

Zirkus Morgenstern

TRAININGSPLAN

SCHULJAHR 2022/2023

MONTAGS

14:30 – 15:45 Uhr

Hagemeister
2. bis 3. Klasse
Benne

16:00 – 17:30 Uhr

Trampolin
ab 5. Klasse
Benne

DIENSTAGS

13:30 – 15:00 Uhr

Zirkus Mix
2. Klasse
Birte & Sonni

15:00 – 16:30 Uhr

Zirkus Mix
ab 4. Klasse
Birte, Sonni & Anna

16:30 – 18:00 Uhr

Minis
ab 5 Jahren
Birte & Sonni

16:30 – 18:00 Uhr

Luftartistik
ab 7. Klasse
Anna

18:15 – 19:45 Uhr

Erwachsenen Zirkus Mix
ab 18 Jahren
Sonni

MITTWOCHS

8:45 – 10:15 Uhr

Zirkus am Morgen
ab 18 Jahren
Birte

13:30 – 15:00 Uhr

Zirkus Mix
3. Klasse
Birte & Benne

15:00 – 16:30 Uhr

Clownerie & Moderation
ab 5. Klasse
Birte

15:45 – 17:15 Uhr

Mit Mach Zirkus für alle
Benne & Birte

DONNERSTAGS

14:30 – 16:00 Uhr

Zirkus Mix
ab 6. Klasse
Krischan & Sonni

16:00 – 17:30 Uhr

Jugendvariete
ab 9. Klasse
Krischan & Sonni

**ANSPRECH-
PARTNERIN**

Wer Lust hat mitzumachen – egal ob das jemand aus unserer Einrichtung oder jemand Externes ist – kann sich gerne bei Sonni Ossapofsky melden:

Telefon: 0162 78 21 589
s.ossapofsky@waldorfschule-werder.de



KURSÜBERSICHT

SCHULJAHR 2022/2023

Im Schuljahr 2022/2023 bietet der Zirkus Morgenstern Kurse an, in denen die Teilnehmenden flexibel zwischen zirkensischen Techniken wählen können. Wir bieten in den meisten Kursen Techniken in Akrobatik, Luftakrobatik, Balance, Jonglage und Weiteres an. Kommt gerne schnuppern und meldet euch bei Fragen unter der angegebenen Mail-Adresse.

TRAMPOLIN *ab 5. Klasse*

Im Trampolin- Kurs könnt ihr verschiedene Sprünge, Rollen, Überschläge und Salti lernen. Das macht Spaß und gute Laune! Es könnte auch mal zwicken und anstrengend sein. Umso größer die Belohnung in Form von der Freude beim in die Lüfte springen. Mit etwas Mut lernst Du in diesem Kurs über deine Ängste zu fliegen!

MIT MACH ZIRKUS FÜR ALLE

Hereinspaziert, hereinspaziert- ins große Zirkuszelt! Wow, was für eine bunte und vielseitige und manchmal auch magische Welt! Da möchte ich auch mal so gerne mitmachen- aber irgendwie traue ich mich nicht.... Wer kennt das nicht, das Gefühl... in diesem Kurs-Angebot geht es genau darum: mal ausprobieren- einfach vorbeikommen. Seid neugierig und schaut mal bei uns rein ins Zirkuszelt!

CLOWNERIE & MODERATION *ab 5. Klasse*

Wir lernen in diesem Workshop wie man in der Manege selbstbewusst mit Souveränität und Humor als Zirkus-Direktor*in / Moderator*in auftritt. Außerdem schauen wir gemeinsam wie wir unseren ganz eigenen „Clown*in“ in uns entdecken. Und schließlich werden wir das Zirkus-Publikum mit selbst entwickelten, erheiternden Clownerie-Nummern und einer mindestens genauso humorvollen Zirkusdirektor*in in der Show unterhalten.

MINIS-ZIRKUS *ab 5 Jahren*

In unserem Eltern-Kind Zirkus-Training möchten wir spielerisch in das Zirkustraining einsteigen. Eltern, Omas, Opas, Bezugsperson und „ihr“ Kind werden gemeinsam die Zirkuswelt entdecken. Über verschiedene Bewegungsparcours, spannende Geschichten und natürlich die bekannten Zirkusrequisiten wie die Balancier-Kugel, Jonglierrequisiten und vieles mehr, erfahren wir zusammen, was alles Zirkus sein kann.

ZIRKUSTRAINING FÜR ERWACHSENE *ab 18 Jahren, für Erwachsene mit und ohne Zirkus-Vorerfahrung*

Wir laden euch herzlich ein, die Welt zwischen dem Boden und der Zirkuskuppel zu erkunden! Balancieren, Jonglieren, oder akrobatisch ins Trainieren zu kommen; sich in die Luft erheben am Trapez oder Vertikaltuch, oder auf dem Drahtseil balancieren. Egal ob ihr schon ganz viel Erfahrung habt, oder noch gar keine, ihr seid Willkommen.

ZIRKUS AM MORGEN

Guten Morgäääääh- fit, wach, bewegt in den Tag- was „für mich“ getan zu haben, das tut doch gut, gleich schon am Morgen. Dazu laden wir im „Zirkus am Morgen“ ein. Erwachsene, die keine Zirkus- oder sonstige Vorkenntnisse brauchen. Einfach nur sich, am Morgen, in freudiger Erwartung ein wenig mit sich selbst – und natürlich auch mit anderen – in die Bewegung und die Begegnung zu gehen. Körperlich, seelisch, geistig fit.

Alle Kurse finden im Zirkuszelt der Waldorfschule Werder, Elsastraße 14/16 statt.

Die Teilnahmekosten für schulexterne Menschen betragen 40 € im Monat.

Interessent*innen melden sich bitte bei:

Sonni Ossapofsky

Telefon: 0162 78 21 589

s.ossapofsky@waldorfschule-werder.de