

STADT



MÜNSTER

Kulturamt

Kap.8

Programm 1 | 2021



Kap.8

Willkommen im Kap.8

Nachdem die Baumaßnahmen bis auf kleine Restarbeiten abgeschlossen sind, ist das Bürgerhaus wieder zu einem Schmuckstück im Zentrum von Kinderhaus geworden. Dabei haben sich die Nutzungsmöglichkeiten und die Auffindbarkeit der verschiedenen Einrichtungen deutlich verbessert.

So weit - so gut. Statt sich jetzt kopfüber in die Umsetzung der vielen geplanten Veranstaltungen und Angebote in den generalüberholten Räumen stürzen zu können, wurde auch das Kap.8 von der Corona-Pandemie überrollt. Nach dem ersten Lockdown gab es im Sommer vorsichtige Schritte in Richtung Normalität. Die Kurse und Gruppen kehrten unter Hygiene-Auflagen schrittweise ins Haus zurück. Da große Gastspiele nicht realisierbar waren, wurden corona-konforme Hygienekonzepte für kleine Bühnenveranstaltungen entwickelt und umgesetzt. Doch der zweite Lockdown light machte natürlich nicht vor den Türen des Kap.8 halt. Alle Angebote wurden wieder für zunächst vier Wochen unterbrochen. Auch die Veranstaltungen der eigens entwickelten Veranstaltungsreihe „Kultur am Rand“ mit lokalen Künstlern vor kleinem Publikum mussten abgesagt, verschoben oder für das Internet aufgezeichnet werden.

Im Bereich der Bildenden Kunst waren die Corona-Auswirkungen etwas milder. Das bienale Open-Air Kunstprojekt „Kunst am Rand“ konnte mit kleinen Anpassungen durchgeführt werden und entwickelte sich zum Publikumsmagneten an frischer Luft. Hier und bei den Ausstellungen im Kap.8 wurde erfolgreich auf mediale Kunstvermittlung gesetzt. Videoclips zu allen Kunstwerken bei „Kunst am Rand“, ein virtueller Ausstellungsrundgang oder Filmbeiträge zu den Agora-Ausstellungen, ermöglichten den Zugang zur ausgestellten Kunst auch ohne klassische Eröffnungsveranstaltungen oder Führungen. Einiges davon wird aufgrund der äußerst positiven Resonanz die Corona-Zeit überdauern.

Die Programmplanungen für das erste Halbjahr 2021 sind - wie sollte es anders sein - sehr ungewiss. Was wird wie und wann möglich sein? Um diese Fragen beantworten zu können, bedürfte es einer Glaskugel (mit Bedienungsanleitung). Wir haben uns daher entschieden, hier einen kurzen Überblick der Veranstaltungen und Angebote zu präsentieren, die - wenn alles gut läuft - stattfinden könnten. Terminverschiebungen, die während der Programmerstellung bekannt wurden, sind bereits eingetragen.

Für (tages-)aktuelle Informationen können wir nur auf das Internet verweisen.

Wir hoffen auf ein baldiges Wiedersehen im Kap.8

Ihr/Euer Kap.8-Team



Wir sind für Sie da

Planung, Organisation und Verwaltung

Ute Behrens-Porzky (Leitung)

Candia Neumann (stellv. Leitung, Verwaltung)

Haus- und Veranstaltungstechnik

Sebastian Bitter (Meister für Veranstaltungstechnik)

Timo Reinhardt (Unterstützung Hausmeister)

Kap.8-Büro (Information, Kartenvorverkauf)

Heike Kinter, Halide Kilincli, Georgios Weyand

Stadtteiltreff Mokido (Abenddienst)

Thomas Prautsch, Hannes Seibert, Georgios Weyand

Marktcafé und „Kaffeeklatsch am Mittwoch“

Nora Dewitt

Wir haben geöffnet

Kap.8-Büro

(außerhalb der Schulferien)

montags - freitags 9:00-12:00 Uhr

montags - donnerstags 15:00-18:00 Uhr

Stadtteiltreff Mokido

(außerhalb von Veranstaltungen und Schulferien)

montags - donnerstags 18:00-22:00 Uhr

... und bei Veranstaltungen

Sie erreichen uns

Kap.8 im Bürgerhaus Kinderhaus

Idenbrockplatz 8

48159 Münster

Tel. 0251/492-41 50, Fax 0251/492-79 40

E-Mail: bki@stadt-muenster.de

Aktuelle Informationen

<http://www.stadt-muenster.de/Kap8>

<http://www.facebook.de/Kap.8muenster>

<http://www.facebook.de/KUNSTamRAND>

<http://www.stadt-muenster.de/Kunst-am-Rand>

Anfahrt

Auto: z.B. Parkplatz Zentrum Kinderhaus (Am Burloh), 90 Minuten frei mit Parkscheibe oder Von-Humboldt-Straße

Bus: verschiedene Buslinien, Haltestellen Heidkamp, Idenbrockplatz oder Kinderhaus Schulzentrum

Sa. 9. Januar

20 Uhr

neuer Termin

**SW ist die bessere Farbe:
Dr. Jekyll und Mr. Hyde***Ein SW-Film Special*

Anna Anderluh (Autoharp Stimme Sounds & Things), die wahrscheinlich aktuell spannendste junge Stimme aus Wien, und Stefan Sterzinger (Akkordeon), zuletzt als Apotheker der Anarchie gezeichnet, reiten auf Annas Hexenbesen gen Norden, um in Münster für zwei Nächte und einen Film zu ordinieren.

**Fr. 15. Januar**

20 Uhr

neuer Termin

**Nikita Miller:
Auf dem Weg ein Mann zu werden***Foto Jens Rüßmann*

Auf der Suche nach der großen Liebe durchlebt er einen Fehlschlag nach dem anderen bis ihm gesagt wird: „Hör endlich auf, deine Zeit damit zu verschwenden nach der richtigen Frau zu suchen. Versuch stattdessen endlich mal zum richtigen Mann zu werden.“

**Fr. 22. Februar**

20 Uhr

neuer Termin

Kevin Ray**Sa. 23. Februar**

20 Uhr

neuer Termin

Ladies Night**So. 24. Februar**

19 Uhr

neuer Termin

Sven Pistor

Fr. 29. Januar
20 Uhr

neuer Termin

10.12.2021

**Jan Philipp Zymny:
surREALITÄT**

Foto: Anna-Lisa Konrad

Der junge Künstler präsentiert in seinem mittlerweile vierten abendfüllenden Soloprogramm Betrachtung, Kritik und Verbesserungsvorschlag der Wirklichkeit, wobei er Stand Up, Kurzgeschichten, philosophische Überlegungen und surreale Absurditäten der Bauart Nonsense wild, aber keines Falls planlos durchmischt.



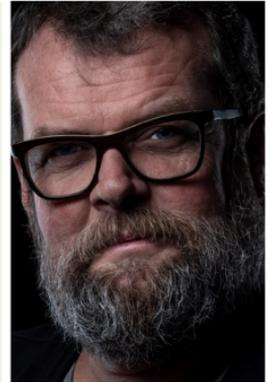
Sa. 30. Januar
20 Uhr

neuer Termin

**Jochen Malsheimer:
Halt mal Schatz**

Foto Dominic Reichenbach

Erneut ein Kabarettprogramm von Jochen Malsheimer, in dem die Pointen nur so krachen! Dabei geht es um die wahrheitsgetreue Schilderung all dessen, was in und um Eltern so los ist, wenn sie Eltern werden, also jeder für sich und auch beide zusammen. Was ja auch etwas mit Kindern zu tun hat. Hier wird sehr viel gelacht werden, und das nicht selten aus Schadenfreude.



So. 31. Januar
19 Uhr

neuer Termin

**Amjad:
Radikal witzig**

Foto Nadine Dilly

Amjad schafft es, seine persönlichen Erfahrungen auf eine brillante Weise humoristisch zu präsentieren. Egal aus welcher Kultur, jeder findet seinen Platz in Amjads Programm und seien Sie sich sicher, der humoristische Spiegel, den Amjad uns vorhält, ist groß.



Fr. 5. Februar
20 Uhr

neuer Termin

**Robert Habeck:
Wer wir sein könnten**

Foto: Dennis Williamson

Warum unsere Demokratie eine offene und vielfältige Sprache braucht (Vortrag, Lesung, Gespräch)
„Wie wir sprechen, entscheidet darüber, wer wir sind – auch und gerade in der Politik.“ Klug, leidenschaftlich und anschaulich geht Grünen-Chef Robert Habeck in seinem neuen Buch dem Zusammenhang von Sprache und Politik nach.



So. 7. Februar
19 Uhr

neuer Termin

**Ludger Wilhelm:
Nur nicht die Wut verlieren!**

Buschtrommel solo

Nach 24 Jahren „Kabarett die Buschtrommel,“ nach 10 Programmen, 12 Kleinkunstpreisen, 374 823 Auto-bahnkilometern, 78 verwüsteten Hotelzimmern und 24 unehelichen Kindern kommt Ludger Wilhelm nun alleine: unsachlich, einseitig, respektlos, subversiv, aktuell, mit dichten Texten und schrägen Ideen.



Sa. 13. Februar
20 Uhr

neuer Termin

**Tahnee:
VULVARINE!**

Foto: Guido Schröder

In VULVARINE geht es um die eigene Superkraft, Tahnees Metamorphose, das Erwachsenwerden und die Grenzen des guten Geschmacks. Ihre Bühnenpower treibt ihr Publikum natürlich auch dieses Mal in den Intimbereich der Gesellschaft, den es – wie könnte es anders sein – nach ein paar Höhepunkten des Humors umso glücklicher verlässt.



So. 21. Februar
19 Uhr

neuer Termin

Benni Stark:
Stark am Limit!

Foto: Johannes Riggelsen

Der bekennende Dänemarkfan und Fashionexperte ist am Limit. Denn 13 Jahre im Einzelhandel haben ihre Spuren hinterlassen - und es gibt noch immer so viele ungeklärte Fragen: Warum ziehen die Leute beim Shoppen Sachen „einfach nur mal zum Spaß“ an? Wieso sind so viele Kleidungsstücke „mal was Anderes“? Und was zur Hölle ist ein talentiertes Hemd?



Fr. 26. Februar
20 Uhr

neuer Termin

Markus Barth:
Haha...Moment, was?

„Haha... Moment, was?“ - das ist diese Millisekunde zwischen spontanem Lachen und „Oh verdammst, die meinen das ernst!“. Zwischen „Du verarschst mich doch!“ und „Hui, du machst das aber hartnäckig!“ Ehrlich, schlau und vor allem brüllend komisch - Lachen, wundern, wieder lachen.

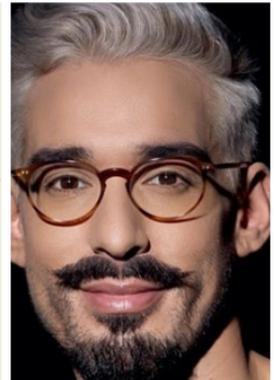


Sa. 27. Februar
20 Uhr

neuer Termin

Serkan Ates-Stein:
The Schnörres is real

„The Schnörres is real“ ist Serkans Debütprogramm. Es handelt vom Alltagsstruggle einer digitalisierten Generation zwischen Spießertum und Smartphone. Wir vereinsamen analog trotz digitalem Dating. Der Schnörres tanzt zu seinen Worten durch eine Welt aus Reizüberflutung und Prokrastination und treibt die Pointen dabei auf seine Spitzen.



So. 28. Februar
19 Uhr

neuer Termin

Maria Clara Groppler: Jungfrau

Sie ist mit Sicherheit die jüngste und spannendste Neuentdeckung der weiblichen Stand Up Comedy Szene. Sie sieht so unschuldig und süß aus, wenn sie derb, aber smart, ein bisschen vulgär, mit ein wenig Erotik, die Grenzen des Sagbaren auslotet. Das so harmlos wirkende Mädchen von nebenan weiß die Gesellschaft und die Moralisten an den richtigen Stellen zu triggern.



Fr. 5. März
20 Uhr

neuer Termin

Martin Zingsheim: aber bitte mit ohne

Foto: Tomas Rodriguez

Heutzutage ist Verzicht der wahre Luxus. Kein Fleisch, keine Laktose, keine Religion und vor allem keine eigene Meinung. Auch Martin Zingsheim hat sich frei gemacht. Ein Mann. Ein Mikro. Keine Pyrotechnik. Denn alles was Du hast, hat irgendwann Dich. Und Relevanz braucht keine Requisiten.



Sa. 6. März
20 Uhr

neuer Termin

Ingrid Kühne: Okay - mein Fehler!

Ingrid Kühne geht es wohl, wie vielen anderen - eigentlich ist sie sowieso immer alles Schuld. Mit einem beschwichtigenden „Okay, mein Fehler!“ will sie einfach nur ihre Ruhe. In ihrem zweiten Bühnenprogramm analysiert sie, was alles so schiefgeht und wo man alles schuld sein kann, vor allem warum, wieviel, wie spät und wie lange.



Fr. 19. März
20 Uhr

neuer Termin

**Tino Bomelino:
Mit der Kraft der Power**

Falls du dich jetzt fragst warum es in diesem Programm überhaupt geht, dann HAST DU MICH ERTAPPT OK?!?!? Ich verspreche dir, dass ich bis zu diesem Termin AUF JEDEN FALL irgendwas MEGALUSTIGES vorbereitet habe. Es wird BILDER geben, außerdem werde ich lustige DINGE erzählen und SONGS auf der LOOPSTATION singen, die mir definitiv BIS DAHIN EINGEFALLEN SIND.



So. 21. März
19 Uhr

neuer Termin

**Walter Sittler:
Ich bin immer noch da**

Foto: Richard Dannemann

Walter Sittler liest und spielt Dieter Hildebrandt
Zusammengestellt aus den Werken von Dieter Hildebrandt und dem Buch von Rolf Cyriax „Was aber bleibt“.



Fr. 26. März
19 Uhr

neuer Termin

**Nizar:
Witz-Kommando**

Foto: Robert Maschke

Egal wie einem gerade zumute sein mag: Ein paar Minuten mit Nizar und die Sorgen sind vergessen. Die gute Laune dieses Wesens ist einfach unbestechlich ansteckend!!! Kein Wunder, dass Nizar als Shooting Star am Comedy-Himmel gefeiert wird. Nizar - das ist ein Mann, der sein Talent zum Beruf gemacht hat.



Sa. 27. März
20 Uhr

neuer Termin

Timon Krause: Comedy in Mind

Comedy in Mind ist das neue Entertainmentprogramm des 25-jährigen Mentalisten Timon Krause. Comedy in Mind nimmt die Zuschauer mit auf eine visuelle und unterhaltsame Zeitreise von Timons Weg über fragwürdige Angebote und turbulente Nächte in Las Vegas bis hin zu einem Treffen mit Uri Geller – und einem unerwarteten Finale. In seinem neuen Live-Programm vereint er seine mentalen Fähigkeiten mit der Kunst des Stand-Ups.



So. 28. März
19 Uhr

neuer Termin

Ingmar Stadelmann: Verschissmus

Foto: Robert Maschke

„Der Meister des bösen Wortes“ (Neue Westfälische Zeitung) ist zurück! Mit seiner neuen hemmungslosen Stand-up-Comedyshow macht Ingmar Stadelmann konsequent da weiter, wo sein letztes Programm aufgehört hat: Er verbindet seine explosionsartigen, oft politisch nicht korrekten Pointen mit Momenten des Innehaltens.



Fr. 9. April
20 Uhr

neuer Termin

14.11.2021

Die Unfassbaren: Make the impossible possible

Die beiden Ausnahmetalente Ben David und Christo gehen mit ihrer neuen Show auf Tour. Erleben Sie eine Show, in der das Publikum zum Star des Abends wird. Bereits seit fünf Jahren hypnotisieren und verzaubern die Unfassbaren ihre Zuschauer in ganz Deutschland. Staunen Sie, wenn Magier Ben David in das Reich der Magie entführt und wenn Christo die Kraft Ihrer Gedanken nutzt. Eins ist sicher, diese Show ist interaktiv, frisch, dynamisch und anders.



Sa. 17. April
20 Uhr

neuer Termin

Tutty Tran:
Augen zu und durch!

Tutty Tran, der Vietnamese mit der Berliner Schnauze, präsentiert sein allererstes Soloprogramm. Dabei wird niemand verschont. Egal ob es seine ehemalige schwarze Arbeitskollegin ist oder es aufgrund der Aussprache seines Vaters immer wieder zu Problemen im Alltag kommt. Ein ganz normaler Einkauf auf dem Markt ist genauso wie der damalige Vietnamkrieg: Kann man machen, muss man aber nicht.



So. 18. April
19 Uhr

neuer Termin

Don Clarke:
Fett und Furious

Foto: Michael Thiel

In seinem brandneuen Programm nimmt der preisgekrönte Comedian im eng anliegenden schwarzen Hoodie das Publikum mit auf einen wilden Ritt. Als fünffacher Vater will er immer noch Party machen – und weiß auch, wie das geht! Einer der wenigen, der ein Alsterwasser so trinkt, dass die Zitronenlimo im Glas bleibt.



Do. 29. April
20 Uhr

neuer Termin

Horst Evers:
Früher war ich älter

Foto: KIKE

Er ist der große Erzähler unter den deutschen Kabarettisten. Seine schrägen Geschichten über die Aberwitzigkeiten unserer Republik, über Ganzkörperadventskalender, tote Briefkästen oder die Ikea-Revolution finden eine immer größere Fangemeinde.



Fr. 30. April
15 Uhr

neuer Termin

4.12.2021

Konrad Stöckel:
Wir und die Welt (um uns herum)

Foto: Jens Russmann

Die spannendsten Fragen dieses Abends: Kann Konrad mit seiner glockenklaren Stimme tatsächlich Glas zerspringen lassen? Was hat Kohlendioxid mit der Erderwärmung zu tun? Kann man mit vier Personen eine superstabile Brücke bauen? Taugt schnödes Wasser als Raketenantrieb - Und löscht es alle Brände? ... und er verrät uns, was Alkohol mit dem Wetter zu tun hat.



Sa. 1. Mai
20 Uhr

neuer Termin

Der Postillon - Live:
Die große Jubiläumstour

Foto: Sean Gladwell

„Das ernstzunehmendste deutschsprachige Nachrichtenmagazin“ (BILD) Der Postillon ist seit zwei Jahren live auf den Bühnen des Landes zu Gast - dieses Jubiläum verdient eine komplette Neuauflage! Aber eines bleibt wie gewohnt: die unerschütterliche Liebe zum Publikum.



So. 2. Mai
17 Uhr

neuer Termin

Marco Weissenberg:
Wunderkind - Live

Foto: Nicole Wilke

JUNG, FRECH & MAGISCH! Marco Weissenberg steht für eine neue, erfrischende Generation der Zauberkunst und hat es faust dick hinter den Ohren! Der Deutsche Vizemeister der Zauberkunst ist mit seiner brandneuen Liveshow „Wunderkind“ auf Tour. Deutschlandweit verzaubert er die Zuschauer mit seiner einzigartigen Mischung aus Comedy, Storytelling und Magie!.



Fr. 7. Mai
20 Uhr

neuer Termin

David Kebekus:
Aha? Egal.

Foto: Fabian Stürz

In seinem Solo-Programm zeigt er, wie sich sein Leben verändert hat: "Früher hab ich mich darüber geärgert, dass mein Vater als Rentner oft vor der Glotze hängt und mit Laptop auf dem Schoß auch noch im Netz surft. Ich dachte, mach doch was Sinnvolles mit deinem Ruhestand! Heute weiß ich: Fernsehen gucken plus Internet... He is living the fucking dream!"



Fr. 14. Mai
20 Uhr

neuer Termin

Maxi Gstettenbauer:
Next Level

Foto: Adrian Rosso

Ich nenne die Show NEXT LEVEL, weil ich ein alter Zocker bin und ich den Moment, indem man einen Spielabschnitt geschafft hat, am meisten gefeiert habe. Danach bleibt die Frage: Was kommt im nächsten Level? Wie geht es weiter? So geht es mir gerade. Und ganz vielen Menschen aus meiner Generation genauso. Das behaupte ich und ich kenne alle aus meiner Generation persönlich.



Sa. 15. Mai
20 Uhr

neuer Termin

Timo Wopp:
Ultimo

Foto: Enrico Meyer

Nach zehn Jahren körperbetonter Kabarettarbeit zieht Timo Wopp in die vorerst letzte Schlacht um seine humoristische Daseinsberechtigung. ULTIMO ist nicht nur eine auf die Bühne gebrachte Work-Hard-Play-Hard-Show, sondern auch ein tiefes Eintauchen in seine bisherigen Programme. Er wird sein Publikum in Grund und Boden und sich selbst um Kopf und Kragen coachen.



Fr. 4. Juni
20 Uhr

neuer Termin

**Rüdiger Hoffmann:
Alles mega**

Ab jetzt ist alles mega. Auch bei Ihnen! Ob Partnerschaft, Power-Diät, Pärchenclub oder Pubertät: Rüdiger Hoffmann geht dahin, wo es weh tut. Und zwar vor Lachen. Scheitern als Schicksal und Chance: Rüdiger Hoffmann wird Ihr Leben verändern – einen ganzen Abend lang. Gönnen Sie sich das. Sie haben es sich verdient!



Sa. 5. Juni
20 Uhr

neuer Termin

**Johnny Armstrong:
Gnadenlos 2**

Foto: Robert Maschke

Wie setzt man eine erfolgreiche Show fort, die aus krassen Gags besteht, abgeschossen von einem ebenso krassen Typen? Na klar! Einen draufsetzen! Im urkomischen zweiten Solo des Comedy-Hooligans bietet Johnny Armstrong eine komplett neue Show in englischer Comedy-Manier – nur eben auf Deutsch.



Sa. 12. Juni
20 Uhr

neuer Termin

Sertac Mutlu

So. 13. Juni
19 Uhr

neuer Termin

**Sascha Korf:
...denn er weiß nicht, was er tut**

Foto: Robert Maschke

Der Vollblutcomedian und interaktive Kabarettist erzählt mit vollstem Körpereinsatz aus seinem Leben und ist dabei auf der Suche nach dem ultimativen Glück. Doch nicht nur für sich, sondern vor allem für sein Publikum!



... und dann vielleicht noch

17. Januar

**Neujahrsempfang der
Bezirksvertretung Nord**

26. Januar

Jekits-Konzert

20. März

Persisches Neujahrsfest

25. Mai

Maifest

30. Mai

Kinderhauser Schulkultur-Matinee

22. Juni

Jekits-Konzert

25. Juni

**Abschlussfest der
Geschwister-Scholl-Realschule**

26. Juni

**Königsball der Kinderhauser
Schützenvereine**

2. Juli

**Abschlussfest des
Geschwister-Scholl-Gymnasiums**

Ausstellungen mit Ausdruckskraft

Die Ausstellungsreihen in der Agora des Kap. 8

Das Kap. 8 präsentiert laufend Ausstellungen, die sich an Laien- und Profikünstler wenden und so dem Publikum einen spannenden Einblick in aktuelles Kunstschaffen bieten. Die Ausstellungsreihen im Überblick:

Art des Hauses

Dieses Format präsentiert Werke, die im Atelier des Kap.8 entstehen. Zu sehen sind die Ergebnisse besonderer kreativer Workshops und Projekte im Haus, wie z.B. der Sommerakademie des Kap.8.

Kunst mit scharfem Blick

Dieses Format wendet sich an Kunstschaffende, die sich in ihrer künstlerischen Auseinandersetzung inhaltlich mit partizipativen, sozialen und gesellschaftlichen Prozessen auseinandersetzen. Das Kap. 8 lädt sie ein, in Kinderhaus künstlerische Projekte zu initiieren, die entweder in eine kritische ortbezogene Auseinandersetzung gehen oder sich in besonderer Weise mit aktuellen gesellschaftlichen Phänomenen beschäftigen. Das Format wird kuratiert und finanziell gefördert, eine Bewerbung ist jederzeit möglich!

Open Wall

Die „Open Wall“ findet einmal jährlich statt. Sie bietet Laien- und Profikünstlern, jeden Alters, die Gelegenheit ihre Werke innerhalb einer Gruppenausstellung dem interessierten Publikum zu präsentieren. Die Künstlerinnen und Künstler sollten sich in den Bereichen Malerei und Grafik (Zeichnung, Druck, Fotografie) oder Collage zuhause fühlen.

Potenziale

Der Name ist Programm dieses Formates. Es soll jungen Künstlern und Künstlerinnen, Grafikern und Grafikerinnen erste Schritte ermöglichen, professionellen Kunstschaffenden nach längeren Auszeiten einen Wiedereinstieg bieten, aber auch Kunstschaffende ohne entsprechende Ausbildung, aber mit reflexiven Hintergrund und Potenzial, ein ansprechendes Ausstellungsforum bieten.

Das Format wird kuratiert, Bewerbungen sind das ganze Jahr über möglich.

Kontakt und weitere Information: Candia Neumann, NeumannC@stadt-muenster.de, Telefon: 0251/492 – 4151

Ausstellungsreihe: Potenziale

2. November 2020 bis 28. Februar 2021 (verlängert)

Thomas Kuhlenbeck: Treibgut



Thomas Kuhlenbecks komplexe und rätselhafte Bilder zeigen in einer reduzierten Farbigkeit überwiegend generische Frauenfiguren in pathetischen, eingefrorenen Posen vor einem profanen Hintergrund mit den Mitteln der Zeichnung und Malerei. Konzeptionell steht das Werk dem Surrealismus nahe, ist aber auch von Comic und Pop Art beeinflusst. Die jüngsten Bilder sind vom Diskurs zum Klimawandel inspiriert und zeigen eine postapokalyptische Welt, in der die Menschen zu Spielbällen der alles verwüstenden Elemente und fast eins geworden sind mit der sie umgebenden Trümmerlandschaft.

Thomas Kuhlenbeck, geboren in Osnabrück, Studium in Hannover mit Abschluss als Dipl. Designer. Seitdem freischaffender Illustrator für internationale Magazine und Werbeagenturen mit zahlreichen Auszeichnungen.

Ausstellungsreihe: Open Wall

19. April bis 20. Juni 2021 (geplant)

Open Wall

Gruppenausstellung für Profis und Amateure

Ob die Open Wall auch 2021 stattfindet, kann erst Anfang 2021 entschieden werden.

3. bis 25. Juli 2021 (in Planung)

Sommerakademie

Mit der Sommerakademie will das Kap.8 nun zum dritten Mal in seinen Atelierräumen Kunstbegeisterten die Möglichkeit bieten, intensiv künstlerisch tätig zu werden. Das gemeinsame Arbeiten, der Austausch über die Ergebnisse und die Freude am Experiment stehen dabei im Mittelpunkt.

Willkommen sind Teilnehmende, die sich künstlerisch weiterentwickeln wollen. Dabei ist der Spaß am künstlerischen Gestalten eine wichtige Voraussetzung.

Die einzelnen „Klassen“ der Sommerakademie sollen wieder von erfahrenen und profilierten Künstlerinnen und Künstlern angeleitet werden.

Im Anschluss an die Akademie ist eine Ausstellung der dort entstandenen Arbeiten im Rahmen der Reihe „Art des Hauses“ in der Agora des Kap.8 geplant.



Japanische Tuschmalerei: Sumi-E

Workshop

In diesem Workshop erlernen Sie erste Pinseltechniken und klassische japanische Motive, die beim Sumi Verwendung finden. Gleichzeitig lernen Sie die meditative Schöpfungsweise kennen, die dieser besonderen Kunstform zu Grunde liegt und entdecken einen ganz besonderen Weg zur Ruhe zu finden.

Material: Tusche, Haarpinsel in verschiedenen Größen, Seidenpapier, kleiner Schal

Leitung: Satomi Edo

Raum: Atelier

Termine: Samstag, 23.01.2021, 10-12.15 Uhr
 Samstag, 27.02.2021, 10-12.15 Uhr
 Samstag, 20.03.2021, 10-12.15 Uhr
 Samstag, 17.04.2021, 10-12.15 Uhr
 Samstag, 15.05.2021, 10-12.15 Uhr
 Samstag, 19.06.2021, 10-12.15 Uhr
 Anmeldung erforderlich

Kosten: 30 € / Termin oder 100 € / 5 Termine
 inkl. Material

Information: Satomi Edo Tel. 0176/76257279,
 s70platz2011@hotmail.com

Japanische Teezeremonie

Workshop

Gönnen Sie sich in diesem Jahr erste Einblicke in die Geheimnisse der japanischen Teekultur: Die Teilnehmenden dieses Kurses erleben sich als genießende Gäste und tauchen ein in die typische meditative Atmosphäre einer gelungenen Teezeremonie, die immer nach festen Regeln durchgeführt wird und sich aus der Philosophie des Zen (Buddhismus) entwickelte.

Leitung: Satomi Edo

Raum: EK-Bereich, Eingang Schwimmbad, 2. Etage

Termine: Sonntag, 07.02.2021, 13-15 Uhr
 Sonntag, 09.05.2021, 13-15 Uhr

Kosten: 20 € inklusive Matcha (japanischer grüner Tee) und landestypische Süßigkeiten

Information: Satomi Edo, Tel.0176/76257279,
 s70platz2011@hotmail.com

Shibori-T-Shirts (Japanische Färbetechnik)

Workshop

Shibori-Färben ist eine besondere Färbetechnik Japans. Der Stoff wird mit einer als „Shibori“ bezeichneten Technik fest umbunden. So ergeben sich Strukturen und Muster und ein dreidimensionaler Effekt.

Bitte mitbringen: Gewaschenes Baumwoll-T-Shirt oder Baumwoll-Tasche, verschieden dicke oder feine Fäden, (Gummis), Schere, Bleistift, Nadeln zum Nähen.

Leitung: Satomi Edo

Raum: Atelier

Termin: Sonntag, 13.06.2021, 10-14 Uhr

Kosten: 40 € inkl. Material (Farbe und Teststoffe)

Information: Satomi Edo, Tel.0176/76257279,
s70platz2011@hotmail.com

Steinbildhauerei

Werkstatt für Anfänger/-innen und Erfahrene

Baumberger Sandstein ist das ideale Material, sehr gut zugänglich sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene. Stefan Rosendahl arbeitet schon seit über 25 Jahren mit diesem Sandstein aus dem Münsterland. Entdecken Sie selber das Besondere daran. Vielleicht haben Sie schon ein Motiv, das Sie immer schon in Stein umsetzen wollten!

Werkzeug und Material sind vorhanden.

Bitte alte Kleidung und festes Schuhwerk mitbringen.

Leitung: Stefan Rosendahl (Bildhauer)

Raum: Atelier

Termin: freitags, ab 15.01.2021, 14.45-17.45 Uhr

Kosten: 170 € / 10 Termine oder 255 € / 15 Termine
zzgl. Material (20-30 €)

Information: Stefan Rosendahl, Tel. 0172/4031970,
rosendahl@interdata.de

Bildhauerei

Die Wochenend-Workshops finden in der Regel zu einem Thema statt. Dieses wird vorgestellt, Schritt für Schritt durchgeführt und vertieft. Am Anfang werden das Material, seine Eigenschaften und seine Bearbeitung demonstriert. Es gibt eine Beratung zur Formfindung sowie eine künstlerische Beratung. Von einem gemeinsamen Thema können Sie profitieren, aber es eröffnet auch den Spielraum, das Thema zu verlassen und eigene Wege zu gehen. Die Freude an der Materialbear-

Kunst | Kreativ

beitung und die Fähigkeit, Formen zu schaffen sind Kern des Workshops. *Bitte bringen Sie geeignete Arbeitskleidung mit.*

Leitung: Ulrich Rothmund (Bildhauer)
Raum: Atelier
Information: Ulrich Rothmund, Tel. 0251/9739475,
 ulrich-rothmund@web.de
 oder VHS Münster, Tel. 02 51/4 92-43 21
 vhs@stadt-muenster.de

Holzbildhauerei (Material: Lindenbretter)

Anmeldung über VHS

Termin: Samstag, 30.01.2021, 10-17 Uhr
 Sonntag, 31.01.2021, 10-16 Uhr

Kosten: 113 €

Das Gesicht (Sandstein)

Proportionen und praktische Herangehensweise

Termin: Samstag, 20.02.2021, 10-17 Uhr
 Sonntag, 21.02.2021, 10-16 Uhr

Kosten: 90 € zzgl. Material (ca. 20 €)

Speckstein

Anmeldung über VHS

Termin: Samstag, 13.03.2021, 10-17 Uhr
 Sonntag, 14.03.2021, 10-16 Uhr

Kosten: 96,60 €

Torso (Sandstein und Speckstein)

Die schönste aller Formen

Termin: Samstag, 24.04.2021, 10-17 Uhr
 Sonntag, 25.04.2020, 10-16 Uhr

Kosten: 90 € zzgl. Material (ca. 20 €)

Die große Form im Stein entdecken (Sandstein)

Termin: Samstag, 29.05.2021, 10-17 Uhr
 Sonntag, 30.05.2021, 10-16 Uhr

Kosten: 90 € zzgl. Material (ca. 20 €)

Holzbildhauerei (Material: Lindenbretter)

Anmeldung über VHS

Termin: Samstag, 26.06.2021, 10-17 Uhr
 Sonntag, 27.06.2021, 10-16 Uhr

Kosten: 113 €

Kunst | Kreativ

Keramik: Drehkurs und Aufbautechnik (Anf.)

In diese Wochenendworkshops könnt Ihr unter professioneller Anleitung verschiedene asiatische Techniken des Töpfern lernen. Die kleinen Gruppengrößen von maximal 3 Personen ermöglichen ein individuelles Tempo in entspannter kreativer Atmosphäre.

Raum: Atelier
Termine: Samstag, 20.03.2021, 15-18 Uhr und
 Sonntag, 21.03.2021, 15-18 Uhr
oder Samstag, 17.04.2021, 15-18 Uhr und
 Sonntag, 18.04.2021, 15-18 Uhr
oder Samstag, 19.06.2021, 15-18 Uhr und
 Sonntag, 20.06.2021, 15-18 Uhr
Kosten: 60 € zzgl. 10 € für Ton / Wochenende
Information: Jaimun Kim, Tel. 0176/31169294,
 tigermun29@hotmail.com

Freies Atelier

Freischaffende Künstlerinnen und Künstler sowie schöpferisch Tätige arbeiten entsprechend ihrer Interessen im Austausch und Dialog miteinander.

Raum: Atelier
Termine: mittwochs, 15-19 Uhr
Kosten: Materialkosten etc. werden umgelegt
Information: Miriam P., sperrmuellerin@web.de

Malen und Zeichnen

Wer gerne malt, kann hier seine Technik weiterentwickeln. Mit Acryl-, Aquarell-, Öl- oder Temperafarben entstehen unter fachkundiger Anleitung eigene Werke. Perspektive, Farbenlehre, Proportionen, Ausdrucksmalen sind Inhalte des Kurses.

Leitung: Marlies Terörde (Kunstpädagogin)
Raum: Atelier
Termin: mittwochs, 10-12 Uhr
Kosten: 7 € / Termin
Information: Marlies Terörde, Tel. 0151/12372307

Freie Malgruppe

Raum: Atelier
Termine: dienstags, 10-12 Uhr
Information: Gisela Stoffers, Tel. 0251/39516025

Experimentelle Druckgrafik

Im Wochenendworkshop wollen wir uns intensiv und gerne auch experimentell dem Tiefdruckverfahren der Radierung - Kaltnadelradierung, sowie Aquatinta-Ätzung - widmen. Gerade letztere erlaubt es, durch ihre unterschiedlichen Grau- bzw. Farbtöne eine malerische Wirkung zu erzeugen. Es wird die Möglichkeit geben, auf verschiedene Untergründe zu drucken. Bei freier künstlerischer Atmosphäre entstehen kleine „Druckwerke“. (Maximal 4 Teilnehmende)

Raum: Atelier

Termine: Samstag, 06.02.2021, 10-16 Uhr und
Sonntag, 07.02.2021, 10-16 Uhr

oder
Samstag, 01.05.2021, 10-16 Uhr und
Sonntag, 02.05.2021, 10-16 Uhr

Kosten: 100 € inkl. Material / Wochenende

Information: Verena Gründel, Tel. 0176/21551146
VGruendel@gmx.de

Artothek at Work

Die Künstlergemeinschaft Artothek bietet alle zwei Wochen die Gelegenheit, verschiedene künstlerische Techniken kennenzulernen. Unter fachkundiger Anleitung wird gemalt, getöpft, gedruckt oder je nach Interesse, Linoldruck und Radiertechniken geübt. Das Angebot ist für kreative Leute gedacht, die Hilfe beim Einstieg in die künstlerische Praxis suchen oder vergessene Fähigkeiten wieder auffrischen möchten. Bitte um Anmeldung.

Raum: Atelier

Termine: 1. und 3. Dienstag im Monat, 17-19 Uhr

Kosten: 7 € / Termin zzgl. Material

Information: Marlies Terörde, Tel. 0151/12372307

Tiffany-Glaskunst

In gesellig-kreativer Runde werden wunderschöne Lampen und kreative Kleinigkeiten gezaubert. Für Neueinsteiger wird eine entsprechende Einführung (einmalig 25,- € / 10 Termine) auf Anfrage angeboten.

Raum: Atelier

Termine: donnerstags (wöchentlich), 19-22 Uhr

Information: Barbara Kubis, Tel. 0251/217562,
Uschi Stanizok, Tel. 0251/3995090

Kunst | Musik

Künstlerstammtisch der Artothek

Künstler und Künstlerinnen und Kunstinteressierte treffen sich regelmäßig, um sich auszutauschen.

Raum: Billardraum

Termin: 1. Dienstag im Monat, 19-21 Uhr

Information: Marlies Terörde, Tel. 0151/12372307

Probe: Musikvereinigung Kinderhaus e.V.

Raum: Musik-Proberaum

Leitung: Reinald Opzondek, Bernhard Viegener

Termine: dienstags (wöchentlich), 18-21 Uhr

Information: Reinald Opzondek, Tel. 0251/212863

Probe: Spielmannszug St. Wilhelmi und Die Original Kinderbachtaler

Raum: Musik-Proberaum

Termine: mittwochs (wöchentlich), ab 18 Uhr

Information: Dieter Opzondek, Tel. 0251/214618

Jazz in Kinderhaus Offene Probe

Die Projektgruppe spielt mit und für Euch im Musik-Proberaum und Ihr könnt mitspielen. Wer ein Soloinstrument spielen kann oder singt, ist herzlich willkommen. Gespielt werden Jazz Klassiker von Duke Ellington bis Wayne Shorter. Wer mitspielen möchte, schreibt bitte eine E-Mail. So erfahrt Ihr den nächsten Termin, was wir spielen, wo Ihr mitspielen könnt und in welcher Tonart.

Raum: Proberaum Musik

Termine: montags (wöchentlich), 18-22 Uhr

Kosten: keine

Information: manigee@web.de

Fröhlicher Singkreis

Alle zwei Wochen treffen sich Menschen in der Agora, um einfaches Volksliedgut miteinander zu singen. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Entscheidend ist nur die Lust am Singen.

Raum: Agora

Termine: mittwochs (14-tägig ab 13.1.21),
19.30-20.30 Uhr

Kosten: keine

Information: Werner Neumüller Tel. 0251/218127

Chor Voice 'n' Fun

Voice 'n' Fun: Der Name ist Programm! Der Chor aus allen Altersgruppen trifft sich regelmäßig, um Lieder aus Pop, Musical, Gospel u.v.a. mit Spaß und Anspruch zu proben und bei Auftritten zu präsentieren. Neue Mitglieder, besonders Männerstimmen, sind herzlich willkommen.

Leitung: Melvin Schulz-Menningmann

Raum: Agora oder Sinnesraum

Termine: donnerstags (wöchentlich), 20-22 Uhr

Kosten: 16,00 € / Monat

Information: Melvin Schulz-Menningmann,
Tel. 01578/8696116

Musikunterricht

Die **Westfälische Schule für Musik**, mit ihrem Hauptsitz in Münster Mitte, bietet rund 7000 Musikbegeisterten an etwa 50 Orten in der ganzen Stadt verschiedenste Unterrichtsangebote, von musikalischen Frühangeboten über instrumentalen Einzelunterricht bis zum Sinfonieorchester oder der Rockband.

... im Bezirk Nord in Kinderhaus

Abgestimmt auf die aktuelle Nachfrage im Stadtteil Kinderhaus gibt es z. Z. Unterricht in den Fächern Querflöte, Blockflöte, Geige, Gitarre, Klavier und Gesang. Außerdem bietet die Musikschule, in Zusammenarbeit mit dem Kap.8 und den Kinderhauser Schulen, die Bandprojekte „Kinderhaus rockt basic“ und „Poporchester Kinderhaus“ an. Ein Schnuppertag zur Instrumentenwahl, Konzerte und Schülervorspiele gehören in Kinderhaus zum Programm. Im Stadtteil sind Fachleute vor Ort, die ihren Bezirk kennen. Sie beraten, antworten auf Fragen und reagieren auf individuelle Wünsche und Anregungen. Sprechen Sie Ihre Bezirksleiterin einfach an.

Klavier: Eva Mühl-Münker

Gitarre: Maria Siedler

Querflöte: Christine Latour

Geige: Madelaine Gazi-Saarow

Musikalische Früherziehung:
Eliana Baruffol

Information: Lisa Bröker-Jambor (Bezirksleiterin)

Sprechzeit im Kap.8-Büro:

Mi 10-10:45 Uhr

Tel. 0251/492-4434

Broeker@stadt-muenster.de

Theater | Tanz

Theater-Workshop

Ziel dieses Workshops ist es, ein Stück für die Bühne zu erarbeiten. Der Weg dahin führt über eine intensive Auseinandersetzung mit der Rolle. Dabei sind nicht nur die entsprechenden Rollen-Übungen von Bedeutung. Wichtig ist auch die Persönlichkeit jedes Einzelnen, sie ist letztlich dafür ausschlaggebend, dass eine Bühnenfigur zum Leben erwacht. Der Workshop bietet den Teilnehmenden die Chance, ein Ziel im Team zu verfolgen und die eigenen darstellerischen Fähigkeiten zu erkunden. ‚Vorkenntnisse‘ oder ähnliche abschreckende Voraussetzungen sind nicht nötig. Was die Teilnehmenden mitbringen müssen, sind Interesse am Theater und Durchhaltevermögen. Alles andere ergibt sich während der Proben, die sicherlich manchmal anstrengend sein werden, die aber nur ein Ziel haben: Die Kreativität jedes Einzelnen einzubinden und die Lust aufs Theaterspielen in den Vordergrund zu stellen.

Leitung: Walter Brunhuber
Raum: Bewegungsraum (Eltern-Kind-Bereich)
Termine: montags, ab 11.01.2021, 19-21 Uhr
Kosten: 6,00 € / Stunde
Information: Walter Brunhuber, Tel. 0251/799220

Samba-Tanz

Vinícius, Tänzer und Tanzpädagoge aus Rio de Janeiro, tritt seit 1992 als Sambatänzer in Deutschland auf. In Münster lernte er die Kunst des Ausdruckstanzes kennen und seit 1996 unterrichtet er Kinder und Erwachsene in Samba im In- und Ausland. Er ist Mitglied des Deutschen Institutes für Tanzpädagogik.

Leitung: Vinícius (Tänzer, Tanzpädagoge)
Raum: Sinnesraum
Kosten: 10,00 € / Std.
Information: Vinícius, Tel. 0251/9325581, 0179/8898595;
info@vinicius.de

Ethno-Samba

Samba ist Lebensfreude mit ungeheurer positiver Kraft, ein Tanz mit dem ganzen Körper und mit der Seele. Mit diesem Sambakurs möchte Vinícius die wichtigen Elemente des Straßensamba von Rio vorstellen: graziöse Hüftkreise und Tippielschritte, richtiges Atmen. Gefördert werden: das Raumgefühl, das Gewinnen an Selbstvertrauen und das Entdecken

Tanz | QiGong

der Sinnlichkeit des Körpers - und das alles zu energiegeladener brasilianischer Musik. Der Kurs (kein Paartanz) wird sowohl für Anfänger, als auch Fortgeschrittene angeboten. Das Alter spielt keine Rolle. Man sollte nur Spaß am Tanzen und an südamerikanischen Rhythmen mitbringen. Traut Euch und macht aus Eurem Leben einen Tanz, denn das Leben ist ein ewiger Tanz!

Termine: montags, 18.30-19.30 Uhr (ab 18.01.2021)

Nova Era - zeitgenössischer Sambatanz

Der zeitgenössische Sambatanz hat seinen Ursprung im Sambatanz und erstreckt sich von Modern und dem klassischen Tanz bis zum Tanztheater. Bei ihm ist der tanzende Körper das Mittel zum Ausdruck einer Tanzgeschichte. Die runden fließenden Bewegungen aus dem Sambatanz werden in Verbindungen zu anderen Tanztechniken, Schritt für Schritt erlernt und schließlich verkörpert. Dadurch erhält jede Bewegung einen neuen Charakter und eine neue Dynamik. Die Sambamusik sorgt für Rhythmik, Freude und brasilianische Stimmung. Zu diesem Tanzstil gehören aber auch andere Musikrichtungen, die in keinerlei Verbindung zum Sambatanz oder zur Sambamusik stehen. Es entsteht ein neuer Tanzstil mit einer eigenen Tanzsprache und -ausdrucksweise, der sich einen freien Raum jenseits jeder Zeit oder jeder Kultur schafft. Nova Era!

Termine: montags, 19.30-20.30 Uhr (18.01.2021)

Taiji-QiGong

Die über tausende Jahre alte Bewegungslehre QiGong wurde zum Erhalt eines langen, gesunden Lebens entwickelt und ist in China bis heute ein Baustein zur Lebenspflege. Die fließenden Bewegungen werden langsam ausgeführt und passen sich den eigenen körperlichen Möglichkeiten an. Daher bedarf es für die Ausübung keiner besonderen Gelenkigkeit. Bei den Übungen verbindet sich die Atmung mit der Bewegung und begünstigt so eine Vitalisierung des Körpers. Angenehme Vorstellungsbilder, die alle aus der Natur stammen, geben den Übungen ihre Namen, wie z.B. der Regenbogen oder die Wolkenhände und erleichtern das Erlernen der Bewegungsform. Wir lernen in diesem Kurs Übungen aus der bewegten Reihe die „18 Bewegungen“ des Taiji-QiGong (Kurs 1, 18 Uhr)

Tanz | Bewegung

und „8 Brokate“ (Kurs 2, 19 Uhr). *Es besteht die Möglichkeit, auch einzelne Stunden zu besuchen: 10er Karte 100 €*

Leitung: Antonia Bruns
(QiGong Ausbildung bei Prof. Sui QingBo,
Lena Du Hong und Meister Guan Yongxing)

Raum: Sinnesraum

Termine/Kosten:

Quartal 1 donnerstags, 07.01.-25.03.2021
18-19 Uhr (Kurs 1)
19-20 Uhr (Kurs 2)
84 € / 12 Termine

Quartal 2 donnerstags, 15.04.-01.07.2021
18-19 Uhr (Kurs 1)
19-20 Uhr (Kurs 2)
70 € / 10 Termine

Information: Antonia Bruns, Tel. 0251/4816555

Gymnastik im Sitzen

Das Ziel der Sitzgymnastik ist es, die körperliche und geistige Vitalität zu fördern und zu stärken. Mit Kräftigungs-, Koordinations- und Dehnübungen, die im Sitzen trainiert werden, soll dieses Ziel durch Freude an der Bewegung erreicht werden.

Leitung: Renate Baumeister

Raum: Sinnesraum

Termin: montags, 11.01.-03.05.2021, 11-12 Uhr

Kosten: 5 € / Stunde

Information: Renate Baumeister, Tel. 0251/214884

Pilates Aufbaukurs

Die Pilates Methode besteht aus aufeinander abgestimmten Dehn-, Koordinations- und Kräftigungsübungen. Mit dieser ganzheitlichen Methode werden Muskeln gestärkt und geformt, die Körperhaltung verbessert, Flexibilität und Gleichgewicht erhöht und Körper und Geist in Einklang gebracht.

Leitung: Renate Baumeister

Raum: Sinnesraum

Termin: montags, 11.01.-03.05.2020, 9.45-10.45 Uhr

Kosten: 7 € / Stunde

Information: Renate Baumeister, Tel. 0251/214884

Halte die Balance

Dieser Gymnastikkurs richtet sich an die Generation 50 Plus, mit dem Ziel altersbedingten Erkrankungen aktiv vorzubeugen. Eine wohldosierte Kombination aus Übungen zur Schulung von Kraft, Ausdauer, allgemeiner Beweglichkeit und Gleichgewicht sorgt für eine Verbesserung des gesamten Muskelapparates und eine Steigerung des Wohlbefindens für Körper und Geist. Dehnübungen mit einer anschließenden Entspannung runden das Programm ab. Außerdem werden Informationen über ein gesundheitsgerechtes Bewegungsverhalten im Alltag vermittelt. Bewegung ist das Ziel. Es ist nie zu spät damit anzufangen!

- Leitung:** **Monika Aufderlandwehr**
(staatl. gepr. Gymnastiklehrerin,
medizinische Trainingstherapeutin)
- Raum:** Sinnesraum
- Termine:** mittwochs, 06.01.-30.06.2021, 9-10 Uhr
do., 07.01.-01.07.2021, 10.15-11.15 Uhr
- Kosten:** 50,00 € / 10 Termine
- Information:** **Monika Aufderlandwehr, Tel. 0251/215934**

Brasil Workout

Gesunder Rücken, aufrechte Haltung, gute Figur

Dieses neuartige Figurtraining verbindet alle Komponenten eines effektiven Ganzkörpertrainings mit einer modernen Rückenschule. Mit kleinen Noppenhanteln, den sog. Brasils wird durch minimale Schüttelbewegungen die Tiefenmuskulatur gezielt trainiert. Neue wissenschaftliche Untersuchungen zeigten, dass es besonders die tiefen Muskelschichten sind, die entscheidend unseren Körper schützen und auch formen. Nicht nur eine straffe Figur ist entscheidend für eine gute Ausstrahlung, sondern auch ein starker Rücken und eine aufrechte Haltung. Das Training ist in jedem Alter leicht erlernbar und bedarf keinerlei Vorkenntnisse. Auch Freude und Spaß an der Bewegung kommen nicht zu kurz.

- Leitung:** **Monika Aufderlandwehr**
(staatl. gepr. Gymnastiklehrerin,
medizinische Trainingstherapeutin)
- Raum:** Sinnesraum
- Termin:** di., 05.01.-29.06.2021, 17.15-18.15 Uhr
- Kosten:** 55,00 € / 10 Termine
- Information:** **Monika Aufderlandwehr, Tel. 0251/215934**

Bewegung

Beckenboden und mehr!

Mehr Lebensqualität durch einen starken Beckenboden

Eine schlaaffe Beckenbodenmuskulatur kann zu zahlreichen Beschwerden wie z.B. Harn-/Stuhlinkontinenz, Organenkungen, und Rückenbeschwerden führen. Gezielte Übungen kräftigen die Muskulatur des Beckenbodens, so dass sie ihre Stützfunktion wieder ausführen kann. Teilnehmer/-innen erfahren eine Linderung bzw. dauerhafte Beschwerdefreiheit bei Inkontinenz- oder Rückenproblemen. Ziel des Beckenbodentrainings ist es, die Muskeln so zu trainieren, dass sie ihre Aufgaben wieder ordnungsgemäß leisten können. Ein gut trainierter Beckenboden ist elastisch, kraftvoll und bildet die Basis für ein gutes Körpergefühl. Vorkenntnisse bzw. Erfahrungen bezüglich des Beckenbodentrainings sind von Vorteil, jedoch keine Teilnahmevoraussetzung.

Leitung: **Monika Aufderlandwehr**
(staatl. gepr. Gymnastiklehrerin,
medizinische Trainingstherapeutin)

Raum: Sinnesraum

Termine: mi., 06.01.-30.06.2021, 10.15-11.15 Uhr

Kosten: 55,00 € / 10 Termine

Information: Monika Aufderlandwehr, Tel. 0251/215934

Fitnessgymnastik

Der Kurs ist derzeit ausgebucht

Leitung: **Katharina Schulze**

Raum: Sinnesraum

Termine: mi., 13.01.-30.2021, 17.45-18.45 Uhr

Muskeltraining für die Wirbelsäule

Dieser Kurs richtet sich an Männer ab 50 Jahren, die unter Verspannungen leiden, Haltungsschwächen haben oder die Rückenmuskulatur gezielt stärken möchten. Es werden alle Muskelgruppen trainiert, die für eine gute Körperhaltung entscheidend sind. Rückenfreundliche Entspannungsübungen runden das Programm ab.

Leitung: **Monika Aufderlandwehr**
(staatl. gepr. Gymnastiklehrerin,
medizinische Trainingstherapeutin)

Raum: Sinnesraum

Termine: do., 07.01.-01.07.2021, 9-10 Uhr

Kosten: 50,00 € / 10 Termine

Information: Monika Aufderlandwehr, Tel. 0251/215934

Rehabilitationssport

Am Rehabilitationssport können Sie aufgrund einer ärztlichen Verordnung teilnehmen. In der Regel übernehmen gesetzliche Krankenkassen die Kosten für 50 Einheiten Rehasport mit 45 Minuten, die in 18 Monaten absolviert werden sollen. Bevor Sie sich bei uns anmelden, reichen Sie bitte diese Verordnung bei Ihrer Krankenkasse zwecks Kostenübernahme ein. Mit uns vereinbaren Sie dann bitte einen Aufnahmetermin.

Anmeldung und Info (ab 1.1.21):

Gesundheitssport & Kurse e.V.

Di. 15-18 Uhr und Fr. 10-12 Uhr

Tel. 0177/5892050

Rehasport: Orthopädie (Mattentraining)

Bei Rückenbeschwerden, Gelenkschmerzen und anderen orthopädischen Diagnosen werden in diesem Kurs durch gezielte Übungen Muskulatur aufgebaut, Verspannungen gelöst und Beweglichkeit gefördert. Atemübungen, Stretching und Balancetraining runden das Programm ab.

Leitung: Heidi Schorfheide-Smerezansky
(Fachübungsleiterin für Orthopädie
und innere Medizin)

Raum: Sinnesraum

Termine: montags, ab 04.01.2021, 16-16.45 Uhr

Rehasport : Entspannung nach Feldenkrais

Durch entspannte, konzentrierte, ruhige Bewegungen brechen wir alte falsche Bewegungsmuster auf, lernen uns leicht und schmerzfrei zu bewegen und lösen so langsam Blockaden und Verspannungen. Die Eigenwahrnehmung wird gefördert, Stress und Spannung abgebaut

Leitung: Heidi Schorfheide-Smerezansky
(Fachübungsleiterin für Orthopädie
und innere Medizin)

Raum: Sinnesraum

Termine: montags, ab 04.01.2021, 17-18 Uhr

Zuzahlung: 1,60 € / Einheit

Rehasport: Orthopädie (Hockergruppe)

In dieser Gruppe absolvieren wir unsere Übungen rund um einen Stuhl herum. Bei Rückenbeschwerden, Gelenkschmerzen und anderen orthopädischen Diagnosen werden in diesem Kurs durch gezielte Übungen Muskulatur aufgebaut, Verspan-

Bewegung

nungen gelöst und Beweglichkeit gefördert. Atemübungen, Stretching und Balancetraining runden das Programm ab.

Leitung: Heidi Schorfheide-Smerezansky
(Fachübungsleiterin für Orthopädie
und innere Medizin)

Raum: Sinnesraum

Termine: dienstags, ab 05.01.2021, 10-10.45 Uhr

Rehasport: Orthopädie (Mattentraining)

In dieser Gruppe absolvieren wir unsere Übungen rund um einen Stuhl herum. Bei Rückenbeschwerden, Gelenkschmerzen und anderen orthopädischen Diagnosen werden in diesem Kurs durch gezielte Übungen Muskulatur aufgebaut, Verspannungen gelöst und Beweglichkeit gefördert. Atemübungen, Stretching und Balancetraining runden das Programm ab.

Leitung: Heidi Schorfheide-Smerezansky
(Fachübungsleiterin für Orthopädie
und innere Medizin)

Raum: Sinnesraum

Termine: dienstags, ab 05.01.2021, 11-11.45 Uhr

Budo-Taijutsu

Japanische Selbstverteidigung für alle

Dieser fortlaufende Kurs bietet die umfassende praktische Selbstverteidigung, die darauf vorbereitet, sowohl alltägliche Konflikte, als auch bedrohliche Situationen erfolgreich zu meistern. In angenehmer Atmosphäre können eigene körperliche, verbale und emotionale Fähigkeiten entdeckt und erweitert werden. Alternative Handlungsmöglichkeiten befähigen die Teilnehmenden Gewalt zu entschärfen. Die Übungen sind langsam und sicher; sie können unabhängig von Alter, körperlicher Verfassung und Vorkenntnissen umgesetzt werden.

Leitung: Petra Wilde und Olaf Schawe

Raum: Eltern-Kind-Bewegung

Termine: freitags, 08.01.-02.07.2021
19-19.45 Uhr und 20-20.45 Uhr

Kosten: ab 18 € / Monat

Veranstalter: DOJO TEAM - Training gegen Gewalt u. mehr

Information: Tel. 02505/948445, info@dojoteam.de

T'ai Chi Ch'uan

Regelmäßiges Training der Inhalte traditionellen T'ai Chis.

Bewegung | Sprache

Dies umfasst sowohl Meditation und Bewegung als auch Kampfkunst.

Leitung: Norbert Meller
Raum: Sinnesraum
Termine: dienstags, 12.01.-29.06.2021, 19-21 Uhr
Kosten: 36 € / Monat
Veranstalter: TAMO e.V.
Information: Tel. 0175/5617611, www.ta-mo.de

Französisch Aufbaukurs

Sie wollen in lockerer Atmosphäre die französische Sprache verbessern, für einen Urlaub in einem französischsprachigen Land gerüstet sein oder Ihre passiven Französischkenntnisse auffrischen? Dann sind Sie herzlich willkommen! Einstieg in den laufenden Kurs ist jederzeit möglich. Sie haben Interesse an Kursen auf anderem Niveau, dann sprechen Sie mich an.

Leitung: Sabine Barth
Raum: Cafeteria
Kosten: 5 - 10 € / Termin
Termin: freitags, ab 15.01.2021, 9.45-11.15 Uhr
Information: Sabine Barth, Tel. 0251/217525

Französisch Fortgeschrittene 4 (B1+)

Leitung: Susanne Gäth
Raum: Cafeteria
Termin: mittwochs, 17.02.-09.06.2021, 10-11.30 Uhr
Kosten: 118,50 €
Veranstalter: VHS Münster, Anna Ewig, Tel. 0251/492-4361

English Upper Intermediate

Sie möchten in entspannter Atmosphäre Ihre Englischkenntnisse auffrischen, um an Gesprächen in englischer Sprache teilnehmen zu können? In einer kleinen Gruppe werden gut verständliche Originaltexte wie Zeitungsartikel, kürzere literarische Texte, Filme usw. bearbeitet. Ziele sind Verbesserung des Sprechens, Erweiterung des Bildungshorizontes, geistige Fitness, und - last but not least - der Kontakt zu gleichgesinnten Menschen. Ein Einstieg in den Kurs ist möglich.

Leitung: Sabine Burkard
Raum: Cafeteria
Termin: dienstags, 12.01.-29.06.2021, 9.30-11 Uhr
Kosten: 8 € / Termin
Information: Sabine Burkard, Tel. 0176/53534725

Treffpunkte

Kidix-Eltern-Kind-Kurs

Kidix ist ein Kurs für Eltern mit Kindern von 1-3 Jahren. Das Kurskonzept wurde für die katholischen Familienbildungseinrichtungen in NRW entwickelt. Jeder Kidix Eltern-Kind-Kurs wird von qualifizierten Kursleitungen mit Kidix Zertifikat durchgeführt. Kinderzeit: Selbstständiges Erforschen von unterschiedlichen Materialien, Experimentieren und Entdecken im Spiel mit anderen Kindern. Elternzeit: Erfahrungsaustausch und Anregungen zur Gestaltung von Erziehung, Familie und Alltag, Unterstützung durch die Kursleitung, Beobachten und Entdeckung des eigenen Kindes. Gemeinsame Zeit: Miteinander spielen, lachen und singen, dabei Spaß haben und voneinander lernen.

Leitung: n.n.
Raum: Eltern-Kind-Bereich
Termine/ freitags, 15.01.-19.03.2021, 9.30-11 Uhr
Kosten: 80,40 €
 freitags, 16.04.-25.06.2021, 9.30-11 Uhr
 87,40 €

Veranstalter: Haus der Familie e.V.

Anmeldung/Info: Haus der Familie, Tel. 0251/41866-0,
 Judith Bestier, Durchwahl -22

Spielkreis Die Bärenkinder II

Tagesmüettertreff mit Kindern zum gemeinsamen Spielen

Raum: Eltern-Kind-Bereich
Termine: montags-donnerstags, 9-11 Uhr
Information: Nadine Ahlke-Berges, Tel. 0172/3641402

Kaffeeklatsch am Mittwoch

Offener Treff bei Kaffee und Kuchen

Leitung: Nora Dewitt
Raum: Stadtteiltreff Mokido
Termin: mittwochs, 15-17 Uhr

Marktcafé

Wer nach dem Einkauf Lust auf ein bisschen Erholung oder Erfrischung hat, kann es sich bei einer Tasse Kaffee oder Tee im Stadtteiltreff gemütlich machen und Andere treffen.

Leitung: Nora Dewitt
Raum: Stadtteiltreff Mokido
Termin: donnerstags, 9-12.30 Uhr

Treffpunkte

Café Lichtblick

Offener Treff für behinderte Jugendliche und Erwachsene
In gemütlicher Runde bei Tee, Kaffee und Kuchen wird
geklönt und andere Dinge gemeinsam getan. Auch nicht
behinderte Menschen sind jederzeit herzlich willkommen.

Raum: Billardraum

Termin: montags, 16-18.30 Uhr
(2. + 4. Montag im Monat)

Information: Richter, Tel. 215592 | Lauscher, Tel. 213852

Stadtteiltreff

Die Mitarbeiter des Kap.8 sind montags bis donnerstags
abends im Stadtteiltreff vor Ort. Auch der Zugang zu Kursen
und Veranstaltungen wird ab 18 Uhr über diesen Raum gere-
gelt. Hier treffen sich Stadtteilgruppen, hier werden kleinere
Versammlungen und Veranstaltungen durchgeführt und
natürlich kann man auch einfach mal so vorbeischaun und
ein Getränk zu sich nehmen.

Raum: Stadtteiltreff Mokido

Termin: montags bis donnerstags, 18-22 Uhr

Schachfreunde Matt in 3 Zügen

Wir haben Freude am Schach. Daher treffen sich Junge
und Junggebliebene wöchentlich im Stadtteiltreff Mokido.
Einsteiger sind herzlich willkommen und werden von uns
in die Grundregeln des Schachspiels eingeführt. Aber auch
vorhandene Vereins-Schach-Künste können aufgefrischt und
trainiert werden. Auf vielfachen Wunsch wird das Schach-
spiel auch in ganz unterschiedlich angepassten Spielzeiten
betrieben.

Raum: Stadtteiltreff Mokido

Termin: donnerstags, 19-21.30 Uhr

Information: Hartmut Voigt, Tel. 0251/863261
Markus Fürstenau, Tel. 0251/39532007

ZWAR Gruppe Münster Kinderhaus

Basistreffen

Organisation gemeinsamer Aktivitäten für Menschen ab 60
Jahren. Gäste willkommen.

Raum: Billardraum

Termin: 1. Donnerstag im Monat, 18.00-20.30 Uhr

Information: Dieter Wohlleben, Tel. 0251/24153

Treffpunkte

ZWAR Gruppe Münster Kinderhaus

Spieleabend im Mokido

Raum: Stadtteiltreff Mokido
 Termine: dienstags, 18-20.30 Uhr (wöchentlich)
 Information: Dieter Wohlleben, Tel. 0251/24153

Boulen

Ort: Bouleanlage Große Wiese
 Termine: montags, ab 14.30 Uhr (wöchentlich)
 Information: Antonia Pickardt, Tel. 0251/212404

Sportschießen (Training)

Raum: Luftgewehr-Schießstand

Schützenbruderschaft St. Josef

Information: Elmar Ernst, elmar.ernst@josef-kinderhaus.de

Heideclub Brüningheide

Information: Dieter Merschiewe, Tel. 0251/261708

Offener Oldtimertreff Kinderhaus

Für Freunde historischer Motorräder & Automobile

Raum: Billardraum
 Termin: 4. Dienstag im Monat, 19.30-22 Uhr
 Information: Andreas A. Franz, Tel. 0251/211302
 Björn Steinigweg, Tel. 02504/737703

Treffpunkte

Plattdeutscher Gesprächskreis

Raum: Stadtteiltreff Mokido oder Agora
Termine: 1. Montag im Monat, 19-21 Uhr
Information: Helmut Baumeister, Tel. 0251/214884

Montag, 1. Februar

Bildvortrag: Mit dem Fahrrad durch Finnland und Lapland
 Bilder und Geschichten von dieser Reise
Referenten: Renate und Helmut Baumeister
Sprache: Plattdeutsch

Montag, 1. März

Thema: Reisebericht Radwanderwege an Rhein, Mosel, Rur
 und Ijssel
Referent: Helmut Baumeister
Sprache: Hochdeutsch

Montag, 3. Mai

Bildvortrag: Ewald Niermann
Referent: Helmut Baumeister
Sprache: Plattdeutsch / Hochdeutsch

Montag, 6. September

Thema: Geschichte der Lambertuslieder
Referent: Hermann Rottmann
Sprache: Plattdeutsch

Montag, 4. Oktober

Thema: Ist Gott vergessen oder nicht mehr wichtig?
Referent: em. Pfarrer Egbert Reers
Sprache: Hochdeutsch

Montag, 6. Dezember

Adventsfeier: Wir wollen Sie mit weihnachtlichen Geschichten und Liedern in plattdeutscher Sprache unterhalten und das Jahr in gemütlicher Runde mit Glühwein und Plätzchen ausklingen lassen.

Kap.8

Ein Forum für Kunst und Kultur im Stadtteil

Das Kap.8, als Einrichtung des Kulturamtes der Stadt Münster, ist ein Forum für Kunst und Kultur, ein Ort der Begegnung und Kommunikation, der Freizeitgestaltung und des bürgerschaftlichen Engagements.

Neben eigenen Veranstaltungen und Veranstaltungen in Kooperation mit Anderen ist das Programm geprägt von vielfältigen Angeboten Dritter, die in ihrer Gesamtheit das facettenreiche stadtteilkulturelle Profil des Hauses ausmachen.

Sie planen eine Veranstaltung?

Nehmen Sie frühzeitig Kontakt mit uns auf. Wenn sich Ihre Wünsche im Kap.8 grundsätzlich umsetzen lassen, laden wir Sie zu einem Vorgespräch ein, um Sie bei der Planung zu beraten und gemeinsam mit Ihnen die optimale Umsetzung Ihrer Idee zu besprechen.

Sie planen eine Kulturveranstaltung?

Die Räume des Kap.8 stehen vorrangig für stadtteilkulturelle Veranstaltungen wie Theater, Tanztheater, Kleinkunst, Konzerte und Ausstellungen zur Verfügung. Wenn wir Ihre Veranstaltung in das Stadtteilkulturprogramm des Bürgerhauses integrieren, wird ein ermäßigtes Nutzungsentgelt berechnet.

Sie planen ein öffentliches Fest oder eine Feier?

Gemeinnützig tätige Gruppen und Vereine aus dem Stadtteil Kinderhaus, die eine öffentliche Festveranstaltung im kleinen oder größeren Rahmen für den Stadtteil planen, werden ebenfalls bevorzugt behandelt. Mit Rücksicht auf unsere Nachbarn, halten wir die Zahl der Feiern aber gering.

Sie planen eine Tagung, eine geschlossene oder gewerbliche Veranstaltung?

Auch das ist im Kap.8 möglich. Allerdings haben die oben aufgeführten Veranstaltungen Vorfahrt.

Sie möchten einen Raum im Kap.8 nutzen?

Melden Sie sich im Kap.8-Büro. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter können Ihren Raumwunsch entweder sofort bearbeiten oder Sie an eine Kollegin oder einen Kollegen weiterleiten.

Stammtische, Vereinssitzungen, Probentermine

Wenn Ihr Verein oder Ihre Gruppe selbstlos tätig ist und regelmäßig Räume im Kap.8 nutzen möchte, gibt es für Sie zwei Möglichkeiten. Entweder treffen Sie sich während der Öffnungszeiten des Stadtteiltreffs „Mokido“ (montags bis donnerstags von 18 bis 22 Uhr) in diesem Raum. Diese Nutzung ist für Sie, wie für alle anderen Besucher, natürlich kostenfrei. Sie haben allerdings keine Möglichkeit, Plätze verbindlich zu reservieren. Oder Sie reservieren einen eigenen Raum für Ihre Aktivitäten. Hierfür wird dann, je nach Nutzungshäufigkeit, eine Jahrespauschale erhoben.

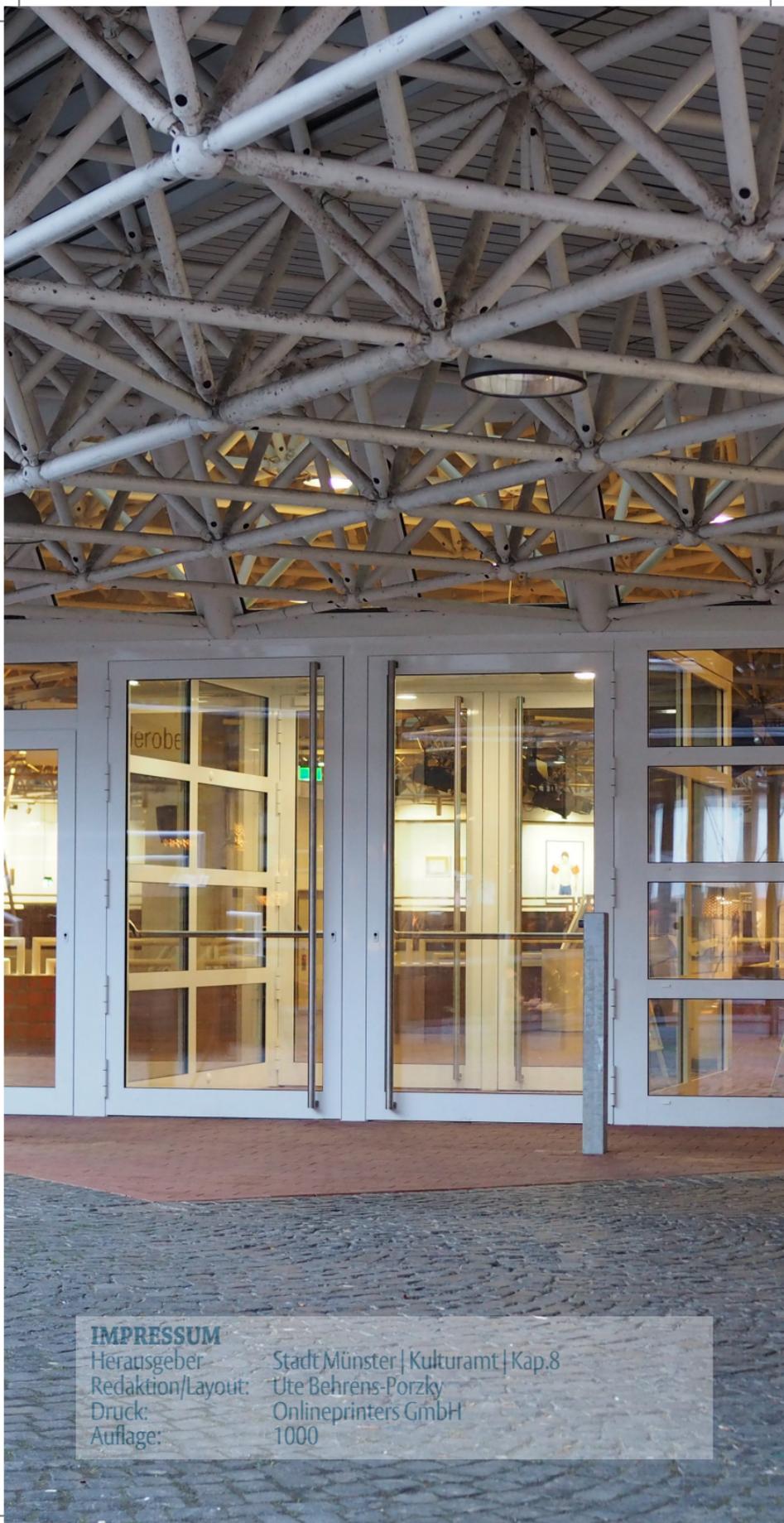
Kurse, Seminare, Workshops

Sie möchten einen Raum für einen Kurs oder Workshop nutzen? Das Kap.8 stellt Räume für wohnortnahe Weiterbildungsangebote zur Verfügung. Einzelpersonen (Dozenten, Übungsleiter) oder Bildungsträger können selbstständig und in Eigenregie Bildungsangebote durchführen, das Kap.8 stellt den Raum und berechnet dafür ein Nutzungsentgelt.

Ausblick Herbst/Winter 2021

Samstag, 21. August: Panagiota Petridou
 Samstag, 28. August: Lydia Benecke
 Freitag, 3. September: Frank Muschalle
 Sonntag, 5. September: René Steinberg
 Freitag, 10. September: Ingo Appelt
 Samstag, 11. September: Paul Maar
 Sonntag, 12. September: Paul Maar
 Freitag, 17. September: 11 Freunde
 Samstag, 18. September: Herr Schröder
 Sonntag, 19. September: die feisten
 Freitag, 24. September: Thomas Schmidt
 Samstag, 25. September: Daphne de Luxe
 Sonntag, 26. September: Abdelkarim
 Samstag, 2. Oktober: Covernight
 Freitag, 8. Oktober: Jan van Weyde
 Samstag, 9. Oktober: Marc Weide
 Sonntag, 10. Oktober: Bademeister Schaluppe
 Samstag, 30. Oktober: Comedy Night Münster
 Sonntag, 31. Oktober: Musikvereinigung Kinderhaus
 Montag, 1. November: Kammerpuppenspiele
 Freitag, 5. November: Wohnzimmerliebe
 Samstag, 6. November: Dennis aus Hürth
 Sonntag, 7. November: Rolf Miller
 Freitag, 12. November: NightWash
 Samstag, 13. November: Nicole Jäger
 Sonntag, 14. November: Die Unfassbaren
 Sonntag, 21. November: MGV Cäcilia Kinderhaus
 Freitag, 3. Dezember: Tobias Mann
 Samstag, 4. Dezember: Konrad Stöckel
 Sonntag, 5. Dezember: Kammerpuppenspiele
 Freitag, 10. Dezember: Jan Philipp Zymny
 Samstag, 11. Dezember: Suchtpotenzial
 Sonntag, 12. Dezember: Matthias Jung
 Freitag, 17. Dezember: Helene Bockhorst





IMPRESSUM

Herausgeber

Redaktion/Layout:

Druck:

Auflage:

Stadt Münster | Kulturamt | Kap.8

Ute Behrens-Porzky

Onlineprinters GmbH

1000