

Gruppen und Kurse

MONTAG

10.00 bis 12.00 Uhr SprachCafé (4. und 18.12.)
 13.00 bis 14.30 Uhr Qi-Gong
 19.00 bis 21.00 Uhr Linedance

DIENSTAG

9.30 bis 10.30 Uhr BauchBeutelPo
 19.00 bis 21.00 Uhr Swinging Ladies

MITTWOCH

10.00 bis 11.00 Uhr Zumba® fitness
 19.30 bis 21.00 Uhr Kraftvolles Yoga

Wir vermieten unsere Räume an selbst-organisierte Gruppen und professionelle Kursleiter. Letzte Chance: Bis zum Jahresende 2017 bieten wir unsere Räume zu „Starter-Preisen“ an. Kontaktieren Sie uns gerne!



Kulturhaus Langenhorn

Käkenflur 30
 über Iserlohner Stieg
 22419 Hamburg

Tel.: 040 / 533 271 50
 Fax: 040 / 533 271 58

ella-kulturhaus@mookwat.de
 www.ella.mookwat.de



Workshops und Kurse

Sa. 2.12. von 14 bis 17 Uhr

ella Weihnachtsbäckerei – Lecker und weniger süß! Für Kinder ab 8 Jahren mit ihren Eltern

Am ersten Adventssamstag backen Eltern und Kinder ab 8 Jahren gemeinsam leckere Weihnachtskekse. Ökotrophologin Katharina Kammin zeigt Rezepte für köstliches Gebäck mit weniger Zucker und Fett. Es wird gebacken und gekostet und natürlich dürfen die Teilnehmer ihre Backwerke und die Rezepte mit nach Hause nehmen.

Teilnahmebeitrag: 2 € Lebensmittelpauschale pro TN
 Der Workshop wird finanziert durch die Techniker Krankenkasse im Rahmen des Projekts „Koba – Gesundes Langenhorn“.

Mo. 4.12. und 18.12. von 10 bis 12 Uhr

ella SprachCafé

Zwei Mal pro Monat findet das ella SprachCafé statt für Frauen, die Schwierigkeiten haben die deutsche Sprache zu sprechen. Durch den Austausch in der Gruppe lernen die Teilnehmerinnen sich zu öffnen, ihre Hemmschwelle zu überwinden und keine Angst vor grammatikalischen oder phonetischen Fehlern zu haben.

Mittwochs von 10 bis 11 Uhr

Zumba® fitness (Leitung: Susanne Weitzel)

Getanzt wird zu Salsa, Merengue, Calypso oder Flamenco. Dabei wird der Körper gekräftigt und gleichzeitig die Kondition verbessert.

Teilnahmebeitrag: kostenlos | Ohne Voranmeldung.

ANMELDUNG UND KARTENVORVERKAUF

Bürozeiten: Di. 10 - 12 / Do. 16 - 18



Kulturhaus Langenhorn

Dezember 2017



Tipp!!!

Schräge Bescherung

Ein erfrischend unbesinnliches
 Weihnachtsprogramm

Donnerstag, 14.12.2017

19.30 Uhr

Programm



Di. 5.12. um 19.30 Uhr

„Sing mit zur Weihnachtszeit“

Weihnachtskonzert der Swinging Ladies

Bereits zum 9. Mal laden die Swinging Ladies zum Weihnachtskonzert ins *ella* Kulturhaus. Im ersten Teil werden Auszüge aus dem aktuellen Repertoire präsentiert, dann wird es weihnachtlich. Zwischen launig vorgetragenen Geschichten von Christa Heise-Batt, Kulturpreisträgerin der Stadt Norderstedt, werden mit den Gästen Weihnachtslieder gesungen. Besucher dürfen sich außerdem auf einen Überraschungsauftritt freuen.

Eintritt: 10 €

Fr. 8.12. um 20 Uhr

Das komische Trio: „Oh wie schön!“

Clowns und Komödianten

Mit dem großartigen Monsieur Momo, dem virtuoson Mimen Jango Erhardo und dem genialen Butler Mortimer, der mit seiner Moderation auf adlig englische Art lachbetont durch das Publikum führt. Diese drei Köhner ihres Fachs begeistern ihr Publikum überzeugend. Lachgewitter garantiert! Besonders die weiblichen Zuschauer sind ganz



verzückt. Jeder brilliert in seiner eigenen komödiantischen Kunst, und zusammen sind sie ein unschlagbares Team in Sachen Lachen.

„Das rollende Sofa“

zu Hause im ella Kulturhaus

Eintritt: 5 €

Gefördert durch die

Edmund-Siemers-Stiftung.



Do. 14.12. um 19.30 Uhr

„Schräge Bescherung“ mit Bibi & Ina

Ein erfrischend unbesinnliches

Weihnachtsprogramm



Besinnlich wird es bei diesem Weihnachtsprogramm der etwas anderen Art im *ella* garantiert nicht. Mit einer ordentlichen Portion Satire präsentieren Bibi Maaß und Ina Twisselmann bitter-süße

Gedichte und Sketche zum Fest der Liebe.

Eintritt: 12 € / erm. 9 €



Sa. 9.12. um 15 Uhr und

Fr. 15.12. um 9.30 und 11 Uhr

Tamalan Theater:

„Rumpelstilzchen oder:

alles andere bleibt geheim“

Weihnachtsmärchen mit Musik

für Kinder ab 4 Jahren

Das Tamalan Theater spielt das bekannte Märchen pffiffig mit Musik und mit viel Stroh, feurigen Tänzen und einem echten Spinnradschlagzeug!

Eintritt: 4 € Kind / 5 € Erw. (*nur noch Restkarten für den 9.12. erhältlich!*)

Gefördert durch den SAGA Altkleiderfonds.



***ella wünscht Ihnen ein schönes
Weihnachtsfest und einen guten
Rutsch ins Neue Jahr!***

Schon mal vormerken für Januar:

So. 14.01. um 12 Uhr

Frühschoppen-Konzert im ella:

Das Fräulein Wett & Jeder, wie er will und kann

Die fiese kleine Swingrevue

Di. 23.01. um 20 Uhr

Emmi & Willnowsky: Vorpremiere „Tour ‘18“

Deutschlands Comedy-Duo Nummer 1 !!!

Fr. 26.01. um 20 Uhr

16. Hamburger Comedy Pokal

Viktor Hacker vs. Alpar Fendo

***In Planung: Neue kostenlose KOBÄ-Kurse ab
Januar, zum Beispiel Yoga für Schwangere!***

