

## Montag – Donnerstag

### Hausaufgabenhilfe

Zeit: 13.10 – 13.55 Uhr  
Ort: Raum 221  
Leitung: Madlin Hornbostel, Nicolas Hansen, Talisa Baumunk, Emilie Behrend

Von Montag bis Donnerstag könnt ihr eure Hausaufgaben unter Aufsicht erledigen. Bei Bedarf bekommt ihr auch Hilfe durch den Kursleiter.

**Es ist keine Anmeldung erforderlich!**



### Offene Betreuung

Zeit: 13.10 – 15.30 Uhr  
Ort: Gymnasium, OGS-Raum (genaue Raumbezeichnung folgt)  
Leitung: Gabriela Meyenburg

Warten auf einen Kurs? Warten auf den Bus? Langeweile? Im OGS-Raum sind viele Gesellschaftsspiele, die ihr allein oder gemeinsam mit der Kursleiterin spielen könnt.

Es ist ein tolles Bücherangebot zum Lesen im OGS-Büro vorhanden und ihr könnt euch auch Bälle für den Pausenhof ausleihen.

## Montag – Freitag

### Offenes Angebot im Jugendhaus

Zeit: täglich, 12.00 – 14.30 Uhr  
Klassenstufen: ab 7. Klasse  
Ort: Jugendhaus, Marschweg 14  
Leitung: Jugendhausteam

Wir bieten euch einen offenen Treffpunkt und Spielmöglichkeiten an. In der genannten Zeit könnt ihr euch in den Räumen aufhalten und z. B. Billard, Tischtennis, Fußball, Dart oder Playstation 4 spielen.

Es gibt auch einen Raum nur für Mädchen! Ihr könnt somit bei uns z. B. die Wartezeit auf einen OGS-Kurs oder Freistunden überbrücken.



## Verschiedene Termine

### Zehn-Finger-Tastschreiben

Klassenstufen: ab 5. Klasse  
Ort: Gymnasium/ Computerraum 20  
Kosten: € 15,00/ 10 Termine  
Kursleitung: Ingeborg Liebscher

Willst du am Computer schnell schreiben lernen? Dann melde dich zu diesem Kurs an. Hier wird das „Richtige Schreiben nach der 10-Finger-Tastmethode“ und die dazu nötigen PC-Grundlagen in Word vermittelt. Schwerpunkt ist das 10-Finger-Blindschreiben. Das Unterrichtsmaterial wird gestellt.

Folgende 5 Kurse stehen an den genannten Wochentagen

zur Auswahl: Kurs	Tag/ Beginn	Uhrzeit
Kurs A	Mo. 02.09.19	16:30-18:00 Uhr
Kurs B	Di. 03.09.19	16:30-18:00 Uhr
Kurs C	Mi. 04.09.19	16:30-18:00 Uhr
Kurs D	Do. 05.09.19	16:30-18:00 Uhr
Kurs E	Fr. 06.09.19	16:30-18:00 Uhr

Es kann evtl. noch zu Verschiebungen von Kurszeiten kommen! Bei der Anmeldung sind folgende Angaben erforderlich: Kurs, Telefonnummer (Festnetz) und mindestens ein Ausweichkurs. Eine Anmeldebestätigung ergeht rechtzeitig per E-Mail /Telefon durch die Kursleitung.



Falls Sie Zeit und Lust haben, im nächsten Schulhalbjahr einen Kurs anzubieten oder Fragen zu den Kursen haben, sprechen Sie uns bitte an. Fragen Sie auch gerne in Ihrem persönlichen Umfeld nach, ob jemand einen Kurs in der OGS anbieten möchte.

Liebe Schülerinnen und Schüler, sehr geehrte Eltern,

mit diesem Flyer stelle ich euch und Ihnen die Kurse im Rahmen der Offenen Ganztagschule (OGS) für das erste Schulhalbjahr 2019/20 vor. Wir haben wieder ein breit gefächertes Kursangebot zusammengestellt, aus dem zusätzlich zum Unterricht Kurse ausgesucht werden können. Die Kurse werden gemeinsam mit anderen Schulen durchgeführt. Einige finden auch außerhalb der Schulen statt. Eine Begleitung dorthin erfolgt nicht!

Folgende Informationen sind bei der Kursauswahl bitte zu beachten:

**Die Kurse beginnen ab dem 02. September 2019!**

**Die Anmeldung** für die Kurse erfolgt ausschließlich online und sollte bitte **bis zum 20.08.19** (Dienstagabend) abgeschlossen sein! Spätere Anmeldungen sind per E-Mail an Frau Baumann möglich, falls noch Plätze frei sind.

Der **OGS-Anmeldebutton** befindet sich auf der Startseite [www.gymkaki.de](http://www.gymkaki.de). Dieser führt zur OGS-Seite, auf welcher der Nutzer sich erst einmal einen Nutzernamen und Kennwort zulegen muss. Das Vorgehen wird genau beschrieben. Sollten Schwierigkeiten mit dem Anmeldesystem auftreten, meldet euch bzw. melden Sie sich bitte bei Frau Baumann.

Für einige Kurse konnten bis zum Redaktionsschluss dieses Flyers nicht alle Daten festgelegt werden. Dies wird erst möglich sein, wenn der neue Stundenplan erscheint. Bitte informiert euch bzw. informieren Sie sich daher zum Schuljahresbeginn über diese Präzisierungen in der Anmeldemaske unter „Kursanmeldungen“, auf dem **Digitalen Schwarzen Brett (Bildschirme in den Eingangsbereichen) oder in der OGS-Vitrine (am Haupteingang auf der rechten Seite)**.

Eine **Bestätigung über die Kursteilnahme** erfolgt über die Teilnehmerlisten in den OGS-Schaukästen in der Schule. Diese hängen spätestens **ab dem 29.08.19** (Donnerstag) dort aus (für ca. zwei Wochen). Mögliche Veränderungen sind ebenfalls dort zu finden. Falls ihr euren Namen nicht findet, fragt gerne noch einmal bei Frau Baumann am besten per E-Mail nach.

**Alle Kursteilnehmer/-innen sollten sich an ihren Kurs- tagen bis 13.10 Uhr auf dem Digitalen Schwarzen Brett (rechte Spalte) über tagesaktuelle Veränderungen informieren!**

**Nur so kann ein vergebliches Warten auf einen kurzfristig aufgefallenen Kurs verhindert werden.**

Sollten sich zu viele Schüler für einen Kurs interessieren, werden die Plätze ausgelost.

Bei einigen Kursen wird eine **Eigenbeteiligung** erhoben. Hier bitten wir Sie als Eltern um die Unterzeichnung eines Überweisungsträgers, der im Kurs ausgeteilt wird. Bitte geben Sie Ihrem Kind kein Bargeld mit in die Kurse.

Kaltenkirchen, im August 2019

Anspruchsberechtigte Eltern wenden sich bitte an ihren Berater im Jobcenter, um einen **Antrag auf Leistung für Bildung und Teilhabe** stellen zu können.

Das erste Treffen wird als „Schnuppermöglichkeit“ angesehen. Danach wird die Teilnahme verbindlich. Bitte stellen Sie als Eltern eine regelmäßige Teilnahme Ihres Kindes sicher. Eine spätere Abmeldung aus dem Kurs kann (in Ausnahmefällen!) nur schriftlich durch einen Erziehungsberechtigten erfolgen.

Sollte eine Teilnahme (z. B. wegen Erkrankung) nicht möglich sein, bitten wir um eine Entschuldigung per E-Mail oder Telefon an Frau Baumann.

Durch die Anmeldung des Kindes bei einem oder mehreren OGS-Kursen wird das Einverständnis vorausgesetzt, dass die persönlichen Daten Ihrer Kinder an die Kursleiter für Kurszwecke weitergegeben werden.

Wir bieten eine kostenfreie Hausaufgabenhilfe von Montag – Donnerstag in der Zeit von 13.05 -13.50 Uhr in Raum 221an.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Grundsätzlich fallen alle Kurse aus, wenn vormittags kein Unterricht stattfindet!

Ich wünsche euch und Ihnen gemeinsam mit Herrn Mehrens und Frau Baumann eine spannende Kursauswahl und verbleibe mit freundlichen Grüßen

Reinhard Redemund  
Schulleiter



Foto: Heike Baumann und Jens Mehrens

**Verantwortlich für die OGS:**  
Jens Mehrens (Gymnasium): 04191- 3001

Heike Baumann (Tausendfüßler Stiftung)  
0175 - 91 97 715, bzw.  
[heike.baumann@tf-stiftung.de](mailto:heike.baumann@tf-stiftung.de)

Kontakt

# Gymnasium Kaltenkirchen Offene Ganztagschule (OGS) Ganztagsangebot



Das Bild ist im Kunstkurs entstanden



**1. Schulhalbjahr  
2019/20**



## Montag

### Digitale Bildbearbeitung

Zeit: Montag, 14.00 – 15.30 Uhr  
 Klassenstufen: ab 5. Klasse  
 Ort: Gemeinschaftsschule am Marschweg, Computerraum I  
 Kursleitung: Monika Barann  
 Durch digitale Bildbearbeitung werden eure Fotos verbessert oder ganz neu komponiert. Ihr lernt, wie man eigene Grußkarten gestaltet und wie Bilder in Kombination mit Filter und Malwerkzeugen zu kleinen Kunstwerken werden. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Außerdem erstellen wir aus verschiedenen Bildmotiven neue, einzigartige Kompositionen.  
 Bitte bringt eure Digitalkamera mit.

### Schach

Zeit: Montag, 13.30 – 14.30 Uhr  
 Klassenstufen: ab 5. Klasse  
 Ort: GaM, Raum wird noch bekanntgegeben  
 Kursleitung: Sven Erik Baumann

Wolltet ihr schon immer mal wissen, wie eine Rochade geht, wie ein Bauer en-passant schlägt oder ob es klug ist, einen Läufer zu opfern um einen Turm zu schlagen?  
 Nach dem Kennenlernen der klassischen Schachregeln werden wir regelmäßig gegeneinander spielen und neue Schachvariante lernen und ausprobieren. Was ihr mitbringt: Lust auf fairen Wettkampf und Freude daran Neues zu lernen.  
 Ich freue mich auf euch.  
 Sven Erik Baumann

### Keyboard für Anfänger

Zeit: Montag, 13.30 – 14.30 Uhr  
 Klassenstufen: 5. – 7. Klasse  
 Ort: Gymnasium, Musik 2 /Raum 10  
 Kosten : € 15,-(Halbjahr)  
 Kursleitung: Ike Beyer  
 Das Keyboard, mit seinen vielen technischen Möglichkeiten und modernen Sounds, wird sowohl auf der Bühne, als auch im Tonstudio vielfältig eingesetzt. Durch seine Bedienungsfreundlichkeit und die technischen Voraussetzungen, eignet es sich daher wunderbar als Einstiegsinstrument. Kurzfristig können gut klingende Erfolgserlebnisse erzielt und Freude am Instrument entwickelt werden.

### Stricken und Häkeln

Zeit: Montag, 15.00 – 16.30 Uhr  
 Klassenstufen: 5. – 8. Klasse  
 Ort: Dietrich-Bonhoeffer-Schule, Raum 2.02  
 Kursleitung: Bianca Hardler  
 Wer Lust am Stricken und Häkeln hat, ist in diesem Kurs richtig. Anfängern zeige ich die Grundtechniken und Fortgeschrittene erstellen eigene „Produkte“.  
 Für den Anfang ist Material vorhanden. Später bringt Ihr eure eigene Wolle und Nadeln mit. Ich freue mich auf euch!

## Dienstag

### Kunstkurs

Zeit: Dienstag, 13.30 – 15.30 Uhr  
 Klassenstufen: 5. – 7. Klasse  
 Ort: DBS, Physikraum  
 Kursleitung: Gisela Witczak  
 Auch wenn du keine Kenntnisse vom Aquarell - oder Acrylmalen hast, kannst du recht schnell erste Erfolge erreichen. Jeder Anfänger muss allerdings erst einmal ein Gefühl für Farbe, Pinsel und Papier bekommen. Wir malen mit Aquarellfarben, Acryl – mit und ohne Wasser, Ölkreide und Pastellkreide. Bei Interesse biete ich auch das Arbeiten mit Pappmache an.

### Computerkurs I

Zeit: Dienstag, 14.00 - 15.30 Uhr  
 Klassenstufen: 5. – 7. Klasse  
 Ort: DBS, Computerraum  
 Kursleitung: Roland Albrecht  
 In diesem Kurs beschäftigen wir uns vor allem mit folgenden Themen:  
 Grundlagen der Hardware, Aufbau PC, Grundkenntnisse in Windows, Sicherheit beim Surfen im Internet.

### Selbstverteidigung für Anfänger

Zeit: Dienstag, 15.00 – 16.00 Uhr  
 Klassenstufen: 5. – 8. Klasse  
 Ort: GaM, Sporthalle/Bühne  
 Kursleitung: Werner Masch  
 In diesem Kurs lernen die Schüler ihre eigenen Möglichkeiten und Grenzen kennen. Sie erproben die Kraft ihrer Stimme, indem sie üben, „Nein“ zu sagen und lernen Abwehrtechniken. Voraussetzung für diesen Kurs ist die Bereitschaft der Schüler, diese hilfreichen Techniken erlernen zu wollen.

### Taekwondo

Zeit: Dienstag, 13.30 – 15.00 Uhr  
 Klassenstufe: 5. – 6. Klasse  
 Ort: GaM, Sporthalle/ Bühne  
 Kursleiter: Werner Masch  
 Taekwondo fördert neben der physischen Ausbildung auch eine besondere innere Haltung: Selbstdisziplin und Selbstvertrauen, Einschätzung und Respektierung eigener bzw. fremder Verletzbarkeit, Verantwortungsbewusstsein, Fairness und Aggressionskontrolle. Durch Spiele werden Koordination und Motorik geschult. Zum Abschluss des Halbschuljahres kann eine Prüfung im Schulsport „Taekwondo“ abgelegt werden.

### Liedbegleitung Gitarre

Zeit: Dienstag, 13.25 – 14.10 Uhr  
 Klassenstufen: ab 5. Klasse  
 Ort: GaM, Musikraum  
 Kursleitung: Jürgen Kok  
 Wir lernen die Grundakkorde auf der Gitarre, begleiten damit Pop- und Rocksongs und beschäftigen uns mit verschiedenen Anschlagrhythmen. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Jede(r) kann lernen, auf der Gitarre zu spielen. Eine eigene Gitarre (Kosten ab ca. 80 Euro) ist allerdings notwendig, um teilnehmen zu können.

### Kochen I

Zeit: Dienstag, 15.00 – 16.30 Uhr  
 Klassenstufen: 5. – 7. Klasse  
 Ort: DBS, Küche,  
 Kosten: € 15,00 (für Lebensmittel)  
 Kursleitung: Sonja Öfler  
 Wir werden verschiedene Gerichte und Nachspeisen kochen und gemeinsam Essen. Und viel in der Küche und beim Kochen lernen. Der Spaß dabei kommt nicht zu kurz!

### Kochen II

Zeit: Dienstag, 16.30 – 18.00 Uhr  
 Klassenstufen: 5. – 7. Klasse  
 Ort: DBS, Küche,  
 Kosten: € 15,00 (für Lebensmittel)  
 Kursleitung: Sonja Öfler  
 In diesem Kurs kochen wir kleine Party-Snacks und Fingerfood. Wir bereiten Gerichte wie „Strammer Max“ und „Toast Hawai“ und viele andere Leckereien zu. Ich freue mich auf euer Kommen!

### Fußball für Jungen und Mädchen I

Zeit: Dienstag, 15.00 – 16.00 Uhr  
 Klassenstufe: 5. – 8. Klasse  
 Ort: GaM, Sporthalle  
 Kursleitung: Sader Alhaidr  
 Wir trainieren und spielen Fußball. Du musst kein „Ballwunder“ sein! Es genügt, wenn du Spaß an Bewegung, an Gemeinschaft und an der Sportart hast!

### Schneidern lernen für Anfänger

Zeit: Dienstag, 14.30 – 16.30 Uhr  
 Klassenstufen: ab 5. Klasse  
 Ort: DBS, Textilraum  
 Kursleitung: Gunda Röttgers  
 In meinem Kurs könnt ihr alles schneiden, was möglich ist: Handytaschen, Schals, T-Shirts, Taschen, Hosen, Jeansjacken... Als Schneiderin zeige ich euch, wie das geht. Was ihr mitbringen müsst? Lust und Interesse, eine Schere, Stecknadeln, ein Maßband und später euer Material.



## Mittwoch

### Dance Kids – Zumba/HipHop

Zeit: Mittwoch, 14.30 – 15.30 Uhr  
 Klassenstufen: ab 5. Klasse  
 Ort: Fitnessstudio Chace, Flottkamp 22 – 26  
 Kursleitung: Sibel Özkan  
 Eine energiegeladene Zumba/HipHop Fitnessdance für Kids mit tollen Ergebnissen. Dance Kids Kurse bieten spezielle Choreografien und die neueste Musik wie Hip-Hop, Reggaeton und Cumbia, steigern Konzentration und das Selbstvertrauen, kurbeln den Stoffwechsel an und verbessern die Koordination.

### Bouldern

Zeit: Mittwoch, 14.30 – 16.00 Uhr  
 Klassenstufe: ab 5. Klasse  
 Ort: Boulder Point, Kisdorfer Weg 15  
 Kursleiter: Silvia Scheel und Anne-Katrin Freitag  
 Kosten: € 15,00 (Halbjahr)  
 Bitte Hallenschuhe mitbringen!  
 Bouldern bedeutet klettern ohne Seil in Absprunghöhe gesichert durch einen Mattenboden. Beim Bouldern wird der ganze Körper trainiert und die Konzentrationsfähigkeit gesteigert. Gemeinsam mit einem Klettertrainer lernt ihr die Kletterrouten zu bewältigen und erfolgreich den „Topgriff“ zu erreichen.

### Kick-Boxen I

Zeit: Mittwoch, 14.30 – 15:30 Uhr  
 Klassenstufe: ab 5. Klasse  
 Ort: Fitnessstudio Chace, Flottkamp 22 – 26  
 Kursleitung: Turgay Bugdayci  
 Bei Kick-Boxen Jugendtraining vermitteln wir Werte wie: Aufmerksamkeit, Respekt, Disziplin, Mut und Selbstkontrolle. Kick-Boxen vermittelt Boxtechniken und Fußtritte, die aus der Distanz ausgeführt werden. Der Gegner kann gestoppt oder attackiert werden.

### Tischtennis

Zeit: Mittwoch, 15:00 – 16:30 Uhr  
 Klassenstufe: ab 5. Klasse  
 Ort: Gymnasium, Sporthalle  
 Kursleitung: Caja Stöltling  
 Du hast Lust etwas Neues auszuprobieren? Du möchtest ganz viel Spaß haben? Du magst die Farben Grün und Weiß? Dann bist du hier genau richtig! Melde dich gerne an, wir freuen uns auf dich!

## Donnerstag

### Funsport

Zeit: Donnerstag, 14.15 – 15.45 Uhr  
 Klassenstufen: ab 5. Klasse  
 Ort: Sporthalle in der Grundschule Alter Landweg (Hamburger Straße),  
 Kursleitung: Petra Radtke  
 Beim FUNSPORT steht der Spaß an der Bewegung im Vordergrund. Wir wärmen uns mit Musik auf. Gemeinsam besprechen wir dann, was aufgebaut wird. Vom Tischtennis über Trampolin bis hin zu Gerätelandschaften kannst du wählen und mitentscheiden. Natürlich gibt es auch Mannschaftsspiele. Hallenschuhe, Sportzeug und Getränk nicht vergessen! Ich freue mich auf jede Menge Spaß mit dir!  
 Sportliche Grüße von Petra vom Jugendhaus

### Fußball für Jungen und Mädchen II

Zeit: Donnerstag, 15.00 – 16.00 Uhr  
 Klassenstufe: 5. – 7. Klasse  
 Ort: Gymnasium, kleine Sporthalle  
 Kursleitung: Alexis Chorosidis  
 Du möchtest Fußball spielen lernen oder kannst sogar schon spielen? Dann bist du hier genau richtig! Komm einfach vorbei. Ich freue mich auf dich!

### Zeichnen und Manga Zeichnen

Zeit: Donnerstag, 13.30 – 15.00 Uhr  
 Klassenstufe: ab 5. Klasse  
 Ort: DBS, Raum 2.10  
 Kursleitung: Jasmin Kubawski und Emelie Hunke  
 Wir beschäftigen uns in dem Kurs mit dem Zeichnen und Abzeichnen von Bildern und mit dem Zeichnen von Mangas, der japanischen Zeichenkunst. Dieser Kurs ist für Alle, die Freude am Zeichnen haben!

### Bookerie

Zeit: Donnerstag, 14.00 - 15.00 Uhr  
 Klassenstufen: 5. - 7. Klasse  
 Ort: DBS, Raum 2.02  
 Kursleitung: Annalena Bauer  
 "Ich bin es: Ein altes langweiliges Buch, das von dir aufgeppt werden will. DIY und Bücher sind voll dein Ding und du bastelst gern?... Wir wollen aus alten Büchern, coole neue Sachen selber machen, jeden Donnerstag von 14-15 Uhr Also: Liest du noch oder gestaltest du schon?"

### Einstieg ins Programmieren

Zeit: Donnerstag, 14.00 – 15.30 Uhr  
 Klassenstufen: 6. – 9. Klassen  
 Ort: Gymnasium, Lernwerkstatt  
 Kursleitung: Benjamin Bruske  
 In diesem Kurs werde ich dir die Grundlagen des Programmierens beibringen. Du wirst die grundlegenden Konzepte des Programmierens lernen, so dass du, abhängig von deinem Fortschritt, am Ende des Kurses das nötige Wissen hast, um einen Einstieg in die Spieleprogrammierung zu machen.

### Workout Fitness I

Zeit: Donnerstag, 14.30 – 15.30 Uhr  
 Klassenstufen: ab 5. Klasse  
 Ort: Fitnessstudio Chace, Flottkamp 22 - 26  
 Kursleitung: Sebastian Kinne  
 Durch erlebnisreiche Bewegungsangebote verbessern die Jugendlichen ihre Körperwahrnehmung, Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit. Innere Spannungen werden abgebaut, Haltungsschäden korrigiert. Ruhe, Ausgeglichenheit und ein positives Selbstbild sind weitere Ziele des Trainings. Bitte bringt Sportsachen mit.

### Workout Fitness II

Zeit: Donnerstag, 15.30 – 16.30 Uhr  
 Klassenstufen: ab 5. Klasse  
 Ort: Fitnessstudio Chace, Flottkamp 22 - 26  
 Kursleitung: Sebastian Kinne  
 Durch erlebnisreiche Bewegungsangebote verbessern die Jugendlichen ihre Körperwahrnehmung, Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit. Innere Spannungen werden abgebaut, Haltungsschäden korrigiert. Ruhe, Ausgeglichenheit und ein positives Selbstbild sind weitere Ziele des Trainings. Bitte bringt Sportsachen mit.

### Theater

Zeit: Donnerstag, 13.30 – 15.30 Uhr  
 Klassenstufe: ab 5. Klasse  
 Ort: GaM, Aula  
 Kosten: € 15,00/ Halbjahr  
 Kursleitung: Sonja Möcklinghoff  
 Am Anfang werden wir viel spielen, Schauspielübungen durchführen und unsere Stimmen ausprobieren. Wir entwickeln kleine Szenen und führen sie uns selbst vor. Ihr braucht nur Spaß am Spiel, Lust euch zu zeigen und Konzentration. Bitte bringt euch bequeme Anziehsachen und Wasser zum Trinken mit.

### Schneidern lernen für Fortgeschrittene

Zeit: Donnerstag, 14.30 – 16.30 Uhr  
 Klassenstufe: ab 6. Klasse  
 Ort: DBS, Textilraum  
 Kursleitung: Gunda Röttgers  
 An diesem Kurs können nur Schüler/innen teilnehmen, die schon an einem meiner Kurse teilgenommen haben!

### Computerkurs II

Zeit: Donnerstag, 14.00 - 15.30 Uhr  
 Klassenstufen: 5. – 7. Klasse  
 Ort: DBS, Computerraum  
 Kursleitung: Roland Albrecht  
 In diesem Kurs beschäftigen wir uns vor allem mit folgenden Themen:  
 Grundlagen der Hardware, Aufbau PC, Grundkenntnisse in Windows, Sicherheit beim Surfen im Internet.

### Basketball

Zeit: Donnerstag, 15.00 – 16.00 Uhr  
 Klassenstufen: ab 5. Klasse  
 Ort: GaM, Sporthalle  
 Kursleitung: Wilhelm Janßen  
 Spielst du gern Basketball? Oder möchtest du lernen wie man dribbelt, einen Korb wirft und was ein Sprungball ist? Dann komm in unser „Dream Team“! Wir haben bei Spielen und Übungen viel Spaß und coole Musik.

### Kochen III

Zeit: Donnerstag, 15.35 – 17.00 Uhr  
 Klassenstufen: 5. – 7. Klasse  
 Ort: DBS, Küche,  
 Kosten: € 15,00 (für Lebensmittel)  
 Kursleitung: Gabriela Meyenburg  
 Wer hat Lust mit uns eine kulinarische Reise durch die Alpen-Küche zu machen? Tolle Nudelgerichte, italienische Spezialitäten, Südtiroler Küche oder Bayerische Schmankerl – ihr werdet schnell die Gerichte allein nachkochen können!

Die Kurse beginnen ab dem  
 02. September 2019

## Freitag

### Bandtraining

Zeit: Freitag, 13.30 – 14.30 Uhr  
 Klassenstufen: 5. – 7. Klasse  
 Ort: Jugendhaus, Marschweg 14  
 Kosten: € 15,00/ Halbjahr  
 Kursleitung: Ike Beyer  
 Möchtest du gerne verschiedene Musikinstrumente ausprobieren, um dich für eines zu begeistern? Singst du gerne? Schreibst du gerne eigene Songs? Möchtest du lernen, wie eine Band mit Mikrofonen und Verstärkern arbeitet? Schon bald werden wir ein erstes Stück gemeinsam spielen und auch vorführen können.

### Fit4Drums

NICHT NUR MUSIK, NICHT NUR SPORT, SONDERN BEIDES - UND NOCH MEHR!!!  
 Zeit: Freitag, 13.15 – 14.15 Uhr  
 Klassenstufen: ab 5. Klasse  
 Ort: Jugendhaus, Marschweg 14  
 Kursleitung: Thomas Schuth  
 Hits wie "All about that base", Klassiker wie "We will rock you" und andere beste Musik wird hier mit Power und stattem Bass aus den einzigartigen BoDrums bearbeitet! Vielfältige sportliche und tänzerische Elemente aus allen möglichen Bereichen kommen dazu und bilden ein neuartiges und mitreißendes Musik- und Fitnesserlebnis, bei dem ihr Musik nicht nur hört, sondern auch spürt!

### Kick-Boxen II

Zeit: Freitag, 14.30 – 15.30 Uhr  
 Klassenstufen: ab 5. Klasse  
 Ort: Fitnessstudio Chace, Flottkamp 22 - 26  
 Kursleitung: Turgay Bugdayci  
 Beim Kick-Boxen Jugendtraining vermitteln wir Werte wie: Aufmerksamkeit, Respekt, Disziplin, Mut und Selbstkontrolle. Kick-Boxen vermittelt Boxtechniken und Fußtritte, die aus der Distanz ausgeführt werden. Der Gegner kann gestoppt oder attackiert werden.

### Rock'n'Roll

Zeit: Freitag, 14.15 – 15:45 Uhr  
 Klassenstufen: ab 5. Klasse  
 Ort: Jugendhaus, Marschweg 14  
 Kursleitung: Thomas Schuth  
 Rock'n'Roll ist Tanz, Tempo, Power und Dynamik und gute Musik. Zu Klassikern und aktuellen Songs tanzen wir Rock'n'Roll und kombinieren dabei Tanzfiguren mit Akrobatik wie Durchzieher, Knie sprung und Schwan. Grundsätzlich ist Rock'n'Roll ein Paartanz. Er kann aber auch problemlos von reinen Mädchenpaaren getanzt werden. Bringt bitte Sportkleidung mit!

