

Heidelberg, 9.04.2013

PRESSEMITTEILUNG

Ein Sommer voller Möglichkeiten ... Breite Workshop-Palette lockt beim Studentenwerk Heidelberg

Wer während des Studiums nur von Vorlesung zur Vorlesung hetzt, wird des Studierens bald überdrüssig sein. Die Workshops, die das Studentenwerk Heidelberg für Studierende der Universität, der Pädagogischen Hochschule, der Hochschule für Jüdische Studien sowie der Hochschule für Kirchenmusik anbietet, sorgen deshalb im Sommersemester wieder für die nötige Abwechslung. Folgende Angebote, die allesamt im Haus der Studierenden in der Altstadt stattfinden, können die Studentinnen und Studenten im Sommer 2013 wahrnehmen:

Workshop Selbstbehauptung

Heidelberg ist glücklicherweise keine Stadt, in der man sich nach Einbruch der Dunkelheit kaum noch vor die Haustür traut, aber ein gewisses Maß an Wehrhaftigkeit kann dennoch nie schaden. Gerade Frauen können schnell zum scheinbar lohnenswerten Angriffsziel werden. Wenn der ein oder andere unbequeme Zeitgenosse dann wirklich ernst macht, ist es besser, man weiß, wie man sich richtig verhält und sich verteidigen kann. Deswegen bietet das Studentenwerk gemeinsam mit der Heidelberger Polizei wieder einen kostenlosen Kurs zur Selbstbehauptung für Studentinnen an, der in zwei Teilen am 18. und 25. April von 16.00 - 19.30 Uhr im Dachgeschoss des Studihauses stattfinden wird. Wer Interesse hat, sollte sich schnellstmöglich unter pr@stw.uni-heidelberg.de anmelden.

Dichter-Workshop

Die Leidenschaft für die Literatur wurde so manchem schon in die Wiege gelegt und so verbringen viele Studenten ihre Freizeit am liebsten mit einem guten Stück Lesestoff. Wer sich diesbezüglich auch selbst ausleben und dabei erstmalig oder wieder aktiv werden möchte, kann das in diesem Semester tun, denn KAMINA lädt zum interaktiven Dichterworkshop ein. An vier Terminen, Freitags, den 26.04., 24.05., 21.06., 19.07.2013, jeweils von 19.00 Uhr - 22.00 Uhr treffen sich wieder literaturbegeisterte Menschen, um Texte selbst gewählten Genres zu präsentieren, zu diskutieren und Inspirationen zu tauschen. Nähere Informationen findet gibt es unter www.kamina-dichter.de. Also, an die Feder – fertig – los und anmelden bei Katharina Dück und Elena Kisel unter katharina@kamina-dichter.de oder elena@kamina-dichter.de.

Zumba-Workshop

Zumba Fitness ist zurzeit die neue Trendsportart. Die Mischung aus Aerobic und lateinamerikanischen Tänzen zu rhythmischer Musik hilft beim Abnehmen und sorgt für gute Laune pur. Unter dem Leitmotiv „fun and easy to do“ kann jeder mitmachen, der abnehmen will und dabei Spaß haben möchte – es gleicht einer riesengroßen Party. Elena Popova, die selbst seit ihrem sechsten Lebensjahr tanzt, stellt die Choreographien mit den leicht zu folgenden Bewegungen vor. Los geht der zehnteilige Kurs am 7. Mai immer dienstags ab 19.30 Uhr im Lesecafé. Die Kursgebühr liegt bei 25 Euro, ansonsten benötigt ihr nur bequeme Kleidung, Sportschuhe und natürlich gute Laune. Wenn ihr Lust habt, euch zu bewegen, dann meldet euch bis zum 30. April unter pr@stw.uni-heidelberg.de an.

Yoga-Workshop

Ganz entspannt durchs Semester geht es auch mit Yoga. Immer mehr Studierende entdecken die anregende Wirkung der Entspannungssportart in ihrem Studium. Und weil das so ist, werden gleich zwei Kurse der

indischen Tradition ins Leben gerufen: Einmal pro Woche kann man sich entweder im Dienstagskurs ab 18.00 oder im Donnerstagkurs ab 20.00 Uhr in bequemer Kleidung und mit Wasser und einer rutschfesten Matte ausgerüstet, im Dachgeschoss des Studihauses zum kollektiven Entspannen einfinden, um Körper und Seele in Einklang zu bringen. Mit frisch gedehnten Sehnen und Bändern kann man sich anschließend wieder topfit und ganz locker in seinen Studienbüchern versenken. 25 Euro kostet ein Kurs mit zehn Terminen, der am 7. bzw. 16. Mai beginnt. Also, schnell im Lotussitz vor dem PC Platz nehmen und sich unter pr@stw.uni-heidelberg.de anmelden!

Tango-Workshops (Anfänger & Fortgeschrittene)

Kaum ein Tanz ist sinnlicher, leidenschaftlicher und facettenreicher als der Tango. Bereits 1880 in den Hafenvierteln der Städte am Rio de la Plata etabliert, schwappte die Begeisterung für diese dramatische Art der Bewegung über den Globus und macht auch vor den Heidelberger Studis nicht halt. Die Geschicklichkeit, das sinnliche Spiel mit den Bewegungen und die Energie des Tangos stecken an. Wer diesen ausdrucksstarken Tanz einmal ausprobieren möchte oder seine Kenntnisse vertiefen, bekommt deshalb nun in einem zehnteiligen Workshop die Möglichkeit dazu. In Zusammenarbeit mit den „Tangodeseos“ verwandelt sich das Dachgeschoss des Studihauses ab dem 9. Mai jeden Mittwoch um 18.00 Uhr in ein Tanzstudio. Von 18.00 - 19.00 Uhr tanzen die Fortgeschrittenen, von 19.00 - 20 Uhr die Anfänger. Kostenpunkt: 25 Euro pro Person für 10 Termine. Also, schnappt euch einen Partner und meldet euch bis spätestens 30. April unter pr@stw.uni-heidelberg.de an.

Salsa-Workshops (Anfänger & Fortgeschrittene)

Wer gerne tanzt und Spaß an Bewegung hat, der ist im Salsa-Workshop genau richtig aufgehoben. Hier lernt man zu verschiedenen lateinamerikanischen Rhythmen Schritte und Figuren, um mit seinem Partner über das Parkett zu wirbeln. Wer Spaß hat an der Bewegung und immer neuen Figuren und Variationen hat, der ist im zehnteiligen Kurs richtig. Die Tanzlehrer des Heidelberger Studios „Ritmo y Sabor“ bieten gemeinsam mit dem Studentenwerk einen Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene ab dem 6. Mai im Dachgeschoss über dem Marstallcafé an. Für nur 25 Euro lernen Anfänger montags von 18.00 bis 19.00 Uhr die ersten Schritte kennen; die Fortgeschrittenen sind dann im Anschluss von 19.00 bis 20.00 Uhr an der Reihe. Lust am Tanzen bekommen? Dann schickt eure Anmeldung bis zum 30. April an pr@stw.uni-heidelberg.de.

Improtheater-Workout

In diesem Workshop werden wir die Möglichkeiten unserer Kreativität ausleben. Es geht darum den Geheimnissen der Spontaneität auf den Grund zu gehen und diese weiterzuentwickeln. Wer sich im Alltag manchmal etwas erschlagen fühlt, ist herzlich eingeladen in diesem Workshop das eigene Potential der Improvisation zu entdecken und manch Träumerei den Blick in den Alltag zu gewähren. Mit anderen Worten wer schon immer innerhalb weniger Minuten von einer Prinzessin zu einem Drachen mutieren wollte, ist hier genau richtig! Vier Termine, Montags ab 10. Juni 2013 von 20.00 – 22.00 Uhr im Lesecafé im Haus der Studierenden. Der Beitrag beträgt 25 Euro und Anmeldungen werden bis 1. Juni unter pr@stw.uni-heidelberg.de entgegen genommen.

Rückfragen bitte an:

Cornelia Gräf

Referentin für externe Unternehmenskommunikation

Tel: 0622.54 26 44

E-Mail: pr@stw.uni-heidelberg.de