

Kostenlose Probestunde „Tango Argentino“ mit Guido Gottlieb

Im August 2016 hatte Tanzlehrer Guido Gottlieb eine Tango-Open Air-Veranstaltung in der Marina Rünthe organisiert. Jetzt lädt er am Montag, 15. Januar, um 18 Uhr zu einer kostenlosen Tanzstunde in das Kolpinghaus Werne ein.



In unserer heutigen Zeit, die geprägt ist von Funktionalität, Effizienz und Geld, spielt das Gefühl eine untergeordnete Rolle. Dies ist einer der Gründe dafür, weshalb der argentinische Tango im Augenblick so boomt. Tango ist Gefühl! Ein weiterer Grund, warum dieser Tanz gerade jetzt wieder ein Hoch erlebt, ist die Freiheit der Tänzer. Nichts ist festgelegt. Die Musik wird in der Körpersprache mit voller Leidenschaft umgesetzt. Keine festen Schrittfolgen,

Interpretation der Musik, Ausdruck, alles bleibt dem Tanzpaar überlassen.

Tango gehört seit einiger Zeit zum Weltkulturerbe. Um einen Eindruck von diesem Tanz zu bekommen, bietet der Tango-Lehrer Guido Gottlieb eine kostenlose Probestunde an. Diese findet statt am Montag, 15.01.2018 um 18 Uhr im Kolpinghaus Werne. Vorkenntnisse und Voranmeldungen sind nicht erforderlich. “

Tanzschule „Dancers Home“ lädt zum ersten „Tag der offenen Tür“ein

Die Tanzschule „Dancers Home“ von Rudolf Boger und Diana Hahn, Präsidentenstraße 16a, in Bergkamen-Mitte, lädt am Sonntag, 7. Januar, zum ersten Tag der offenen Tür ein. Es gibt viele Auftritte und Workshops für alle Altersklassen!

Das Programm für den Tag der offenen Tür:

11.30 Uhr Einlass

1. Kinder

12.00 Uhr Auftritt

12.45 Uhr Workshop

13.30 Uhr Pause

2. Teens

14.00 Uhr Auftritt

14.30 Uhr Workshop

15.30 Uhr Pause

3. Erwachsene

16.00 Uhr Auftritt

16.30 Uhr Workshop Zumba

17.30 Uhr Pause

17.45 Uhr Workshop Yoga

18.45 Uhr Ende

Tanzkurse für Anfänger und Fortgeschrittene starten jetzt im Martin-Luther-Haus

Für Tänzerinnen und Tänzer mit Grundkenntnissen und langjähriger Erfahrung starten am Samstag, 13. Januar, wieder im Martin-Luther-Haus an der Goekenheide in Weddinghofen wieder unterschiedliche Kurse. Für Jung und Alt ...die jüngsten Paare sind gerade 16 und die ältesten 70.

Interessenten können sich bei Michael Krause unter 016098984400 melden. Das Bild stammt vom Weihnachtsball.



Eishalle Bergkamen: Öffnungszeiten in den Ferien

Wer die über die Weihnachtstage angesammelten Kalorien auf dem Eis abtrainieren oder einfach nur Spaß beim Schlittschuhlaufen haben möchte, der hat in den Ferien in der Bergkamener Eishalle am Häupenweg wegen der geänderten Öffnungszeiten sehr gute Gelegenheiten.

Bis zum 5. Januar ist mit Ausnahme von Silvester und Neujahr die Eishalle von 10 bis 13 Uhr, 14 bis 17.30 Uhr und von 19 bis 22 Uhr geöffnet.

Silvester, 31. Dezember, ist die Eishalle von 10 bis 16 Uhr und Neujahr, 1. Januar 2018 von 14 bis 17.30 und von 19 bis 22 Uhr geöffnet.

Weihnachtswanderung des NABU zum Beversee

Traditionell findet am zweiten Weihnachtsfeiertag die naturkundliche Wanderung des NABU statt. Am Dienstag den 26. Dezember geht es an den Beversee. Karl-Heinz Kühnapfel stellt unsere winterliche Vogelwelt vor. Ferngläser und Vogelbestimmungsbücher, falls vorhanden, sollten mitgebracht werden.

Treffpunkt ist um 10.00 Uhr am Wanderparkplatz Beversee, Werner Straße (B233). Nicht-NABU-Mitglieder zahlen 2,- €.

Öffnungszeiten der Hallenbäder und der Sauna in Bönen in den Weihnachtsferien

Das Hallenbad in Bergkamen-Mitte ist am Heiligen Abend, am 1. Weihnachtsfeiertag, Silvester und Neujahr geschlossen. An den übrigen Tagen der Weihnachtsferien gelten wieder die üblichen verlängerten Öffnungszeiten.

Hier ist ein Überblick über die Öffnungszeiten aller GSW-Hallenbäder und der Sauna in Bönen:

	HB Bergkamen	HB Kamen	Bad Bönen	Sauna Bönen
Samstag, 23.12.	08.00-13.00 Uhr	08.00-18.00 Uhr	10.00-18.00 Uhr	10.00-22.00 Uhr
Sonntag, 24.12.	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen
Montag, 25.12.	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen
Dienstag, 26.12.	08.00-13.00 Uhr	08.00-13.00 Uhr	10.00-18.00 Uhr	10.00-20.00 Uhr
Mittwoch, 27.12.	06.30-21.00 Uhr	06.30-21.00 Uhr	11.00-21.00 Uhr	10.00-22.00 Uhr
Donnerstag, 28.12.	06.30-21.00 Uhr	06.30-17.00 Uhr	11.00-21.00 Uhr	10.00-22.00 Uhr
Freitag, 29.12.	06.30-21.00 Uhr	06.30-21.00 Uhr	11.00-21.00 Uhr	10.00-23.00 Uhr
Samstag, 30.12.	08.00-13.00 Uhr	08.00-18.00 Uhr	10.00-18.00 Uhr	10.00-22.00 Uhr
Sonntag, 31.12.	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen
Montag, 01.01.	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen
Dienstag, 02.01.	06.30-21.00 Uhr	06.30-17.00 Uhr 15.30-17.00 Uhr Frauenschwimmen	11.00-21.00 Uhr	10.00-22.00 Uhr

Mittwoch, 03.01.	06.30-21.00 Uhr	06.30-21.00 Uhr	11.00-21.00 Uhr	10.00-22.00 Uhr
Donnerstag, 04.01.	06.30-21.00 Uhr	06.30-17.00 Uhr	11.00-21.00 Uhr	10.00-22.00 Uhr
Freitag, 05.01.	06.30-21.00 Uhr	06.30-21.00 Uhr	11.00-21.00 Uhr	10.00-23.00 Uhr
Samstag, 06.01.	08.00-13.00 Uh	08.00-18.00 Uhr	10.00-18.00 Uhr	10.00-22.00 Uhr
Sonntag, 07.01.	08.00-18.00 Uhr	08.00-13.00 Uhr	10.00-18.00 Uhr	10.00-20.00 Uhr

Fitnesskurse im Hallenbad: Ganz neu das BEboard Training

Im Januar startet das neue Kursprogramm in den Hallenbädern der GSW. Es sind noch einige Restplätze im Fitnessprogramm der Hallenbäder in Kamen, Bönen und Bergkamen frei. Neu im Programm im Hallenbad Bergkamen ist das speziell entwickelte BEboard Training. Beim Cardio-Training auf einer schwimmenden Fitnessmatte sind ständig alle Muskelgruppen im Einsatz, um die Eigenbewegung der Matte auszugleichen. Die perfekte Voraussetzung für ein effektives sensomotorisches Training.

Unter www.gsw-freizeit.de kann man sich über die verschiedenen Kurse informieren und gleich ganz einfach online buchen. Aber auch per E-Mail an freizeit@gsw-kamen.de oder über die zentrale Buchungshotline 02307 978-222 werden Anmeldungen gerne entgegengenommen.

Wer seine guten Vorsätze für das Jahr 2018 in die Tat umsetzen will, hat dazu also die Gelegenheit.

Die GSW bieten in den Hallenbädern in Kamen, Bönen und Bergkamen ein vielfältiges und anspruchsvolles Angebot an Fitnesskursen für Erwachsene und Schwimmkurse für Kinder sowie Anfänger an.

Licht- und Feuerbräuche in den Winterferien für Kinder ab 7 Jahre

Spannende Stunden rund um das Thema Feuer erwartet die Kinder von Mi – Fr, 3. bis 5. Januar 2018 auf der Ökologiestation in Bergkamen-Heil. An drei Vormittagen (jeweils 10.00 Uhr bis 13.00 Uhr) dreht sich alles um alte Licht- und Feuerbräuche. Gemeinsam finden die Kinder heraus was ist ein Lärmfeuer ist. Am warmen Lagerfeuer werden Fackeln gebastelt und Kräuter geräuchert. Auch probieren sich die Kinder in der Kunst des Feuerpustens und kochen kleine Mahlzeiten über dem Feuer.

Zum Transport der Feuerasche sollen die Kinder ein Glas mit Schraubverschluss mitbringen.

Ebenfalls mitzubringen sind: regenfeste und warme Kleidung, Trinkbecher/-flasche und – wer hat – ein Messer zum schnitzen!

Die Kosten für diese drei Ferientage betragen 45 Euro pro Kind. Durchgeführt wird die Ferienaktion von der Naturerlebnispädagogin Heike Barth und der Wildnispädagogin Sandra Bille.

Die maximale Teilnehmerzahl ist auf 18 Kinder begrenzt.

Anmeldungen noch bis Dienstag, 19. Dezember bei Dorothee Weber-Köhling (02389-980913) oder umweltzentrum_westfalen@t-online.de.

Modellbahnausstellung der Bergkamener Eisenbahnfreunde am Sonntag

Die Bergkamener Eisenbahnfreunde laden am Sonntag, 3. Dezember, von 11 bis 17 Uhr im Schacht III in Rünthe ein.

Gezeigt werden zwei Anlagen der Spurgröße 1, eine Zechenanlage mit typischem Lokalkolorit und die Waldbahn in Spur 0e. Die Wuppertaler Eisenbahnfreunde stellen ihre Anlage vor. Der mini TRUCK Club Soest-Möhnesee e.V. ist wieder mit seinen Modellen dabei.

Über 30 Händler haben ihr Kommen zugesagt. Dazu gibt es einige Workshops, eine Tombola und Leckeres vom Vereinsmitglied und Fleischermeister Guido Radtke

Zum Weihnachtsmarkt in Weddinghofen kommt sogar ein Feuerschlucker

„Wir in Weddinghofen“ lädt am Samstag, 2. Dezember, ab 15 Uhr zum Besuch des Weihnachtsmarkts auf dem Hof des Albert-Schweitzer-Hauses an der Schulstraße ein. In den zurückliegenden Jahren hat sich diese Veranstaltung zu einem beliebten Treffpunkt für Bewohnerinnen und Bewohnern des Stadtteils entwickelt.

Folgendes Programm ist vorgesehen:

15.00-15.05 Rede Bürgermeister

15.05-15.15 Kindergärten Auftritt/

15.15-15.25 Schneeman Tanz AW0 Kinder

15.25-15.35 Lions Dance (TUS Weddinghofen)

15.30-16-15 Schreberjugend

16.15-16.45 Chanty Chor mit kleiner Pause

17.00 Nikolaus kommt/Kindergarten singt ein Willkommen

17.30 Kangjoo Jump (TUSWeddinghofen)

18.30-19.00 dieMel

Zum Schluss: Feuerschlucker

Licht- und Feuerbräuche in den Winterferien für Kinder ab 7 Jahre

Spannende Stunden rund um das Thema Feuer erwartet die Kinder von Mi – Fr, 3. bis 5. Januar 2018 auf der Ökologiestation in Bergkamen-Heil. An drei Vormittagen (jeweils 10.00 Uhr bis 13.00 Uhr) dreht sich alles um alte Licht- und Feuerbräuche. Gemeinsam finden die Kinder heraus was ein Lärmfeuer ist. Am warmen Lagerfeuer werden Fackeln gebastelt und Kräuter geräuchert. Auch probieren sich die Kinder in der Kunst des Feuerpustens und kochen kleine Mahlzeiten über dem Feuer.

Zum Transport der Feuerasche sollen die Kinder ein Glas mit Schraubverschluss mitbringen. Ebenfalls mitzubringen sind: regenfeste und warme Kleidung, Trinkbecher/-flasche und – wer

hat – ein Messer zum schnitzen!

Die Kosten für diese drei Ferientage betragen 45 Euro pro Kind. Durchgeführt wird die Ferienaktion von der Naturerlebnispädagogin Heike Barth und der Wildnispädagogin Sandra Bille.

Die maximale Teilnehmerzahl ist auf 18 Kinder begrenzt.

Anmeldungen ab sofort bei Dorothee Weber-Köhling (02389-980913) oder umweltzentrum_westfalen@t-online.de.