

P R E S S E M I T T E I L U N G

Mal was Neues ausprobieren? Die Workshops des Studierendenwerks Heidelberg

Das Studium ist harte Arbeit, aber für viel Studierende auch ein großes Abenteuer. Man kommt in eine neue Stadt, trifft neue Leute – warum nicht also auch die Freizeit mal neu gestalten und den Lernstress mit etwas Abwechslung würden? Die beliebten Workshops des Studierendenwerks Heidelberg bieten euch auch in diesem Semester die Möglichkeit, Körper und Seele in Schwung und Einklang zu halten.

Swing-Workshop

Locker, leicht und doch körperlich fordernd ist die Mischung aus Lindy Hop, Charleston, Balboa, Shag und anderen Tänzen, die unter dem Begriff Swing zusammengefasst werden. Zehn Donnerstage kann von 18.00 bis 19.30 Uhr im Dachgeschoss des Marstalls ausgelassen zu den Klängen getanzt werden. Für fachkundige Unterweisung ist gesorgt, da der Kurs in Kooperation mit Swingstep angeboten wird. Wer also Spaß an der Bewegung im Team, an guter Musik und guter Laune im Allgemeinen hat, kann sich für 25 Euro an zehn Abenden einen hervorragenden Ausgleich zum angespannten Alltag gönnen.

Tango

Der Tango ist ein Tanz voller Emotionen. Liebe, Hass und Leidenschaft wechseln sich sowohl in den gleitenden Bewegungen des Tanzpaares als auch in der temperamentvollen Musik ab. Dieses Wechselspiel des Paares miteinander und mit der Musik macht den Tango reizvoll für Tänzer wie Zuschauer. Für Neulinge auf diesem Gebiet wird mittwochs von 19.00 bis 20.00 Uhr ein Kurs angeboten; wer schon Blut geleckt hat, ist eingeladen, von 18.00 bis 19.00 Uhr ebenfalls mittwochs das Tanzbein zu schwingen. Beide Kurse starten am 11. November im Dachgeschoss des Marstallcafés und kosten 25 Euro für zehn Termine.

Yoga

Wohl kaum eine Sportart legt so viel Wert auf die Harmonie von Körper und Geist wie Yoga. Damit ist gerade für per Definition chronisch verspannte und gestresste Studierende diese Sportart der Geheimtipp schlechthin. Es sind daher gleich zwei fachkundig geleitete Kurse im Angebot. Der Dienstagskurs startet am 10. November von 18.00 bis 19.30, der Donnerstagkurs am 12. November von 20.00 bis 21.30 Uhr. Beide Kurse finden im Dachgeschoss des Marstallcafés statt. Bitte an bequeme Kleidung und eine rutschfeste Matte oder Woldecke denken, und die Studis können für 25 Euro an zehn Terminen richtig ausspannen.

Selbstbehauptung für Heidelberger Studentinnen

In der Bibliothek ist es spät geworden, und nun muss der Heimweg allein im Dunklen angetreten werden. Für viele ein unangenehmes Gefühl. In Kooperation mit der Polizei Heidelberg nimmt deswegen ein kostenfreier Selbstbehauptungskurs für Studentinnen die Unsicherheit, indem das richtige Verhalten in potentiell gefährlichen Situationen trainiert wird. Angeboten werden zwei je zweiteilige Kurse im Dachgeschoss des Marstallcafés. Der erste Kurs findet am 30. Oktober und am 6. November von 14.00 bis 17.00 Uhr statt. Der zweite Kurs wird am 27. November und am 4. Dezember zur selben Uhrzeit angeboten.

Kontakt

Bianca Fasiello
Unternehmenskommunikation
Tel.: 06221 54-2657
E-Mail: pr@stw.uni-heidelberg.de
www.studierendenwerk-heidelberg.de

Das Studierendenwerk Heidelberg ist eine Anstalt des öffentlichen Rechts und ist für die soziale Betreuung und Förderung von rund 49.000 Studierenden an den Hochschulstandorten Heidelberg, Heilbronn, Künzelsau, Schwäbisch Hall, Mosbach und Bad Mergentheim verantwortlich.

Dichter-Workshop

In Ihrem Kopf herrscht Poesie, aber auf das Papier haben Sie es noch nicht gebracht? Dann ist der Dichter-Workshop genau das Richtige für euch! In diesem Semester kann man seiner Kreativität an vier Terminen freien Lauf lassen und sich einfach mal in netter Runde mit anderen über seine Ideen unterhalten. Die Gruppe trifft sich im Lesecafé jeweils von 19.00 bis 22.00 Uhr am 30. Oktober, am 27. November, am 18. Dezember und am 22. Januar.

Impro-Theater-Workshop

Ein weiterer Workshop für die Kreativen! Beim Improvisieren lernt man nicht nur, aus sich herauszugehen, spontan zu sein und frei vor anderen zu sprechen, nein, der große Bonus daran ist, dass es auch wirklich Spaß macht. Der abwechslungsreiche Kurs ist genau die richtige Ablenkung nach einem langen Tag voller Arbeit. Die vier Termine sind am 3., 10., 17. und 24. November für Neulinge jeweils von 18.00 bis 20.00 Uhr und für waschechte Improprofis von 20.00 bis 22.00 Uhr im Lesecafé im Marstall. Das ganze kostet 25 Euro, es sei denn, ihr seid ICI-Clubmitglieder, dann dürft ihr für 21 Euro eurer Kreativität auf die Sprünge helfen.

Hello Knitty

Gibt es eine bessere Art, durch den Winter zu kommen, als mit handgestrickten Dingen? Natürlich nicht. Und weil sich die Handarbeit nicht nur als Weihnachtsgeschenk hervorragend ausnimmt, sondern auch immer mehr Studis sich die langen Winterabende mit dem Strickzeug versüßen, gibt es Hello Knitty. Unter dem flauschigen Namen verbirgt sich eine lustige Truppe, die Stricken im stillen Kämmerlein langweilig findet und stattdessen in netter Runde, gerne auch mit guten Serien im Lesecafé vorm Kamin die Nadeln klappern lässt. Man trifft sich immer mittwochs von 18.00 bis 20.00 Uhr, los geht es am 21. Oktober. Die Teilnahme ist kostenlos, also packt das Strickzeug in eine Tüte und tragt euch die Termine in den Kalender ein.

Blues-Tanz-Workshop

Tanzen ist in, deswegen gibt es nagelneu in der Galerie der Workshops den Blues-Workshop zu entdecken. Und wer denkt, Blues sei einfach nur ein Tanz für chronisch schlecht gelaunte oder gar trauernde Menschen, irrt gewaltig! Seit den Achtzigern und Neunzigern wieder im Trend ist der Blues der Tanz für alle, die Improvisation und Vielseitigkeit in einem Tanz ebenso wie in der Musik selbst schätzen. Figuren aus Swing und Tango Argentino sind hier genauso willkommen wie die „Klassiker“, das Spiel der Partner miteinander und mit der Musik steht eindeutig im Vordergrund und vermittelt ein ganzes Spektrum an Emotionen, aber auch die schlichte Freude am Tanz. Die Afrikanischen Wurzeln des Tanzes finden sich in seiner starken Rhythmik wieder, dem sogenannten „Pulse“. Alles zusammen ergibt den Blues, mehr als ein Tanz, nämlich ein Lebensgefühl. Genau das Richtige also, um mit Schwung und auch miteinander die dunkle und in Heidelberg meist unerfreulich sonnenarme, kalte Jahreszeit zu überstehen.

Anmeldungen für alle Workshops unter pr@stw.uni-heidelberg.de!

www.studierendenwerk-heidelberg.de/workshops

Kontakt

Bianca Fasiello
Unternehmenskommunikation
Tel.: 06221 54-2657
E-Mail: pr@stw.uni-heidelberg.de
www.studierendenwerk-heidelberg.de

Das Studierendenwerk Heidelberg ist eine Anstalt des öffentlichen Rechts und ist für die soziale Betreuung und Förderung von rund 49.000 Studierenden an den Hochschulstandorten Heidelberg, Heilbronn, Künzelsau, Schwäbisch Hall, Mosbach und Bad Mergentheim verantwortlich.