



Spaß, ein Gläschen Sekt und einmalige Angebote: Impressionen vom Klamottenflohmarkt für Frauen im Mai (Bilder von Kurt Kraut)

## KURSE FÜR ERWACHSENE

### Biodanza

Biodanza ist für alle, die Lust haben auf Tanz, Bewegung und Begegnung mit Musik aus aller Welt!

**montags, 19:00 - 20:30 Uhr | 5 Termine ab 19.09. - 07.11.11**

(Gebühr: 35 Euro); **4 Termine ab 14.11. - 06.06.11** (Gebühr: 28 Euro)

Beim ersten Termin zu entrichten | Aula | Leitung: Christine Landwehr (Biodanzaleiterin)

### Filzatelier „Herbstträume“

Wunderbare Wolle, schöne Farben: Es wird das Flächen- und Hohlräumfilzen gezeigt. Auch eigene Ideen können eingebracht werden. Für Anfänger!

**dienstags, 18:30 - 20:30 Uhr | 7 Termine ab 10.10. - 05.12.11**

Gebühr: 42 Euro + Material | Kunstküche | Leitung: Christine Haller

### Feldenkrais: Entspannt in den Herbst

Kleine Bewegungen – Große Wirkung! Bitte bequeme Kleidung und Matte mitbringen. Für Frauen und Männer jeden Alters.

**dienstags, 18:15 - 19:45 Uhr | 5 Termine ab 13.09. - 11.10.11,**

(Gebühr: 40 Euro); **3 Termine ab 01.11. – 15.11.11** (Gebühr: 24 Euro)

Einstieg jederzeit möglich | Aula | Leitung: Tamara Dietrich

### Offenes Malatelier

Seegrün Pflaumenblau Feuerrot... Acrylmalerei und Zeichnung – wollen Sie Ihre künstlerische Seite entdecken?

**dienstags, 18:00 - 20:00 Uhr | 5 Termine, neuer Kurs Sept./Okt.**

Einstieg jederzeit möglich | Gebühr: 70 Euro + geringe Materialkosten,

die 5 Termine können innerhalb von 7 Wochen wahrgenommen werden

Atelier Quellengrund, Quellengrund 4, Limmer | Leitung: Harriet Sablatnig (Dipl.-Künstlerin)

Kurs "Das Tonatelier": Interessierte bitte melden!

### Yoga <sup>neu!</sup>

Gemischte Gruppe. Neue Perspektiven der Beweglichkeit entwickeln!

**dienstags, 20:00 - 21:30 Uhr | 10 Termine ab 20.09. - 06.12.11**

Gebühr: 80 Euro | Isomatte, Decke, bequeme Kleidung mitbringen

Aula | Leitung: Helge Eismann (Yogalehrerin)

### Pilates für Frauen und Mädchen <sup>neu!</sup>

Systematisches Ganzkörpertraining. Ab 14 Jahren.

**mittwochs, 18:30- 20:00 Uhr | ab 07.09.- 07.12.11 | Kostenfrei, nur**

mit Anmeldung | Aula, K-Küche. | Leitung: Viktoria Dashevska

In Kooperation mit dem CCC-Limmer

### Interkulturelle Angebote

**Mama lernt deutsch, Papa auch <sup>neu!</sup>** Der Unterricht findet während der Schulzeiten in der Grundschule Kastanienhof statt.

**dienstags und mittwochs 9:00 - 11:30 Uhr | ab 06.09.11 ca. 12 Monate**

OS Gebäude 1. Etage | Gebühr: 20 Euro | In Kooperation mit der VHS und der GS Kastanienhof | Leitung: Jale Odenwald

**Wir in Limmer Café:** Gesprächskreis für ältere Migrantinnen Ü 50.

Wir wollen uns über den Stadtteil austauschen, informieren, kochen, aktiv sein und Spaß haben!

**mittwochs, 17:30 - 19:00 Uhr, ab 07.09., fortlaufend**

Küche Grundschule | VHS-Kurs | Leitung: Frau Bakici/kostenfrei

### Qi Gong

Intensiv, entspannend und wohltuend ...

(Bitte bequeme Kleidung mitbringen)

**donnerstags, 18:30 - 19:30 Uhr | 7 Termine ab 06.10. - 01.12.11**

Gebühr: 40 Euro (beim ersten Termin zu entrichten) | Aula

Leitung: Friedrich Tanke (Qi Gong Kursleiter)

### Koreanische Schule in Hannover e.V.

Sprachunterricht für Kinder und Erwachsene.

**freitags, 15:00 - 18:00 Uhr | fortlaufend | Gebühr: 25 Euro/Monat**

Kunstküche, Raum 14

### Info-Abend: Basen-Fasten <sup>neu!</sup>

Eine milde Form des Fastens: Hier werden Fragen beantwortet und Tipps gegeben. Es besteht die Möglichkeit, ab 10.10.11 in eine Fastengruppe einzusteigen.

**Donnerstag 29.09.11 19:00 - 20:30 | Villa Kastanie | Gebühr: 4 Euro**

Leitung: Daniela Lange-Grönwoldt (Heilpraktikerin)



# PROGRAMM

## SEPTEMBER – DEZEMBER 2011

IN LIMMER IST WAS LOS!



KULTURTREFF  
KASTANIENHOF LIMMER E.V.



Kulturtreff Kastanienhof Limmer e.V. | 30453 Hannover | Harenberger Straße 29 | Fon 0511 - 168-45064 | Fax 0511-168-41350 | www.kulturtreff-kastanienhof.de

## KURSE FÜR KINDER

### Hasenschule ABC

Für 5-6 jährige, die mal in die Schule schnuppern möchten ...  
Das ABC mal kreativ, künstlerisch und spielerisch angeschaut ...  
**montags, 15:30 - 17:00 Uhr | 8 Termine, ab 19.09. - 28.11.11**  
Villa Kastanie | Gebühr: 1 Euro/Termin | Bitte anmelden!  
Leitung: Angelika Wolf (Künstlerin)

### Filzwerkstatt

Schönes und Kuscheliges aus dem Naturmaterial Wolle.  
**dienstags, 15:30 - 17:00 Uhr | 5 Termine | ab 13.09. - 11.10.11**  
Gebühr: 5 Euro (bitte anmelden) | Villa Kastanie | Leitung: Christine Haller

### Happy Kids

Sportangebot für Kids 7-11 Jahre / Eltern-Kind Turnen ab 2 Jahren.  
**Eltern-Kind Turnen: montags, 15:00 - 17:30 Uhr**  
**Für übergewichtige Kids: dienstags, 16:00 - 17:00 Uhr**  
**Für Kids mit Handicap: dienstags, 17:00 - 18:00 Uhr**  
**Fortlaufend** | Alte Turnhalle | In Kooperation mit dem TSV Limmer  
Anmeldung: TSV Limmer, Tel.: 404542

### Büchercafé im November <sup>neu!</sup>

Hier geht es um Bücher, Worte, Spiele und Spaß (ab der 2.Klasse)  
**dienstags 16:00 - 17:15 Uhr | 5 Termine ab 01.11. - 29.11.11**  
Neue Bücherstube | Leitung: Vera B.

### Malschule im November

Puh, draußen ist es nass und kalt, aber wir machen es uns gemütlich und malen tolle Bilder!  
**dienstags, 15:30 - 17:00 Uhr | 5 Termine, ab 01.11. - 29.11.11**  
Gebühr: 5 Euro | Villa Kastanie | Leitung: Maria Fieseler-Roschat (Künstlerin)

### Musikalische Früherziehung

Für 4-5 jährige Kinder  
**dienstags, 14:30 - 18:00 Uhr, fortlaufend** | Anmeldung unter: 168-44137  
Aula | Veranstalter: Musikschule Hannover

### Mädchen in Bewegung

Sport und Spiel ab 8 Jahren  
**dienstags, 15:00 - 16:30 Uhr** | Neue Turnhalle | Leitung: Silvia Brunings  
Veranstalter: Mädchenhaus Hannover, Tel.: 440857

### Zirkus Kastanie

Zirkus, Tanzen und Bewegung. Ab 5 Jahren. Das macht Spaß!  
**mittwochs, 15:30 - 16:30 Uhr | 10 Termine, ab 21.09. - 23.11.11**  
**nur mit Anmeldung** | Neueinstieg möglich | 1 Euro pro Termin  
Alte Turnhalle | Leitung: Renate Born, Frank Fuhrmann (Künstler)

### Abenteuerwerkstatt

Immer mal wieder etwas anderes, lass dich überraschen...  
**mittwochs, 15:30 - 17:00 Uhr | 7 Termine, ab 21.09. - 23.11.11**  
Villa Kastanie | Leitung: Jane Wyrwa, Helmut Hennig (Künstler)

Bei der Abenteuerwerkstatt zu Gast:

### Die Kräuterwerkstatt

Hagebutten sammeln und herstellen von Steinzeitpralinen.  
**Mittwoch 05.10.11, 15:30 - 17:00 Uhr** | Gebühr: 2 Euro | K-Küche  
Herstellung von Kräutersalz und Kräuterzahnpulver.  
**Mittwoch 09.11.11, 15:30 - 17:00 Uhr** | Gebühr 1,50 Euro | Villa Kastanie  
Beide Termine nur mit Anmeldung! | Leitung: Siglinde Fink (Umwelt- und Erlebnispädagogin), Jane Wyrwa, Helmut Hennig

### Yoga für Kinder

Tolle Übungen aus einem fernen Land werden dich begeistern ...  
**mittwochs, 16:30 - 17:30 Uhr | 5 Termine, ab 28.09.- 09.11.11**  
(Gebühr: 17,50 Euro); **4 Termine ab 16.11. - 07.12.11** (Gebühr: 14 Euro)  
Aula Leitung: Claudia Pahlke (Yogalehrerin, Kinderkrankenschwester)

### Tonwerkstatt

Ab 8 Jahren. Schöne und nützliche Dinge aus dem Naturmaterial Ton, das macht Spaß!  
**donnerstags, 15:00-16:30 Uhr | 8 Termine, ab 15.09. - 17.11.11**  
Gebühr: 8 Euro | Villa Kastanie | Leitung: Harriet Sablatnig (Künstlerin)

### Ballett

Klassischer Tanz schult Körperhaltung und rhythmisches Gefühl.  
**donnerstags, 16:30 - 17:30 Uhr, fortlaufend** | 7-12 Jahre, Einstieg möglich, bitte anmelden! | Aula | Gebühr: 20 Euro/Monat, beim 1. Termin zu entrichten | Leitung: Valentina Kampf (Tänzerin/Pädagogin)  
Bei Interesse kann eine Gruppe für 5-6 jährige geplant werden!

## IN PLANUNG

Weihnachtskino mit Helmut.

## KULTURTREFF KASTANIENHOF

**WIR SUCHEN INTERESSIERTE, ENGAGIERTE MENSCHEN, die wir für die ehrenamtliche Mitarbeit im Vorstand des Kulturtreff Kastanienhof Limmer e. V. begeistern können. Haben Sie Interesse? Wir freuen uns über einen Kontakt!**

**Bitte für alle Kurse anmelden und die Gebühr zu Beginn des Kurses entrichten. Die Teilnahme an unseren Kursen erfolgt auf eigenes Risiko. Der Kulturtreff Kastanienhof übernimmt keine Haftung.** Haben Sie Ideen für einen Kurs? Oder wollen Sie selbst einen Kurs anbieten? Wir freuen uns über Ihre Anregung und Mitarbeit.

*Bürozeiten:* dienstags 10 - 12 Uhr, mittwochs 14 - 17 Uhr  
*Bankverbindung:* Hannoversche Volksbank eG  
BLZ 251 900 01, Kto 26 40 75 900

### Kulturtreff Kastanienhof Limmer e.V.

Charlotte Ost | 30453 Hannover | Harenberger Str. 29  
Fon 0511-16845064, Fax 0511-168-41350  
ost@kulturtreff-kastanienhof.de  
www.kulturtreff-kastanienhof.de



# SONDERAKTIONEN

## Click & Walk – Limmer. Linden. Ricklingen.

Digitales Fotografieren, Sehen, Umherschweifen ... Technische Tricks und die grundlegenden Dinge der Fotografie: Standpunkt, Perspektive, Bildausschnitt ... Auswertung und Ausarbeitung erfolgt beim 2. Termin gemeinsam (Digitalkamera – Akku geladen!–, wettergemäße Kleidung mitbringen!)

**Samstag, 01.10.11, 10:00-16:30** | Treffpunkt: Grundschule Kastanienhof

**Mittwoch, 05.10.11, 18:00-20:30** | Villa Kastanie | Anmeldung bis 29.09.11, max. 12 Teilnehmer! | Kosten: 40 Euro | Leitung: Uwe Stelter, Künstler ([www.ustelter.com](http://www.ustelter.com))

## Kräuterwanderung – Essbare Natur im Herbst

Familienaktion: Der Herbst lockt mit leuchtenden, wilden Früchten! Wir lernen essbare wilde Früchte von Giftpflanzen zu unterscheiden, erhalten reichlich kulinarische Tipps und ...

**Sonntag, 02.10.11, 15:00-17:00 Uhr** | Kosten: 8 Euro Erw. / 4 Euro

Kinder | Treffpunkt: Ev. Kirche Sackmannstr. Limmer | Leitung: Siglinde Fink (Umwelt-und Erlebnispädagogin) | Info: 017660827799

## Radwanderung zum Forellenhof Hellendorf

Radtour (ca.60km) in die Wedemark mit köstlichem Mittagessen.

**Sonntag, 02.10.11, 10:30 – ca. 17:30 Uhr** | Rücktour ab Mellendorf auch mit der S-Bahn | Treffpunkt: Schule Kastanienhof Harenbergerstr. 31  
Bitte anmelden | Info unter: 210 95 19

## Vortrag über Edelsteine/ Heilsteine

Vortrag mit praktischen Übungen.

**Dienstag 15.11.11, 18:30-20:00 Uhr** | Kosten: 8 Euro | Villa Kastanie Harenberger Str. 31 | Bitte anmelden! | Leitung: Carmen Petri-Wulf (Gesundheitspraktikerin)

## Adventscafé

Ein gemütlicher Jahresabschluss für die Großen und Kleinen bei Kuchen und Kaffee und mehr ...

**Mittwoch 07.12.11 16:00-18:00 Uhr** | Villa Kastanie  
(in Kooperation mit dem Familienzentrum Limmer)



**KULTURTREFF**  
KASTANIENHOF LIMMER E.V.