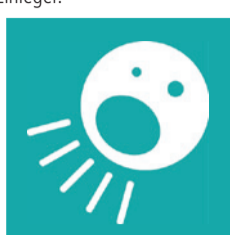
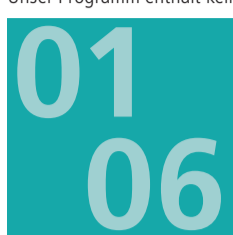




Buntes Miteinander steht für KAZ. Schnappschuss aus einem KAZ Projekt mit Katharina Nossek & Anna Dianda

Alle Angebote und Veranstaltungen sind mit Stand November 2024 erstellt und geplant. Aktuelle Informationen erhalten Sie auf unserer Homepage: www.kaz-goettingen.de Unser Programm enthält keine Einleger.



FÖRDERER UND PARTNER DES KAZ Das KAZ wird seit 1976 von der Stadt Göttingen gefördert und erhält zudem einen Zuschuss des Landschaftsverbandes Südniedersachsen und des Landkreises Göttingen. Wir sind Mitglied in dem Landesverband Soziokultur in Niedersachsen, in der Landesvereinigung Kulturelle Jugendbildung, im Landschaftsverband Südniedersachsen und im Zusammenschluss der Göttinger Kulturstiftungen, dem Verein KUNST. Unsere Kooperationspartner sind: Junges Theater, Jugendhilfe Göttingen e.V., Arbeit und Leben, Kitas, Schulen und Vereine in Göttingen und dem Landkreis. Haben auch Sie Interesse an einer Kooperation mit dem KAZ für ein Projekt oder bei einer Veranstaltung? Sprechen Sie uns an! Tel: 0551-53062 mail@kaz-goettingen.de www.kaz-goettingen.de



Das KAZ wird gefördert durch:



TANZ & THEATER

Alle Termine und mehr Infos auf der KAZ Webseite ANAR DANA - EINE NEUE RUNDE DES PROJEKTES Die internationale bekannte Tänzerin und Choreografin Helene Eriksen startet eine neue Runde des ANAR DANA Projekts in Göttingen. ANAR DANA ist für Frauen jeden Alters und jeder Tanzerfahrung geeignet. Helene wird Dich dort abholen, wo Du stehst, und Dich dazu inspirieren, Deine tänzerische Ausdruckskraft zu entfalten. In einer neuen Gruppe von Frauen wirst Du eine 14-monatige, transformative Reise antreten, die aus zehn intensiven Wochenend-Workshops besteht – sowohl online als auch in Göttingen. Inhalte u.a.: Tanztechnik, Notation, Coreographien. Einige Plätze sind noch verfügbar! Anmeldung www.helene-eriksen.de oder mail@helene-eriksen.de.

Di, 17-18 h, Spiegelsaal KREATIVER TANZ 50+ 70+ 80+ Jenseits von richtig und falsch wollen wir mit Freude und Leichtigkeit zusammen tanzen! Nach kurzem Ankommen und Aufwärmen bewegen wir uns zu Musik unterschiedlichster Stilrichtungen. Kleine Ideen und Impulse regen zu kreativen, schöpferischen Prozessen an, die uns Neues ausprobieren und auch viel Spaß miteinander haben lassen! Da keine vorgegebenen Formen oder Choreografien erarbeitet werden, ist es unabhängig von Vorerfahrung und körperlichen Fähigkeiten für alle Tanzbegeisterte und solche, die es werden wollen, geeignet. Einstieg ist jederzeit möglich. Kontakt: Urte Gerberding, Tel. 0551 9809554, tanz@schamanismus-in-bewegung.de

Anfänger\*innen: Mi 18-19 h Stepp-Erfahrene: Mi 19-20 h & So 19.30 - 21 h STEPP-TANZ IM KAZ - SPASS AN MUSIK UND RHYTHMUS, BEWEGUNG UND KOORDINATION Anfänger\*innen: Einstieg fortlaufend möglich. Grundlegende Fuß-Techniken und Schrittfolgen werden vermittelt u. in Tanz-Choreografien kombiniert. 2 Schnuppertermine gratis, dann 60,00 €/ 10 Termine. Stepp-Erfahrene: Schnuppern jederzeit möglich. Wir üben Technik, Leichtigkeit, Schnelligkeit und zeigen uns gegenseitig Kombinationen, Übungsreihen und Choreo. Keine Unterrichtskosten. Wenn du nach dem Schnuppern dabei bleibst, ist eine Mitgliedschaft im KAZ nötig. Kontakt: Gudrun Stockmann, steppgruppe@kaz-goettingen.de



Wir machen den Job wahr, den du dir vorstellst.

Der Job, der dich und andere weiterbringt. Finde mit uns im Team die Unterstützung und den Erfolg für deine berufliche Zukunft. Jetzt bewerben: spk-goettingen.de/karriere



KULTURTICKET

Die ersten 3 Monate kostenlos Akrobatik – mail@kaz-goettingen.de Die ersten 3 Monate kostenlos jonglieren jonglieren@kaz-goettingen.de 1 Monat kostenlos Yogakurs - Tel. 05506-7219 Kunstangebote Anna Dianda info@annadianda.de Kunstangebote K. Nossek Kunst-Katha@kaz-goettingen.de Kostenlos töpfern in der Keramikwerkstatt: keramik.kaz@gmx.de Weitere Angebote auf: www.kaz-goettingen.de



KINDER GEBURTSTAGE

Kaz-Keramikwerkstatt Sandra Eckardt Tel. 0176-78706950 o.smeckardt@yahoo.com Akrobatik Alex Bühnemann alexbuehnemann@gmx.de

KAZ Atelier Auf Anfrage Katharina Nossek, Kunst-Katha@kaz-goettingen.de

TANZ & THEATER

Do, 20-22 h, Allerleiraum SIDE BY SIDE - SCHOTTISCHER TANZ & MUSIK Der Scottish Country Dance bringt gute Laune und fördert gleichzeitig die Kondition und Koordination. Wir treffen uns zum Tanzen und Musizieren seit mehreren Jahren. Der schottische Tanz ist ein Kontaktsport. Ob mit Partner, mit Freunden oder alleine: Komm vorbei und probier ihn aus. Wir empfehlen bequeme Kleidung und leichtes, flaches Schuhwerk. Info: Petra & Thorsten Lüdecke, luedecke-goettingen@online.de

Di, ab 21 h, Spiegelsaal TANGO ARGENTINO CLUB Offener Tanzabend für alle Tango-Begeisterten. Bitte bei Interesse eine SMS an Matias Guinazu, Tel. 0176-34910932

Anfänger: Mi, Mittelstufe: Di & Do, jew. 17-18 h TRADITIONELLER & MODERNER DOMINICAN BACHATA Entdecken Sie die mitreißenden Rhythmen und die sinnlichen Bewegungen der Dominikanischen Bachata in unseren Kursen für Anfänger\*innen & Fortgeschrittene. Lernen Sie komplexe Drehungen und ausgefeilte Fußarbeit, während Sie Ihre Verbindung zum Tanzpartner vertiefen. Tauchen Sie ein in die faszinierende Mischung aus traditioneller Bachata und modernen, sinnlichen Elementen. Erleben Sie eine inspirierende Reise in die Welt der dominikanischen Kultur und Rhythmen – angeleitet von einem authentischen Trainer aus der Dom. Republik. Bis max 14 Teilnehmer\*innen. Preis: 60€ p/P, Stud. 55€; Kontakt: Ruddy Estévez, info@bachatisimo.de, www.bachatisimo.com



Bachata lernen mit Ruddy Estévez

Di, 18-19 h: Intermediate Di, 19-20 h & 20-21 h: Fortgeschrittene, Spiegelsaal NY-SALSAKURSE Die Kurse sind für alle geeignet, die einen Beginners-Intensiv-Workshop besucht haben, bereits tanzen oder mit grundlegenden Schritten und Drehungen vertraut sind. Technische Ausführung & musikalisches Hintergrundwissen wird hier unterrichtet. Außerdem Wochenend-Workshops für Beginner. (Wechselnde Termine). Info: Michael Michakis, info@freeky-salsa.de

Die: 19-20 h Level 1 (Basics), 20:05-21:05 h Level 3 (Advanced), 21:10-22:10 h Level 2 (Progression), 22:10-23:00 h Social Dancing. Ab 07.01. & 25.02. WEST COAST SWING Entdecken Sie die Welt des West Coast Swing mit unserem umfassenden Tanzkurs, der 3 Level bietet. Das Programm richtet sich an alle Niveaus. 6-Wochen Kurs: 80 €. Kurse in Englisch. Kontakt: wcs.goettingen@gmail.com und Instagram @wcs\_goettingen! Mehr Infos: www.kaz-goettingen.de

Mo, 20:15-21:45 h, Spiegelsaal SALSA CUBANA (CASINO CUBANO MIT MIKE GALVEZ) Dieser Kurs richtet sich an alle Salsa-Interessierten, die sich auf die spielerischen und lebendigen Rhythmen des Salsa Cubana einlassen möchten. Im Mittelpunkt steht das Erlernen von Schritten und Figuren. Um den Körperausdruck zu verbessern, werden wir auch einen Blick auf afrokubanische Tänze (Rumba, Palo, Conga...) werfen. Info: Mike Gálvez; mixqui@web.de; Tel 0176-65235510

Do, 18-19.30 h, Allerlei-Raum FORRÓ Ein Paartanz, ursprünglich aus dem Nordosten Brasiliens. Der Tanz ist einfach zu erlernen und reisst einen schnell mit. Forró wird Barfuß oder mit flachen, einfachen Schuhen getanzt. Ihr benötigt keine\*n feste\*n Tanzpartner\*in um bei dem Kurs mitzumachen. Die Teilnahme findet auf Spendenbasis statt. Kontakt: forrogoettingen@gmail.com. Ianna 0163 -7684409. Klara 0152-33571713. Mehr Infos: instagram @forrogoettingen



Forró Unterricht macht gute Laune

Neue Termine demnächst auf der Webseite des KAZ HOOP DANCE BASICS Einfache Tricks, z.B. wie bekomme ich den Hoop von der Taille über den Kopf? Wie lasse ich ihn in der Luft schweben? Und wie hebe ich den Hoop elegant vom Boden auf? Der Hoop kann mitgebracht o. gekauft o. geliehen werden. HOOP DANCE FORTGESCHRITTENE Fortgeschrittenere Übungen. Jeweiligen Fokus vorher per Email erfragen!, z.B. Rolls, Folds, Isolations, Sprünge, Würfe, Pickups und wie kombiniere ich das alles! 10 € / Workshop. Kontakt: Anna Lucia Sperber, lucia.lovelyloops@gmail.com

Mi, 17-18 h, Spiegelsaal KATHAK KURS FÜR ANFÄNGER\*INNEN & KINDER Kathak lebt von der Ausdrucksstärke seiner Gestik, dynamischen Rhythmen, dem vollen Klang der Tabla und der Melodie wunderter Fußglöckchen. Es werden die raffinierten Grundbewegungen der Kathak und seine charakteristische Fußarbeit geübt. Fortlaufender Kurs (Einstieg jederzeit möglich). Monatl.: 40 € (Student\*innen 32 € / Kinder 24 €). Deodatt Persaud wurde ausgebildet am National Institute of Kathak Dance, Neu-Delhi, Bühnen- und Unterrichtserfahrung in Indien, Deutschland, Südamerika und Europa. Kontakt: D. Persaud, Tel. 01522-7929814, Deodatt\_kathak@yahoo.com

AKROBATIK UND BEWEGUNG

Mo, 20-22 h, Allerlei-Raum MARMA-YOGA Wir sind eine gemischte Gruppe im Alter von Mitte 20 bis Mitte 50, Geübte und weniger Geübte, Bewegliche und weniger Bewegliche. Wir machen Marma – Yoga, auch mit Geräten. Es geht um ein Training der Selbstwahrnehmung und Sensibilisierung. Neugierige können jederzeit eine Stunde kostenlos machen. Anmeldung: Gabriele Albrecht (Gesundheitspädagogin IPSG), Tel. 05506-7219. Studierende erm. mit Kulturticket.



Yoga mit Gabriele Albrecht

Do, 10-11.30 h, Allerlei-Raum HATHA YOGA KURS FÜR STUDIERENDE Kontakt: Gabriele Albrecht 05506-7219. Über das Kulturticket können Studierende einen Monat kostenlos teilnehmen.

Do, 8.15 - 9.45 h, Allerleiraum ATME, BEWEGE DICH, FINDE GELASSENHEIT UND TAUCHE IN DIE STILLE EIN Yoga 10er Reihe mit Krankenkassenzuschuss. Yoga bedeutet Verbindung. Die Verbindung mit dir selbst und mit der Welt. Sich im eigenen Atemrhythmus zu bewegen trägt dazu bei, wir konzentrieren uns und tauchen in den Moment ein. Meditativ, dynamisch, kraftvoll. Die Wohltat von Yoga ist zuallererst Entspannung und Vitalisierung. Kontakt: Christine Schrader zertifiziert BDY/EYU, langjährige Yogalehrende in Berlin/Göttingen. Tel. 0551-63411192 oder www.yogaLandschaft.de

Di, 15.30 - 17 h, Spiegelsaal YOGA FÜR QUEERE MENSCHEN Für alle Menschen, die sich als queer verstehen. Queer meint Weisen des Liebens, Zusammenlebens sowie der Identitätsfindung und der Ausgestaltung von Sexualität, die jenseits klassischer Rollen- und Geschlechterbilder stattfinden. Das umfasst z.B. schwule, lesbische, bisexuelle oder asexuelle Orientierungen sowie trans\* und inter\* geschlechtliche Identitäten. Anmeldung: queeres-yoga@queeres-goettingen.de



Akro-Yoga

So, ab 18 h, Allerleiraum ACROYOGA JAM Wir laden zum offenen Üben ein. Wenn du etwas Erfahrung in AcroYoga oder Partner\*innenakrobatik hast und weißt, wann du einen Spotter brauchst, hast du hier Platz neue Acro-Ideen und Flows auszuprobieren, dich inspirieren zu lassen oder dein Wissen zu teilen. Matten sind vorhanden. Kontakt: michaelcolshorn@web.de

Mo, 18:15-20.00 h, Spiegelsaal OFFENE AKROBATIKGRUPPE. ALTERSGEMISCHT. Kontakt: Alexandra Bühnemann. E-Mail: alexbuehnemann@gmx.de. Teilnahme für Studierende die ersten 3 Monate gratis.

Do, 10.30 - 12 h, Spiegelsaal YOGA FÜR TRANS\*, INTER\*, NON-BINARY, AGENDER,\* Bitte melde dich zu diesem Termin nur an, wenn du dich nicht oder nicht ausschließlich mit dem Geschlecht identifizierst, das dir bei deiner Geburt zugewiesen wurde und/oder du dich außerhalb der vorherrschenden Vorstellung von „männlich“ und „weiblich“ verortest. Der Stil – mal flowig, mal ruhig – kann beschrieben werden als Hatha Yoga mit Einflüssen aus Ashtanga und Yin Yoga. Anmeldung an: queeres-yoga@queeres-goettingen.de

Fr, 17-18 h, Allerleiraum FIT FOR FUN Lateinamerikanische Musik (Merengue, Salsa, Cumbia und Reggaeton u.a.), viel Tanz, Training und große Freude, ergeben eine perfekte, effektive und gesunde Kombination. Hinweis: Sportbekleidung und Wasser mitbringen. Anmeldung: Sabrina Tel: 0179-8366503

BILDUNG & DIVERSITÄT

Do, 1x monatl., 15 - 17h, Spiegelsaal FREUDEFUNKEN \*NEUE ENBY TRANS GRUPPE\* In einem geschützten Raum in achtsamer Atmosphäre lade ich euch ein zum: - Losslassen, entspannen & wohl fühlen üben - Miteinander erleben - Sich selbst und andere wertschätzen. - Atem und Körper wahrnehmen Weitere Infos auf der Homepage des KAZ. Kontakt: Jaymo, Mail: info@transberatung-goettingen.de oder Telefon: 0157-79878397

Mi, 12.30-14.30 h, Freiraum. BETZAVTA MIT ARNE Vorherige Anmeldung notwendig. Leitung: Andreas Arne-mann, Betzavta – Multiplikator. Kontakt nur telefonisch: 0160-98633750.

