantel, Tubes oder anderen Kleingeräten. Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene geeignet!

Leitung: Johann Hartmann | Lizenz Fitness

**mittwochs 19 – 20:15 Uhr**

Halle | 19,- / Monat



## ROLLERSKATING kulturNverein

---

**Keep Rollin'!** Möchtest du lernen, wie du auf Rollschuhen tanzt oder einfach entspannt ein paar Runden durch die Halle rollen? Egal ob Anfänger\*in oder Jamskate-Profi – im Goldbekhaus sind alle willkommen. Jede\*r kann nach Belieben eigene Schritte üben, bei Bedarf gibt es Tipps und Tricks von den anderen oder wir basteln gemeinsam an kleinen Choreos!

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 Spieler\*innen, die keine Anfänger\*innen sind. Neben dem Spiel wird moderat trainiert.

Kontakt: Naim Nawrozi | naimhamburg@gmx.de

---

**dienstags 20 – 22 Uhr**

Halle | 11,- / Monat



## HULA HOOP kulturNverein

---

**Ein Ausdauer- und Kräftigungstraining**

der besonderen Art. Wir bringen das Herz-Kreislauf-System in Schwung. Gleichzeitig mobilisieren wir die Wirbelsäule und trainieren die Bauch- und Rückenmuskulatur.

Der neue Hula Hoop Kurs für Frauen jeden Alters bietet eine großartige Möglichkeit Spaß zu haben und fit zu bleiben.

Zusammen bauen wir Stress ab, stärken unser Selbstbewusstsein und unsere Körpermitte.

Egal ob du Anfängerin oder Fortgeschrittene bist, lass uns zusammen durchdrehen.

Wenn du schon einen Reifen hast, kannst du ihn gerne mitbringen. Ansonsten haben wir aber auch diverse Reifen hier.

Leitung: Anja Steffen | Gruppentrainerin B-Lizenz, Kursleiterin Pilates

---

**mittwochs 17:55 – 18:55**

Halle | 19,- / Monat



## BASKETBALL kultur/Verein

---

**Sport ohne Leistungsdruck** bietet unsere selbstorganisierte Basketballgruppe.

---

Leitung: Thomas Heinig | Fon 87 00 71 68

---

**mittwochs 18:30 – 20 Uhr**

Winterhude – Grasweg 72 (Halle I) | 11,- / Monat

---

## TISCHTENNIS kultur/Verein

---

**Wer hat schon eine Tischtennisplatte** im Keller? Kaum einer. Also kommt zu uns!

---

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

---

**mittwochs 20:30 – 23 Uhr**

Halle | 11,- / Monat

---

## INLINEHOCKEY kultur/Verein

---

**Vorbeikommen und mitmachen.** Du hast schon einmal auf Inlineskates gestanden?

Wenn du auch schon weißt, wie Bremsen, Kurven, Fallen geht, bist du 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 oder Hockey. Wir freuen uns über neue Mitspieler\*innen.

---

Anmeldung: Mareike Bloem und Christoph Klopp  
m.bloem@campus-uhlenhorst.de

---

**donnerstags 13:40 – 14:40 Uhr**

Halle | kostenfrei | bis 6.3.2025

---

**Campus**  
UHLENHORST



## KLEINKINDER IN BEWEGUNG

für Eltern und Kinder von 1 – 4 Jahren im kulturMverein

**Wir bauen Gerätelandschaften**, in denen die Kinder spielen, klettern, balancieren, schwingen und schaukeln können – Spiele und Lieder sind auch dabei. Wir freuen uns, wenn ihr zu einer unverbindlichen Probestunde kommt.

Leitung: Gisela Dührkop | Lizenz Turnen, Kleinkindturnen, Lizenz Kindertanz – aktuell mit Warteliste!

**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!** Kommt zu einer unverbindlichen Probestunde.

Leitung: Gisela Dührkop | Lizenz Turnen, Kleinkindturnen, Lizenz Kindertanz – aktuell mit Warteliste!

**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 Weldegergis & Sabine Elster  
Kontakt: N.N. | Fon: 040 278 702-0  
info@goldbekhaus.de

**donnerstags 16 – 18 Uhr**

Halle | 15,- / Monat



## KUNDALINI YOGA Kurs

**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: 13.1.**

**montags 19:30 – 21 Uhr | Start: 13.1.**

Deck 9d | 145,- / 85,- | 12 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: 14.1.**

Deck 9d | 145,- / 85,- | 15 Termine

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

Deck 9d | 115,- / 65,- | 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: 14.1.**

Deck 9d | 145,- / 85,- | 15 Termine

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

Deck 9d | 115,- / 65,- | 12 Termine



Foto: LSB NRW | Andrea Bowinkelmann

## 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: 24.1.**

**freitags 11:45 – 13:15 Uhr | Start: 24.1.**

Deck 9d | 125,- / 75,- | 10 Termine

## QIGONG GEHEN Workshop für Frauen

**Stilles und bewegtes Qigong** mit meditativem und nierenstärkendem Gehen. Bewusstes langsames Gehen ist eine Form der Meditation. Aus der Stille entsteht die Bewegung und aus der Bewegung entsteht die Stille.

Leitung: Beate Mönkedieck | Dipl. Qigong-Lehrerin

**Freitag 17. Januar 10 – 15 Uhr**

Deck 9d | 50,- / 30,-



## YOGA & SPRACHCLUB Kurs

### Yoga und Sprachförderung für Migrant\*innen.

Dieses Angebot konzentriert sich auf die ganzheitliche Förderung von körperlichem Wohlbefinden sowie auf die Verbesserung der Sprachkompetenzen von Migrant\*innen.

Yoga dient der Reduzierung von Stress und stressbedingten Erkrankungen. Die zusätzliche Sprachförderung soll helfen, sprachliche Hemmschwellen zu überwinden.

Auf diese Weise soll der Kurs dazu beitragen, emotionale Stabilität und Selbstbewusstsein zu stärken und das Lernen der deutschen Sprache zu erleichtern.

Leitung: Tetiana Karpenko

Anmeldung über:

[www.goldbekhaus.de/programm/kurse-workshops](http://www.goldbekhaus.de/programm/kurse-workshops)

**dienstags 16:30 – 18:30 Uhr | Start: 4.2.2025**

Seminarraum 1 | kostenfrei – Spende erwünscht



## ALPHABETISIERUNG FÜR FRAUEN mit und ohne Kleinkinder

**Alphabetisierung.** Lesen, Schreiben und Sprechen. Wir laden Frauen zu einer beliebten 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](mailto:astrid.jawara@goldbekhaus.de)

**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 unbekanntem Heimatorten ein. Der Einstieg ist jederzeit möglich und wir freuen uns auf Frauen mit oder ohne Singerfahrung.

Leitung: Imke McMurtrie  
Anmeldung (derzeit Warteliste):  
Kontakt: N.N. | Fon: 040 278 702-0  
info@goldbekhaus.de

**montags 18:30 – 20:30 Uhr | 14-tägig**  
N.N. | kostenfrei – Spende erwünscht



## INTERKULTURELLES FRAUENFRÜHSTÜCK offenes Angebot

**Für Frauen aller Kulturen.** Unter der Leitung von Raneem Alromalli und Rama Tabbaa, zwei arabisch sprechenden Frauen, könnt ihr neue Kontakte knüpfen, gemeinsam essen und entspannt miteinander in Austausch kommen. Das Frühstück wird gemeinsam zubereitet. Kinder können gerne mitgebracht werden.

Leitung: Raneem Alromalli & Rama Tabbaa  
Kontakt: N.N. | Fon: 040 278 702-0  
info@goldbekhaus.de  
Gefördert vom Bezirksamt Hamburg-Nord.

### **dienstags von 10 bis 12 Uhr**

Termine: 28.1. | 25.2. | 29.4. | 27.5. | 24.6.2025  
Deck 9d | kostenfrei – Spende erwünscht



## INKLUVENTION – DAS OFFENE UND MIXEDABLE KREATIVLABOR Workshops

**Inkluvention geht auf Intervention!** Im Rahmen von 10 Wochenendworkshops (je Samstag und Sonntag) über den Zeitraum 2024 – 2026 könnt ihr euch in zahlreichen künstlerischen Ausdrucksformen austesten: Drucktechniken, die künstlerische und handwerkliche Arbeit mit Naturstoffen, Soundkunst, Upcycling, bildende Kunst, Fotografie – es gilt wie immer: wie ihr lustig seid, was ihr machen wollt! Dazwischen liegen Ausflüge, zusammen gestaltete Ausstellungen an verschiedenen Orten in Hamburg und künstlerische Interventionen im öffentlichen Raum.

Leitung: Manuel Gies und Elena Pisi  
Inkluvention ist ein Kooperationsprojekt des Goldbekhauses mit der Alsterdorfer Assistenz West, gefördert von der Aktion Mensch. | Kontakt: hannes.engl@goldbekhaus.de

**Termine: 18./19.1. | 15./16.3. | 17./18.5.2025**  
treffpunkt.jarrestadt | Teilnahme kostenlos

## 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: N.N. | Fon: 040 278 702-0  
info@goldbekhaus.de

**donnerstags 18 – 21 Uhr**  
Goldbekhof 9e | kostenfrei





## Noch kein Weihnachtsgeschenk?

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

## AQUARELLMALEN kultur/Verein

**Kreatives Forschen und Entdecken.** Themen-Workshops und gemeinsame Projekte beschäftigen sich mit Materialien, Techniken sowie der künstlerischen Umsetzung. Handwerkliche Fähigkeiten und Freude am Malen und Zeichnen stehen dabei genauso im Fokus wie die kreative Entwicklung. Das Aquarellmalen bietet ein wöchentliches Training mit kurzen Übungen. Wir beschäftigen uns mit vielfältigen Themen und nutzen unsere Wahrnehmung fokussiert und intensiv. Wir freuen uns auf Einsteiger\*innen und Fortgeschrittene.

Leitung: Nico Maresch

Kontakt: Alex Persiel | [alex.persiel@goldbekhaus.de](mailto:alex.persiel@goldbekhaus.de)

**montags 12:30 – 14:30 Uhr / 15 – 17 Uhr**

Deck 9d | 19,- / Monat



## ZEICHNEN – TIPPS UND TRICKS

kultur/Verein

**Kreativ am Abend.** Themen-Workshops und gemeinsame Projekte beschäftigen sich mit Materialien, Techniken sowie der künstlerischen Umsetzung. Handwerkliche Fähigkeiten und Freude am Zeichnen stehen dabei genauso im Fokus wie die kreative Entwicklung. An unseren kreativen Abenden werden wir uns einzelnen Themen längerfristig widmen. Dabei setzen wir Materialien wie Zeichenkohle, Zeichenstifte und Kugelschreiber ein. Für Einsteiger\*innen und Fortgeschrittene.

Leitung: Nico Maresch

Kontakt: Alex Persiel | Fon: 040 278 702-11

**montags 19 – 21 Uhr**

Seminarraum 3 | 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

Moorfuhrtweg 9, 22301 Hamburg

Fon 040 278 702-0

[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 | Moorfuhrtweg 9 | 22301 Hamburg

**Bankverbindung** Hamburger Sparkasse

IBAN DE96 2005 0550 1301 1200 26

BIC HASPDEHHXXX | [paypal@goldbekhaus.de](mailto:paypal@goldbekhaus.de)

**Spende für die Vielfalt**

[www.wirwunder.de/hamburg](http://www.wirwunder.de/hamburg)

Projekt: Goldbekhaus