

Frühjahr 2019

Für Jugendliche + Kinder

X-TRA

JUGENDBÜRO
STADT SUNDERN

KULTURBÜRO
SUNDERN

vhs  Volkshochschule
Arnsberg/Sundern

VERANSTALTUNGSORTE

Mosaik Outdoorzentrum

Am Sorpesee 193
59846 Sundern

Hallenbad Sundern

Berliner Str. 60
59846 Sundern

Schwimmbad Hachen

Schulstraße 12
59846 Sundern

Hauptschule Sundern

Berliner Str. 57
59846 Sundern

Rathaus / Rathausplatz

Rathausplatz 1
59846 Sundern

Bildungszentrum Sorpesee

Brunnenstr. 36
59846 Sundern Langscheid

Sportplatz Hagen

Selbecke
59846 Sundern Hagen

VHS Arnsberg-Sundern

Franz-Josef-Tigges-Platz 1
59846 Sundern

Marienschule Sundern

Silmecke 23
59846 Sundern

LEGENDE



Datum



Uhrzeit



Ort



Dozent



Anmeldung



Kosten



Alter

KURSE

ABENTEUER

4 - 17

(UN)SINN

18 - 31

WISSEN

32 - 42

INFO

- ⇒ Die Kurse sind nicht für Kindergeburtstage geeignet!
- ⇒ Die Kosten können über das Bildungs- und Teilhabepaket der Stadt Sunden unter gegebenen Voraussetzungen übernommen werden.
- ⇒ Wenn nicht anders angegeben, sollten die Teilnehmer in jedem Programm Essen und Trinken in Rucksäcken mitbringen.



ABENTEUER

ICE HOCKEY FAHRT

Die Spiele beginnen und wir sind wieder dabei: Ice Hockey im Sauerland! Diesmal spielen die Iserlohn Roosters im Heimspiel gegen ERC Ingolstadt.



01.03.2019 | 1 Termin



17:30 Uhr - 23:00 Uhr



Rathausplatz



Mosaik



Jugendbüro



10 €



ab 10 Jahre

ABENTEUER

EISDISCO



09.03.2019 | 1 Termin



13:45 - ca. 18:45 Uhr



Rathausplatz



Mosaik



Jugendbüro



8 €



ab 10 Jahre



Wir fahren zum Schlittschuhlaufen in die Eissporthalle Iserlohn mit toller Musik und Disco Beleuchtung. Für Anfänger und Könnler geeignet – denkt an warme Jacken, Mütze, Schal und Handschuhe.



KIDS ON BIKE



Mountainbike – gerade im Sauerland kann man viele tolle Strecken abseits der Straßen fahren. Bei uns lernt ihr mit den richtigen Techniken über Stock und Stein zu fahren. Dabei stehen die Sicherheit und eure Wahl der Herausforderungen immer im Vordergrund.
Bitte Fahrrad und Helm mitbringen.



04 + 05.05.2019 | 2 Termine



09:00 - 13:00 Uhr



Outdoorzentrum Mosaik



Mosaik



Jugendbüro



8 €



ab 8 Jahre

ABENTEUER

BIKEFESTIVAL WILLINGEN



19.05.2019 | 1 Termin



Wird noch bekannt gegeben



Rathausplatz



Mosaik



Jugendbüro



15 €



ab 12 Jahre

Wir fahren zum größten Mountainbike Festival in Deutschland – direkt um die Ecke nach Willingen!

Das wird uns geboten: Wir sehen hohes Tempo, spektakuläre Sprünge und riskante Strecken im DOWNHILL Rennen, außerdem die Junior Trophy (Kids Rennen) und die EXPO – die größte deutsche Outdoor Messe mit Bikes zum Ausprobieren und Mitmach-Aktionen.



FAMILYMPICS - MEGA SPORTS

Der Familiensonntag in Sundern-Hagen lädt alle Kinder ein mit ihren Familien tolle Spielstationen zu durchlaufen. Die Familympics sind Teamspiele die nur mit zwei oder mehreren Personen zu schaffen sind. Eltern, Kinder, Jugendliche, Omas und Opas – alle sind eingeladen. Die Stationen finden am 28. April 2019 auf dem Hagener Sportsplatz ohne Anmeldungen statt und werden vom Jugendbüro durchgeführt. Auch sonst hat der Familientag noch viel zu bieten – lasst euch überraschen.



28.04.2019 | 1 Termin



11.00 - 15.00 Uhr



Sportplatz Sundern Hagen



Jugendbüro



ohne Anmeldung



kostenlos



Für alle Kinder und Familien

KINDERTHEATER

DER KLEINE VAMPIR

 03.07.2019 | 1 Termin

 14:00 - 18:00 Uhr

 Rathausplatz

 Jugendbüro

 Jugendbüro

 5 €

 ab 7 Jahre

Wir fahren zur Freilichtbühne Herdringen. Anton ist ein ganz normaler Schuljunge, der Gruselgeschichten über Vampire liebt. Eines Tages bekommt er überraschend Besuch von einem echten Vampir – Rüdiger. Die beiden werden schnell Freunde – doch da gibt es auch noch Geiermeier, den spießigen Vampirjäger. Ein spannendes Abenteuer für Anton und seine Freunde.



INTUITIVES BOGENSCHIESSEN

KONZENTRATION AUF DAS HIER UND JETZT

Suchst du Ruhe, totale Gedankenfreiheit, höchste Konzentration und Spaß? Gemeinsam, in einer kleinen Gruppe, lernst du die spannende Kunst des Bogenschießens. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Das Material wird von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt.



11.05.2019 | 1 Termin



10.00 - 17.00 Uhr



Bildungszentrum Sorpesee



Heike Hoffmann



VHS Kurs Nr. 301-804K



75 €



**von 7 - 12 Jahren nur mit
einem Elternteil zusammen,
ab 13 Jahren auch ohne Eltern**

ABENTEUER

BREAKDANCE WORKSHOP



jeden Montag



16:00 - 18:00 Uhr



Aula der Marienschule Sundern



Alin Buscu



Ohne Anmeldung



kostenlos



Für Jedermann



Alin Buscu ist 25 Jahre alt und war bereits deutscher Meister im Breakdance! Er lädt euch zu seinem Breakdance Workshop ein – Anfänger und Könner sind herzlich Willkommen.

Kommt einfach ohne Anmeldung vorbei und macht mit.

Bei Fragen könnt ihr euch im Kulturbüro melden unter 02933 - 81 209.

SCHWIMMVORBEREITUNGSKURS

FÜR KINDER VON 3,5 BIS 5,5 JAHREN

In dem Schwimmvorbereitungskurs wird die Wasserbewegungssicherheit der jungen Schwimmschüler/innen weiter gefestigt und die Einzelbewegungen des Brustschwimmens (Brustarmzug und Brustbeinschlag) werden vermittelt.

Am ersten Kurstermin bitte 15 Minuten früher erscheinen.
Der Eintritt in Höhe von 15,- € ist am ersten Kurstag zu entrichten.

Termine folgen auf der nächsten Seite.



SCHWIMMVORBEREITUNGSKURS

FÜR KINDER VON 3,5 BIS 5,5 JAHREN



11.03.2019 | 10 Termine



montags 17.15 - 18.00 Uhr
donnerstags 18.00 - 18.45 Uhr



Hallenbad Sundern



N.N.



VHS – Kurs-Nr. 302-578



30 €



3,5 bis 5,5 Jahre



06.05.2019 | 10 Termine



montags 17.15 - 18.00 Uhr
donnerstags 18.00 - 18.45 Uhr



Hallenbad Sundern



N.N.



VHS – Kurs-Nr. 302-579



30 €



3,5 bis 5,5 Jahre

SCHWIMMEN FÜR KINDER

AB DEM 5. LEBENSJAHR

Vom Nichtschwimmer zum Anfängerschwimmer. In diesem Unterricht wird Ihr Kind an das kleinste Schwimmabzeichen, das Seepferdchen, herangeführt. Aufbau der Stunden: Wassergewöhnung, Wasserbewältigung, Bewegungsabläufe der Arme und Beine, Schwimmtechnik und Koordination der Schwimmbewegung. Der Eintrittspreis für das Hallenbad ist im Kursentgelt enthalten.

Termine folgen auf der nächsten Seite.

ABENTEUER



SCHWIMMEN FÜR KINDER

AB DEM 5. LEBENSJAHR



12.02.2019 | 15 Termine
dienstags und freitags



17.30 - 18.15 Uhr



Schwimmbad Hachen



Klaus-Dieter Tillmann



VHS – Kurs-Nr. 302-580



75 €



ab 5 Jahre



12.02.2019 | 15 Termine
dienstags und freitags



18.15 - 19.00 Uhr



Schwimmbad Hachen



Klaus-Dieter Tillmann



VHS – Kurs-Nr. 302-581



75 €



ab 5 Jahre

SCHWIMMEN FÜR KINDER

AB DEM 5. LEBENSJAHR



30.04.2019 | 15 Termine
dienstags und freitags



17.30 - 18.15 Uhr



Schwimmbad Hachen



Klaus-Dieter Tillmann



VHS – Kurs-Nr. 302-582



75 €



ab 5 Jahre



30.04.2019 | 15 Termine
dienstags und freitags



18.15 - 19.00 Uhr



Schwimmbad Hachen



Klaus-Dieter Tillmann



VHS – Kurs-Nr. 302-583



75 €



ab 5 Jahre

ABENTEUER



KUNDSINN

WENN ZWEI SICH STREITEN...

FAHRT ZUM FAMILIENKONZERT



Zusammen mit dem Kinderorchester NRW machen sich die Dortmunder Philharmoniker auf die Suche nach Streit und Versöhnung in der Notenwelt. Wo fliegen in der Musik ordentlich die Fetzen? Und wie versöhnt man sich musikalisch anschließend wieder? Ob sich das Kinderorchester und die Philharmoniker dann auf der Bühne streiten werden? Ganz sicher nicht, oder vielleicht doch?



12.05.2019 | 1 Termin



10:30 - 14:30 Uhr



Rathausplatz



Kulturbüro



Jugendbüro



6 €



Ab 5 Jahren – für die ganze Familie!

WO DIE WILDEN KERLE WOHNEN



23.06.2019 | 1 Termin



13:30 - 18:00 Uhr



Rathausplatz



Kulturbüro



Jugendbüro



6 €



**Ab 6 Jahren – für die
ganze Familie!**

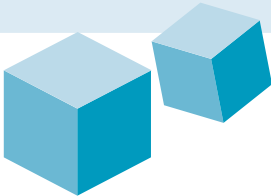
Eine fantastische Oper nach dem gleichnamigen Kinderbuch von Maurice Sendak. Max will herumtollen und spielen. Was gibt es da Dümmeres, als dass die ganze Verwandtschaft kommt und man immer wieder ermahnt wird ruhig zu sein? Max stimmt ein Wolfgeheul an und wird von seiner Mutter ohne Abendessen auf sein Zimmer geschickt. Doch hier weiß er sich die Langeweile zu vertreiben: Mit Hilfe seiner Fantasie begibt Max sich in ein fernes Land, in dem tierische Kreaturen zu Spielgefährten werden....

Seit der Uraufführung 1980 zählt „Wo die wilden Kerle wohnen“ international zu den erfolgreichsten Kinderoperen.

WÜRFEL UND KUGEL - SCHWARZ UND WEISS



Ihr zeichnet ein Stilleben mit einfachen Figuren: Würfel, Kugel, Pyramide... – in schwarz und weiß. Und so nebenbei erfahrt ihr etwas über die Proportionen, Licht und Schatten.



15.02.2019 | 1 Termin



15.00 - 18.00 Uhr



Wird noch bekannt gegeben



Olga Shabanova



Jugendbüro



6 €



ab 7 Jahre

(UN)SINN

HASEN, EIER, OSTERGLOCKEN



29.03.2019 | 1 Termin



15.00 - 18.00 Uhr



Wird noch bekannt gegeben



Olga Shabanova



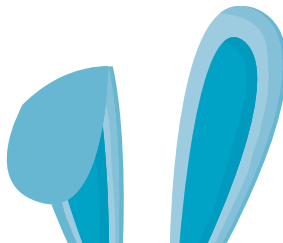
Jugendbüro



6 €



ab 7 Jahre



Ostern, das Fest mit viel Dekoration, den ersten Frühlingsfarben und vielen Ideen rund um Hase, Eier und Osterglocken. Du baust dir mit Ostermaterialien eine Dekoration auf, die du dann abmalst – ein Stillleben mit Frühlingsmotiven.

HIMMELREICH ÜBER FRÖHLICHEM GRÜN



Malen in der Landschaft wie die großen Meister!



14.06.2019 | 1 Termin



15.00 - 18.00 Uhr



Sorpedamm Langscheid

Treffpunkt – Parkplatz am Sorpedamm



Olga Shabanova



Jugendbüro



6 €



ab 7 Jahre

(UN)SINN

FAUN(A)



11.03.2019 | 1 Termin



15.30 - 18.30 Uhr



Wird noch bekannt gegeben



Anne Knapstein



Jugendbüro



6 €



ab 12 Jahre



Eine malerische Reise in die Mystik. Waldgeister treffen auf zauberhafte Tierwesen. Tauche ein, in einen phantastischen Farbrausch auf schwarzer Leinwand. Erschaff dir deinen eigenen geheimnisvollen Faun (Waldgeist), oder deine eigene mystische Fauna (Tierwelt).



VINTAGE-LOOK

FREI INTERPRETIERT: AUS NEU MACH ALT

Mit Hilfe von Kreidefarben und anderen Hilfsmitteln gestalten wir einen von dir mitgebrachten Deko-Gegenstand völlig um. Oder wir gestalten ein Bild im Vintage-Look. Dazu brauchst du nichts mitzubringen, außer vielleicht einer guten Idee. Wenn du keine Idee hast, auch nicht schlimm, gemeinsam fällt uns auf jeden Fall etwas ein.



25.03.2019 | 1 Termin



16.00 - 18.30 Uhr



Wird noch bekannt gegeben



Anne Knapstein



Jugendbüro



6 €



ab 10 Jahre

UN(S)INN

BLACK AND WHITE



13.05.2019 | 1 Termin



16.00 - 18.30 Uhr



Wird noch bekannt gegeben



Anne Knapstein



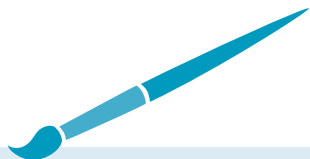
Jugendbüro



6 €



ab 10 Jahre



In der Kunst ist „black and white“ der stärkste Kontrast den es gibt. In der Technik kannst du tolle Bilder malen, kratzen, schneiden oder kleben. Natürlich kann man auch Objekte in schwarz und weiß herstellen. Du erfährst dann auch gleich, was ein Objekt in der Kunst ist.



METALLDRÜCKEN

Metalldrücken oder Metall ziehen ist eine uralte Handwerkskunst. Diese Technik können wir nicht an einem Tag erlernen. Aber wir können mit Metallfolien coole Reliefs herstellen. Du weißt nicht, was ein Relief ist? Macht nichts, später weißt du es dann.

RELIEF



03.06.2019 | 1 Termin



16.00 - 18.30 Uhr



Wird noch bekannt gegeben



Anne Knapstein



Jugendbüro



6 €



ab 12 Jahre

(UN)SINN

1m² STREETART



27.05.2019

17.06.2019 | 2 Termine



16.00 - 19.00 Uhr



Innenstadt Sundern



Anne Knapstein

Gabi Schmoll



Jugendbüro



10 €



ab 8 Jahre

Wir suchen uns in der Innenstadt Bodenfläche, jeder 1m². Auf diesem malen wir mit Kreide. Die Straße wird also zum Malgrund für Kunst. Für Straßenkunst eben. Streetart ist eine tolle Sache, aber leider verschwindet die Kunst beim nächsten Regen wieder, oder es gibt auch Menschen, die die Kunst bewusst zerstören. Deshalb machen wir von jedem Piece (Kunst-Stück) ein Foto für euch.

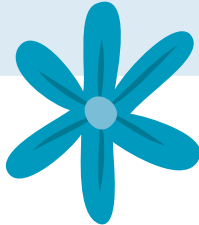


NATURKÜNSTLER



Kinder gestalten mit und in der Natur. Raus in den Wald und kleine Kunstwerke mit Moos, Ästen, Steinen und Blumen gestalten.

Wetterfeste Kleidung und einen kleinen Snack mitbringen.



Britta Cramer



Jugendbüro



10 €



8 - 10 Jahre

**Weitere Infos werden
noch bekannt gegeben.**

WALDZWERGE

NIX WIE RAUS!

Die Waldzwerge erforschen den Zauberwald.
Wetterfeste Kleidung und kleinen Snack mitbringen.

 **Britta Cramer**

 **Jugendbüro**

 **6 €**

 **3 - 4 Jahre nur mit Eltern**

Weitere Infos werden
noch bekannt gegeben.

 **Britta Cramer**

 **Jugendbüro**



 **6 €**

 **6 - 7 Jahre nur mit Eltern**





Weitere Infos werden
noch bekannt gegeben.

POWER UP!

Spiel und Spaß für starke Mädels! Lass dich überraschen.
Auf jeden Fall geht es am Ende auf eine Fantasiereise.

-  **Britta Cramer**
-  **Jugendbüro**
-  **6 €**
-  **6 - 8 Jahre**

Weitere Infos werden
noch bekannt gegeben.

-  **Britta Cramer**
-  **Jugendbüro**
-  **6 €**
-  **8 - 9 Jahre**

Weitere Infos werden
noch bekannt gegeben.



WISSEN

SELBSTVERTEIDIGUNG UND -BEHAUPTUNG

FÜR MÄDCHEN UND FRAUEN

Grenzen erkennen und setzen, Einsatz von Körpersprache, Gestik, Mimik und Stimme zur Deeskalation, Notwehr / Nothilfe, Konfliktlösungsstrategien verbal und nonverbal, angemessene Selbstverteidigung, Strategie im Umgang mit aggressiven Personengruppen und die Vorteile / Nachteile von Selbstbewaffnung (Pfefferspray & Co.) sind Einheiten des Kurses. Wer selbstbewusst auftritt, muss sich meist gar nicht mehr körperlich wehren. Man muss wissen, wie die eigene Körpersprache auf andere wirkt und man muss sich auch tatsächlich sicher fühlen. Im Kurs bekommen Sie diese Möglichkeit. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und gute Laune.



16.03.2019 | 1 Termine



13:00 - 17:00 Uhr



Bildungszentrum Sorpesee



Oliver Milhoff



VHS Kurs Nr. 300-010K



56 € (inklusive Verpflegung)



ab 15 Jahren

WISSEN

WORD UP!

URBAN-ART PROJEKT IM RATSSAAL



13. - 17.04.2019 | 5 Termine



12.00 - 19.00 Uhr



Rathaus

Manuel Boden



Christian Dünow

Verbunt e.V. Düsseldorf



Jugendbüro



kostenlos



ab 14 Jahre



Mit Streetartkünstlern aus Düsseldorf erstellt ihr ein riesiges, vielschichtiges Bild für den Ratssaal. Eure Gedanken und Ideen zur Kommunalpolitik werden mit den unterschiedlichsten Techniken – sprayen, kleben, schablonieren, malen, kalligraphisch – auf eine Leinwand gebracht.

NÄHMASCHINEN-FÜHRERSCHEIN

TAGESKURS MIT EIGENER NÄHMASCHINE

Willst du deine neue Nähmaschine kennenlernen oder diese wieder aus dem Keller holen, um deine Kenntnisse aufzufrischen? Dann bist du hier richtig! Die Kursleiterin beantwortet gerne alle deine Fragen: Das richtige Einfädeln, Fadenspannung oder die Pflege deiner Nähmaschine. Sie zeigt dir Tipps und Tricks, damit dir das Nähen (wieder) Spaß macht.

Bitte mitbringen: eigene Nähmaschine mit Bedienungsanleitung (wenn möglich nicht älter als 10 Jahre), Verlängerungskabel, Schere, Nähutensilien, Stoff (auch Reste), Schreibmaterial (Block, Stifte) .



26.01.2019 | 1 Termine



10.00 - 15.00 Uhr



VHS Sundern



Kornelia Friebe



VHS Kurs Nr. 205 - 271



18,60 €



Jugendliche

CHOR-WORKSHOP MIT VOCES8

IN KOOPERATION MIT DEM KULTURBÜRO DER STADT SUNDERN



16.09.2019 | 1 Termine



13:00 - 14:30 Uhr



Bildungszentrum Sorpesee



Voces8



VHS Kurs Nr. 208-092K



kostenlos



ab 9 Jahre

Mit Voces8 kommen acht Weltklasse-Sängerinnen und -Sänger aus Großbritannien direkt zu uns an den Sorpesee, um mit Euch im Rahmen eines Chorworkshops in die Welt des Gesangs einzutauchen. Bei dem Workshop wird gemeinsam gesungen, geklatscht, sich bewegt und improvisiert. So wird das Singen zu einem körperlichen Erlebnis, bei dem die Freude im Vordergrund steht - und die Ergebnisse sind verblüffend! Neben dutzenden Konzerten pro Jahr geben Voces8 weltweit auch Workshops und erreichen damit jährlich rund 20.000 Kinder und Jugendliche. Die musikalische Vorbildung spielt keine Rolle, erste Englisch-Kenntnisse sind hilfreich.

BEATBOXING - WORKSHOP



Besucher des Rockfestival Soundcheck im letzten Jahr werden sich an seinen grandiosen Auftritt erinnern. Beatboxen ist eigentlich nicht schwer – man muss nur ein paar Techniken kennen und dann könnt ihr beeindrucken.

 **August Klar**

 **Jugendbüro**

 **10 €**

 **ab 14 Jahre**

**Weitere Infos werden
noch bekannt gegeben.**

ENGLISH SUMMER CAMP

5. UND 6. SCHULJAHR



19. - 23.08.2019 | 5 Termine



09.30 - 12.00 Uhr



VHS - Sundern



Dozententeam



VHS – Kurs-Nr. 406 - 164



49,50 €



5. und 6. Schuljahr

Spielerisches Training von Vokabeln,
Grammatik und Konversation.

A B

ENGLISH SUMMER CAMP

7. UND 8. SCHULJAHR

Spielerisches Training von Vokabeln,
Grammatik und Konversation.



12. - 16.08.2019 | 5 Termine



09.30 - 12.00 Uhr



VHS - Sundern



Dozententeam



VHS – Kurs-Nr. 406-165



49,50 €



7. und 8. Schuljahr

WISSEN

10-FINGER-TASTSCHREIBEN AM PC

Auch der beste PC führt nicht daran vorbei: Texte im beruflichen, schulischen und privaten Bereich müssen immer noch über die Tastatur eingegeben werden. Das berüchtigte Zwei-Finger-Suchsystem kostet Zeit, produziert Fehler und lähmt die Schaffensfreude. In diesem Kurs wird der Umgang mit der Tastatur erklärt und vor allem die Griffsicherheit trainiert. Sie hilft, Texte richtig und schnell einzugeben.

Bitte einen Stift mitbringen.



10-FINGER-TASTSCHREIBEN AM PC

 21.02.2019 | 5 Termine

 16.30 - 18.45 Uhr

 EDV-Raum Hauptschule Sundern

 Ingo Lange


 VHS – Kurs-Nr. 501-501

 82,50 €

 ab 10 Jahre

 09.05.2019 | 5 Termine

 16.30 - 18.45 Uhr

 EDV-Raum Hauptschule Sundern

 Ingo Lange

 VHS – Kurs-Nr. 501-505

 82,50 €

 ab 10 Jahre

WISSEN

JUNGE FOTOGRAFEN



26. + 27.04.2019 | 2 Termine



Fr. 17.00 - 19.15 Uhr

Sa. 10.00 - 12.15 Uhr



Bildungszentrum Sorpesee



Hartmut Lübbe



VHS – Kurs-Nr. 210-040



24,60 €



8 - 15 Jahre

Kinder gehen ans Fotografieren viel unbeschwerter heran als Erwachsene. Damit auch die Ergebnisse sehr gut werden, müssen auch die "jungen Fotografen" wissen, was in einer Digitalkamera bei der Aufnahme passiert und durch welche Tricks und Kniffe z.B. Landschaftsfotos, Selfies oder Nahaufnahmen besser werden können. Auf "Motivsuche" werden wir bei einem Fotospaziergang am Sorpesee gehen.

Bitte mitbringen: Digitalkamera (Kompakt-, Bridge- oder Spiegelreflexkamera) einschließlich vorhandenem Zubehör.

NOTIZEN

JUGENDBÜRO STADT SUNDERN

JUGENDBÜRO **STADT SUNDERN**

Lena Willeke
Rathausplatz 1
59846 Sundern

Telefon 02933-81112
jugendbuero@stadt-sundern.de
www.jugendbuero-sundern.de

KULTURBÜRO STADT SUNDERN

KULTURBÜRO **STADT SUNDERN**

Uta Koch
Rathausplatz 1
59846 Sundern

Telefon 02933-81209
u.koch@stadt-sundern.de



VHS **ARNSBERG-SUNDERN**

Franz-Josef-Tigges-Platz 1
59846 Sundern

Telefon 02933-4070
www.vhs-arnsberg-sundern.de



Ein Kooperationsangebot der VHS Arnsberg-Sundern,
Kulturbüro und Jugendbüro Sundern.