

Tango 7 Termine, Kosten: 99,- € erm. 70,- €

Montags, 24.10. – 12.12. (nicht am 31.10.)

M2 von 18:00 – 19:30 Uhr
F16 von 19:30 – 21:00 Uhr
F6 von 21:00 – 22:30 Uhr

Leitung: Ralf Brand
 Tango Argentino – das ist in Osnabrück längst kein Geheimtipp mehr. Einst galt er als verruchter Tanz im Rotlichtmilieu der argentinischen Hauptstadt. Später wurde er in Europa als „Standardtango“ domestiziert.
 Anmeldung unter Tel.: 0541 / 66 88 364



Salsa 9 Termine 63 € erm. 54 €



Montags 17.10. - 12.12.
AnfängerInnen 19:30 – 21:00 Uhr
 Dienstags 18.10. - 13.12.
Fortgeschrittene 20:00 – 21:30 Uhr
 Mittwochs 19.10. - 14.12.
Mittelstufe 19:30 – 21:00 Uhr

Gustavo Pelegrino Cascaret ist professioneller Tänzer, Tanzlehrer und Choreograph aus Kuba. 1998 kam er nach Deutschland und seitdem unterrichtet er verschiedene Tänze wie z.B. Salsa, Merengue, Bachata, Modern Dance, Hip - Hop, Jazz Dance ...

Durch seine einzigartige Form der Vermittlung, gelingt es Gustavo immer wieder, seine Schülerinnen und Schüler zu begeistern und ihnen Sicherheit beim Tanzen zu geben. Das Gefühl von Karibikurlaub ist garantiert!

Afrikanisches Trommeln

10 Termine Kosten: 56,- € erm. 48,- €
 Montags, AnfängerInnen 19 – 20 Uhr ab 24.10., fortlaufend.

10 Termine Kosten: 83,- € erm. 70,- €
 Montags, Mittelstufe 20 – 21:30 Uhr ab 07.11., fortlaufend.

Auf der Basis westafrikanischer Trommelrhythmen und -techniken werden einfache Übungen allmählich zu einem Rhythmusgeflecht verwoben. Die Kurse werden von Jörg Sellmeyer geleitet, der seit 1975 Schlagzeuger ist und sich seit 1985 intensiv mit afrikanischen und orientalischen Rhythmen beschäftigt.

Box- und Fitnessstraining

Montags, 17:30 – 19:30 Uhr fortlaufend ab 14 Jahre
 Mittwochs, 15 – 17 Uhr fortlaufend ab 14 Jahre

Dieses Sportangebot umfasst sowohl die klassische Boxausbildung mit Gerätetraining, Boxschule und Sparringskämpfen, als auch ein umfassendes Fitnessstraining. Das Sportangebot richtet sich gleichermaßen an Anfänger, als auch an Teilnehmer mit Boxerfahrung.



Fitness

Vinyasa Power Yoga Montags, 16 – 17 Uhr, 31.10. – 19.12. 8 Termine 28,- €

Vinyasa Power Yoga ist für den modernen westlichen Menschen der heutigen Zeit kreiert worden. Er vermag es, die Brücke zwischen östlicher Spiritualität und westlicher Dynamik zu schlagen.

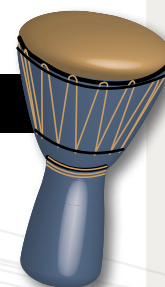
Die Asanas (Körperübungen) werden zu einem fließenden und dynamischen Bewegungsablauf verbunden. Die Abläufe sind so modifiziert, dass jeder sie erlernen und ausführen kann. Von einfachen bis komplexen und sehr kraftvollen Bewegungsmustern vereinigt Vinyasa Power Yoga eine einzigartige Körpererfahrung und weckt eine neue und intensive Körperwahrnehmung. Die Asanas geben Kraft und lösen körperliche wie emotionale Blockaden.

Bauch-Beine-Po Mittwochs, 17:30 – 18:15 Uhr, 19.10. – 21.12. 10 Termine 25,- €

Im Kurs für Bauch-Beine-Po werden durch gezieltes Krafttraining und leichte Konditionsübungen Bauch, Beine und Po in Form gebracht.

Body-Mix Mittwochs, 18:30 – 19:15 Uhr, 19.10. – 21.12. 10 Termine 25,- €

Für eine gute Figur wird durch gezieltes Muskeltraining der Körper gestrafft.



PC CLUBS

Die Kurse finden nicht in den Ferien oder an gesetzlichen Feiertagen Niedersachsens statt!

Web Club am Dienstag

Dienstags, ab 18.10., fortlaufend, 16 – 18 Uhr
 8 – 12 Jahre, Kostenlos. Bitte meldet euch vorher an.

Raus aus der Schule und erst mal zum Web-Club. YouTube-Videos austauschen, gemeinsam Games zocken und und und ...

Web Club am Mittwoch

Mittwochs, ab 19.10. fortlaufend
 16 – 18 Uhr, Kostenlos. 8 – 12 Jahre. Bitte meldet euch vorher an.

Raus aus der Schule – rein in den Nachmittag und erst mal zum Web-Club. YouTube-Videos austauschen, gemeinsam Games zocken und und und ...



Fotokurs für Jugendliche

Donnerstags, 20.10. – 15.12. 16:30 – 18 Uhr
 ab 12 Jahre, Kostenlos. Bitte meldet euch vorher an.

Von Portraits bis hin zu Landschaften, Details zu Panoramen. Draußen und drinnen. Der Kurs bietet einen Einstieg in die Welt der digitalen Fotografie und Bildbearbeitung. Eine eigene Kamera ist nicht erforderlich, aber von Vorteil.

PC-Spielebauer

Donnerstags, ab 20.10. – 15.12. 18 – 20 Uhr
 Kosten: 18,- € (9 Termine) Ab 10 Jahre Bitte meldet euch vorher an.

Einführung in eine Programmiersprache. Das Ziel des Kurses ist es, ein eigenes kleines Computerspiel zu programmieren. Englischgrundkenntnisse sind vorteilhaft.

Internet-Café

Donnerstags, fortlaufend 20 – 22 Uhr,
 Kostenlos. Ohne Anmeldung

Internet, E-Mail, in Ruhe Recherchieren, falls Fragen aufkommen, erhaltet ihr von uns Unterstützung.

Web Club am Freitag

Freitags, ab 21.10. fortlaufend, 16 – 18 Uhr Ab 12 Jahre. Kostenlos. Ohne Anmeldung. Einstieg jederzeit möglich.

Raus aus der Schule – rein ins Wochenende und erst mal zum Web-Club. YouTube-Videos austauschen, gemeinsam Games zocken und und und ...

Reporterkids

Freitags, 18 – 20 Uhr Fortlaufend
 Ab 7 Jahren. Kostenlos. Ohne Anmeldung. Einstieg jederzeit möglich.

Werde Reporter fürs Internet - Leute befragen, schreiben, fotografieren, filmen und vieles mehr.



SPECIALS

DJ-Forum

Auflegen lernen mit Profi-DJs!
 Mittwochs 19 – ca. 21:30 Uhr, wöchentlich in der Disco
 ab 14 Jahre, kostenlos



Die Haus der Jugend Theatergruppe präsentiert:
Mörder mögens messerscharf von Christine Steinwasser

Donnerstag, 3. November 2016, Beginn 18:30 Uhr, Eintritt frei
 Was, wenn man von einem Tag auf den anderen von allen übersehen wird? Dies geschieht dem ermordeten Baron Ansgar von Herrschershausen, welcher sich trotz seines Todes quicklebendig fühlt und somit die laufenden Ermittlungen unbehelligt mitverfolgen kann. Denn die übrigen Hausbewohner setzen alles daran, das Mysterium seines Todes aufzuklären und den wahren Schuldigen zu finden...

Irgendwas mit Musik - „Ob Rap oder Gesang, hier gehts lang!“

Termine nach Absprache, kostenlos
 In unserem Tonstudio bieten wir Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit, ihre Songs in entspannter aber produktiver Atmosphäre aufzunehmen.

Filmangebot für Jugendliche & junge Erwachsene

Projekte & Termine nach Absprache. Ab 14 Jahre
 Wenn ihr Unterstützung bei Filmprojekten aller Art braucht – sei es schulisch oder privat –, dann meldet euch bei uns. Fragt einfach nach Marius Schott

Center Parcs De Huttenheugte

Familienfahrt ins Tropenschwimmbad Aqua Mundo
Samstag 19. November Kosten 3-12 Jahre: 13 €, ab 13 Jahre: 18 € 10 – ca. 20 Uhr
 Im Aqua Mundo kann das spektakuläre Angebot genutzt werden – Wellenbad, Wildwasserbahn, Thermenbecken! Das bedeutet viel Action – doch genauso lädt die schöne Atmosphäre einer tropischen Wasser- und Erlebniswelt ein zum Kraft tanken und Entspannen. In Kooperation mit dem Jugendzentrum Westwerk

Initiativen

- Montag **OSC-Mavericks** ab 19 Uhr
terre des hommes jeden 1.+3. Mo. im Monat, 20 Uhr
- Dienstag **amnesty international** (ai) 19 Uhr **Osnabrücker Trachtenkreis** 20 Uhr
- Mittwoch **Club Umnitschka** 16 Uhr
- Donnerstag **Friedensaktionsbündnis** 19 Uhr **JUSOS** 20 Uhr
AFS jeden 1. Do im Monat, 17 Uhr **OSC-Mavericks** ab 19 Uhr
ArbeiterKind.de jeden 1. Do im Monat, 19:30 Uhr

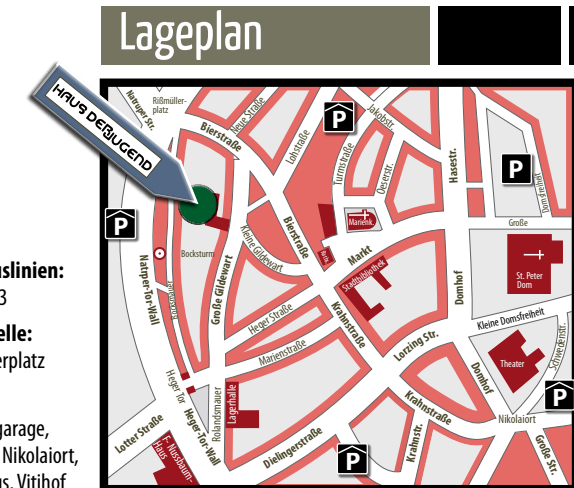
HAUS DER JUGEND

Öffnungszeiten

Haus der Jugend Mo – Fr 9 – 22 Uhr (bei Veranstaltungen nach Bedarf)
Café im Foyer Mo – Fr 14:30 – 20:30 Uhr
Büro Mo – Do 11 – 13, 14 – 17 Uhr und Fr 11 – 14 Uhr

Haus der Jugend, Große Gildewart 6 – 9, 49074 Osnabrück
 Tel: 0541 - 323 - 41 78, Fax: 0541 - 25 95 97
 www.hausderjugend-os.de eMail: hdj@osnabrueck.de

- Weitere städtische Einrichtungen und freie Träger im **HAUS DER JUGEND**
- Koordinierungsstelle Schulverweigerung** Tel: 0541 323 - 2063
- Kinder- und Jugendbüro** Tel: 0541 323 - 3440
 www.kinderundjugendbuero-os.de
- Forum Osnabrück für Kultur und Soziales e.V.** Tel: 0541 28956
 www.fokus-os.de
- Musikbüro Osnabrück e.V.** Tel: 0541 770 723 81
 info@musikbuero.net, www.musikbuero.net
- Mütterzentrum e.V.** Tel: 0541 22210
 www.muetterzentrum-osnabrueck.de
- Ostensibles e.V.** www.ostensibles.org Tel: 0541 345 00 375



Stadtbuslinien: 11, 12, 13
Haltestelle: Rißmüllerplatz
Parken: Altstadtgarage, Domhof, Nikolaiort, Stadthaus, Vitihof



16. November
Bosetti & Hoth
 Poetry Slam