



Die KUFABIA, das ist Kultur für alle: Seit 1992 ist die Kulturfabrik Löseke in Hildesheim aktiv und gehört damit zu den ältesten soziokulturellen Zentren Deutschlands. In der ehemaligen Papierfabrik treffen sich jährlich rund 60.000 Menschen zu etwa 800 Veranstaltungen in den Bereichen Musik (Konzert und Party), Bühne (Lesung, Theater, Comedy, Performance und mehr) sowie Stadtkultur (Projekte wie das Faserwerk und die Nordstadt-Wandgalerie wie auch Workshops, Ausstellungen und Märkte). Kommunikation, Partizipation und Kooperation stehen in der KUFABIA-Philosophie an erster Stelle.

Wenn nicht anders aufgeführt, alle Veranstaltungen in der:

Kulturfabrik Löseke

Langer Garten 1

31137 Hildesheim

Räume: Loretta, Buffo, Halle, Seminarraum, Atelier, PC-Raum

Faserwerk: Ottostraße 77 (Ottoplatz, Nordstadt)

Pressekontakt:

Alexandra Riffel | presse@kufa.info | 05121 750 94 52

Download der Pressebilder unter <http://www.kufa.info/presse>

Tickets ausschließlich unter www.kufa.info/tickets

+++HIGHLIGHTS im Februar+++	S. 02
1. Inhaltlich sortierte Übersicht der Februar-Veranstaltungen	
MUSIK: Konzerte	S. 03
BÜHNE	S. 06
STADTKULTUR: Workshops + Kurse	S. 08
2. Chronologische Kurzübersicht aller Februar-Veranstaltungen	S. 12
3. Unsere Corona-Maßnahmen und Hygieneregeln	S. 15

+++HIGHLIGHTS im Februar+++

+++B.B.& the Blue Shakes+++

„**Die beste Bluesband Europas**“ Mehr als 30 Jahre weltweit auf Tour, das sind über 4000 Konzerte. Die BBs lieben ihre Musik und spielen den Blues so gekonnt, dass sie sich sogar in den USA einen Ruf erarbeitet haben. Mit ihrer Mischung aus Rhythm & Blues und einem Hauch "Sixties Soul" haben Sie sich eine Fangemeinde um den ganzen Globus erspielt. Die Band erhielt zahllose Auszeichnungen wie den "German Blues Award" und den Titel "Beste Bluesband Europas". Ihre CD "Unique Taste" wurde mit dem Preis der deutschen Schallplattenkritik prämiert.

B.B. & The Blues Shakes stehen für großartige Live-Auftritte und haben sich so auch als Top Act in Übersee etabliert. Sie spielten in Dubai, auf dem Doheny Festival in Los Angeles und beim Byron-Bay-Festival in Australien mit Künstlern wie Bob Dylan, B.B. King und Elvis Costello vor Zehntausenden.

Mehr auf S. 3

+++Pyramid+++

„**Harte treibende Riffs**“ Eine Reise zurück in die Zeit, als Musik noch etwas bewirken konnte und der Mainstream noch aus Bands wie Led Zeppelin, Pink Floyd, King Crimson oder Black Sabbath bestand. Diese Bands wurden durch ihre Individualität und Kreativität weltweit anerkannt und die Musik für viele Menschen zu einer Art universellen Religion. Die drei Jungs von Pyramid orientieren sich stilistisch an diesem generationsprägenden Sound und schaffen unter dem Einfluss vieler moderner Bands wie Colour Haze, Sungrazer, Kyuss, Sleep und Fu Manchu ihre ganz eigene Soundkulisse. Harte treibende Riffs treffen auf psychedelische Soundwelten, weit weg von allen irdischen Angelegenheiten.

Mehr auf S. 4

+++ComedyCup#3+++

„**Schmelztiegel der guten Laune**“

Wow! Endlich kann wieder der Comedy Cup Hildesheim stattfinden! Bereits zum dritten Mal gastiert die Comedy-Show in den heiligen Hallen der Kulturfabrik. Hier lodert der Schmelztiegel der guten Laune. Hier werden Talente geschmiedet. Bereits heiße Eisen bekommen ihren letzten Schliff und Nägel werden zu Köpfen gemacht. Der Comedy Cup Hildesheim bringt das auf die Bühne, was wir am Fernsehen vermissen und wofür RTL einfach noch nicht reif genug ist.

Mehr auf S. 6

1. Inhaltlich sortierte Übersicht der Februar-Veranstaltungen

MUSIK: KONZERTE

Konzert: B.B. & The Blues Shacks

Sa 06.02. | Beginn 20:30, Einlass 20:00 | Es gibt keine Abendkasse! Karten nur im VVK erhältlich! | KT: 30% | Halle

Die beste Bluesband Europas! Mehr als 30 Jahre weltweit auf Tour, das sind über 4000 Konzerte.

Die BBs lieben ihre Musik und spielen den Blues so gekonnt, dass sie sich sogar in den USA einen Ruf erarbeitet haben. Mit ihrer Mischung aus Rhythm & Blues und einem Hauch "Sixties Soul" haben Sie sich eine Fangemeinde um den ganzen Globus erspielt.

Die Band erhielt zahllose Auszeichnungen wie den "German Blues Award" und den Titel "Beste Bluesband Europas". Ihre CD "Unique Taste" wurde mit dem Preis der deutschen Schallplattenkritik prämiert.

B.B. & The Blues Shacks stehen für großartige Live-Auftritte und haben sich so auch als Top-Act in Übersee etabliert.

Sie spielten in Dubai, auf dem Doheny Festival in Los Angeles und beim Byron-Bay-Festival in Australien mit Künstlern wie Bob Dylan, B.B. King und Elvis Costello vor Zehntausenden.

Frontmann Michael Arlt (vocal und harp) gehört längst zur ersten Liga europäischer Blues- und Soulsänger. Er ist zudem ein einzigartiger Entertainer. Sein Bruder Andreas Arlt ist ein eleganter Stilist und wird inzwischen als Weltklasse-Gitarrist gehandelt.

Mit Fabian Fritz an Klavier und Orgel konnte die Band ein weiteres Genie für den eigenständigen Sound verpflichten. Henning Hauerken (Kontrabass und E-Bass), sowie Andre Werkmeister (Schlagzeug) liefern den einzigartigen Drive und Groove, den man noch vom Konzert mit nach Hause nimmt.

Aktuelles Album: Reservation Blues
www.bluesshacks.com

Besetzung

Andreas Arlt – guitar, vocals

Michael Arlt - vocals, harmonica

Fabian Fritz - piano, organ

Henning Hauerken - electric + upright bass

Andre Werkmeister - drums, percussion

Konzert: Club VEB präsentiert: Bahnhof Motte

Mi 10.02. | Beginn 21:30, Einlass 21:00 | Hut geht rum

Der Mensch – eine lebende Maschine die nicht mehr richtig funktioniert. Gefesselt an blinkende Endgeräte, immer in der Hoffnung dadurch die innere Leere zu füllen.

Gigantisches Geltungsbedürfnis paart sich mit der Sehnsucht nach Ruhe und Einsamkeit, befeuert durch die immerwährende Präsenz sozialer Medien. Selbstvermarktung bis die Maschine überhitzt, der Mensch ausbrennt und sich letztendlich nur nach dem Vergessen sehnt.

Bahnhof Motte – laute, verzerrte Gitarren, Synthesizer und dröhnende Bässe, angetrieben von einem unaufhaltsamen Schlagzeug – zusammengeschraubt zu einem Geflecht, das mit rasenden Emotionen dieser Welt aus vollem Halse entgegen schreit.

Konzert: Jazz& Wine präsentiert: Black Bears Boogie Band

Sa | 20.02.2021 | Beginn: 20:30, Einlass 20:00 | Es gibt keine Abendkasse! Karten nur im VVK erhältlich! | KT: 30% | Halle

Jazz & Wine präsentiert: A Tribute To Duke Ellington & Billy Strayhorn

Im Stuhl versinkend sich in Jazzklängen verlieren und Rotwein nippend aus dem Alltag aussteigen, das ist nun möglich durch die neue Reihe für Jazzmusik Jazz & Wine. Gut arrangierte Themenabende, internationale Jazzgeschichten und lokale Musikgruppen aus dem Dunstkreis der blauen Noten bringen live die Bühne zum Klingen.

Das kann ein Duke Ellington Abend, eine junge Jazzband aus Israel oder eine Session mit lokalen Jazzgrößen sein. Die stimmungsvolle Atmosphäre wird mit ausgesuchten Weinen lokaler Weinhandlungen, Kerzenlicht und Tischservice abgerundet. Folgt uns auf Telegram, um über die kommenden Veranstaltungen informiert zu werden: <https://t.me/jazznwine>

Die Black Bears Boogie Band aus Hannover war seit ihrer Gründung 2018 regelmäßig im Schenker am Schwarzen Bär zu hören und entwickelte sich bald zu einem sehr beliebten Jazz Band. Die vier Musiker widmen sich seit jeher mit viel Spielfreude dem üppigen Repertoire des Great American Songbook. An diesem Abend spielt die Black Bears Boogie Band eine Hommage an die beiden legendären Komponisten Duke Ellington und Billy Strayhorn.

Besetzung:

Richard Häckel - Saxophon
Lars Bernsmann - Gitarre
Johannes Keller - Kontrabass
Lennart Voß - Schlagzeug

Konzert: FC Loretta präsentiert: Pyramid

Sa 27.02. | Beginn 20:30, Einlass 20:00 | Es gibt keine Abendkasse! Karten nur im VVK erhältlich! | KT: 30% | Halle

Pyramid. Eine Reise zurück in die Zeit, als Musik noch etwas bewirken konnte und der Mainstream noch aus Bands wie Led Zeppelin, Pink Floyd, King Crimson oder Black Sabbath bestand. Diese Bands wurden durch ihre Individualität und Kreativität weltweit anerkannt und die Musik für viele Menschen zu einer Art universellen Religion. Die drei Jungs von Pyramid orientieren sich stilistisch an diesem generationsprägenden Sound und schaffen unter dem Einfluss vieler moderner Bands wie Colour Haze, Sungrazer, Kyuss, Sleep und Fu Manchu ihre ganz eigene Soundkulisse. Harte treibende Riffs treffen auf psychedelische Soundwelten, weit weg von allen irdischen Angelegenheiten.

Mehr Infos unter: <https://www.facebook.com/pyramidfriendship>

Hygienebestimmungen in der Halle der KUFA:

Ihr benötigt ab Ankunft KUFA bis zu eurem Sitzplatz einen Mund und Nasenschutz!

Auch auf den Wegen zur Theke oder zum WC ist dieser Schutz verpflichtend.

Während der Veranstaltung wird es 2er bzw. 3er Sitzgruppen geben. Wir weisen euch vor Ort Plätze zu. Solltet ihr mit einer euch fremden Person an einem Tisch sitzen, empfehlen wir dringend auch am Tisch einen Mund und Nasenschutz zu tragen!

Unsere Veranstaltungsfläche ist mit Sicherheitsabstand bestuhlt. Bitte haltet euch an die vorgegebenen Laufrichtungen und an die Einhaltung der üblichen Hygieneregeln.

Bitte kommt nur, wenn ihr euch fit fühlt und keine Erkältungssymptome in den letzten 72 Stunden gezeigt habt.

#candlelightdinner: Die Theke ist aus hygienischen Gründen nicht offen, Getränke kriegt ihr aber trotzdem: Wenn ihr die brennende Kerze auf eurem Tisch ausmacht, signalisiert ihr dem Team, dass ihr noch ein Getränk wollt; ist die Kerze an, weiß das Team, dass ihr versorgt seid.

Die Halle wird gelüftet und regelmäßig desinfiziert.

BÜHNE

Comedy: ComedyCup#3

Sa 13.02. | Beginn 20:00, Einlass 19:30 | Es gibt keine Abendkasse! Karten nur im VVK erhältlich! 7-10 | KT: 30% | Halle

Wow! Endlich kann wieder der Comedy Cup Hildesheim stattfinden! Bereits zum dritten Mal gastiert die Comedy-Show in den heiligen Hallen der Kulturfabrik. Hier lodert der Schmelztiigel der guten Laune. Hier werden Talente geschmiedet. Bereits heiße Eisen bekommen ihren letzten Schliff und Nägel werden zu Köpfen gemacht. Der Comedy Cup Hildesheim bringt das auf die Bühne, was wir am Fernsehen vermissen und wofür RTL einfach noch nicht reif genug ist.

Das erwartet euch: Fünf der vielversprechendsten Nachwuchstalente aus allen Bereichen der deutschen Comedylandschaft treten bei uns an und stellen sich der Hildesheimer High Society des guten Geschmacks. Diese Show hält, was sie verspricht – Denn: Sie verspricht nichts! Kein Schnickschnack, kein Lametta, kein Dieter Bohlen. Nur eine Bühne, ein Mikrofon, den vielleicht verwirrtesten Moderator der Hildesheimer Nordstadt, einen Sidekick der Superlative, die einköpfigste Showband aller Zeiten und natürlich das lustigste Material, das unsere Künstler*innen zu bieten haben.

Und so funktioniert's: Jede*r Künstler*in bekommt 15 Minuten, um das Publikum für sich zu gewinnen und um den jetzt schon berühmt berüchtigten Hildesheimer Comedy Cup, die goldene Ananas, mit nach Hause nehmen zu dürfen.

Seid dabei, wenn in der Kulturfabrik Löseke bereits zum dritten Mal Hildesheims Comedy-Talentschmiede die Feuer anheizt – diesmal für und mit:

August Klar (Paderborn)

Der gebürtige Görlitzer studierte Populäre Musik und Medien in Paderborn, machte dort dann seinen Abschluss im Bachelor of Arts und findet Paderborn schöner als Dortmund. Seine literarischen und geistigen Vorbilder sind diverse Künstler und Autoren. Aber vor allem Stephen King. Er steht auf Stephen King. Und Ben Affleck. Der ist super. Seine Slam Texte sind catchy, öfter mit Beatbox-Elementen versehen und jede einzelne seiner Geschichten ist witzig. Nur ein paar sind auch traurig. Eine ist richtig krass traurig.

Kai Olaf Stehrenberg (Hannover)

Seit seinem 9. Lebensjahr steht Kai Olaf auf der Bühne. Seinen ersten Auftritt absolvierte er an der Seite von Rolf Zuckowski in der Braunschweiger Stadthalle – für ihn eine Initialzündung, selbst Gitarre zu lernen und eigene Songs zu schreiben. Viele Jahre später weist seine Biografie unzählige Auftritte im ganzen Bundesgebiet auf – sowie viele gewonnene Songslams und einen Fernsehauftritt beim NDR Comedy Contest.

Ara (Hannover)

Frei Schnauze erzählt Ara von seinen Beobachtungen aus dem Alltag. Ob Arztbesuche in seinem Heimatland, Lärmbeschwerden oder die Facebook Nutzung seiner Mitmenschen, vor nichts macht der junge Kurde halt.

Bastian Block (Hannover)

Er ist der Comedian ohne Grenzen. Alles kann bei ihm Thema sein: Menschliches, Absurdes, Politisches oder einfach nur totaler Quatsch. Er redet ehrlich, durchdacht, direkt und nicht selten aus einem bösen Blickwinkel über das, was ihn gerade beschäftigt. Dabei bringt er jeden zum Lachen, der nicht mit einem Stock im Allerwertesten geboren wurde.

Aylin Lefkeli (Hemmingen)

Nach 5 Jahren Babypause ist sie endlich zurück auf der Bühne: Aylin Lefkeli. Sie ist die vollintegrierte deutsch-türkische Ex-Waldorfschülerin und Mutter und erzählt genau aus diesem Leben. Warum ist das Mamasein ein Wettbewerb? Wieso spielt die Herkunft immer eine Rolle? Warum zur Hölle Waldorfschule und wer hat den verdammten Elternabend erfunden? Fragen über Fragen und die wichtige Erkenntnis über sich selbst: Hardware türkisch – Software deutsch.

Musik: Nick Duschek (Hildesheim)

Moderation: Tilman Döring (Hildesheim)

Hygienebestimmungen in der Halle der KUFA:

Ihr benötigt ab Ankunft KUFA bis zu eurem Sitzplatz einen Mund und Nasenschutz!

Auch auf den Wegen zur Theke oder zum WC ist dieser Schutz verpflichtend.

Während der Veranstaltung wird es 2er bzw. 3er Sitzgruppen geben. Wir weisen euch vor Ort Plätze zu. Solltet ihr mit einer euch fremden Person an einem Tisch sitzen, empfehlen wir dringend auch am Tisch einen Mund und Nasenschutz zu tragen!

Unsere Veranstaltungsfläche ist mit Sicherheitsabstand bestuhlt. Bitte haltet euch an die vorgegebenen Laufrichtungen und an die Einhaltung der üblichen Hygieneregeln.

Bitte kommt nur, wenn ihr euch fit fühlt und keine Erkältungssymptome in den letzten 72 Stunden gezeigt habt.

#candlelightdinner: Die Theke ist aus hygienischen Gründen nicht offen, Getränke kriegt ihr aber trotzdem: Wenn ihr die brennende Kerze auf eurem Tisch ausmacht, signalisiert ihr dem Team, dass ihr noch ein Getränk wollt; ist die Kerze an, weiß das Team, dass ihr versorgt seid.

Die Halle wird gelüftet und regelmäßig desinfiziert.

STADTKULTUR: KURSE + TREFFEN

Offenes Faserwerk – Kennenlernen und Coworking

montags & donnerstags | 01., 04., 08., 11., 15, 18, 22 +25.02 | jeweils 15:00-19:00 | frei, Spenden erwünscht | Faserwerk

Jeden Montag und Donnerstag kannst du im **Faserwerk** an eigenen Projekten arbeiten. Ob Nähprojekt, Fotos in der Dunkelkammer entwickeln oder doch am Laptop schreiben – komm gern vorbei und setze deine Projekte in die Tat um. Wo wir helfen können (Stoffreste, Nähmaschinen erklären, mit Kaffee versorgen, etc.) helfen wir gern. Montags ist Leyla im Nähbereich und unterstützt gerne bei Näharbeiten, repariert kaputte Kleidung oder näht Euch wundervoll bunte Kleidung. Also montags oder donnerstags 15-19 Uhr ins Faserwerk kommen, bei schönem Wetter gern auch draußen auf dem Ottoplatz.

Um die Dunkelkammer eigenständig zu nutzen, bitte am besten vorher einmal an einem unserer Kurse oder offenen Angebote im Fotografie Bereich teilnehmen.

Zu den regulären Öffnungszeiten wie auch bei Workshops und in den offenen Werkstätten gelten unsere Hygienebestimmungen:

Im Ladenbereich dürfen sich aktuell nur 1 Person/Haushalt und im Co-Working (Nähbereich, Werkstätten etc.) immer nur 2 Personen gleichzeitig aufhalten. Es muss zwischen allen Personen ein Mindestabstand von 1,5m eingehalten werden. Jede Person muss eine Mund- und Nasenmaske ordnungsgemäß tragen. Wir stellen Desinfektionsmittel sowie Waschgelegenheiten zur Verfügung, desinfizieren Türklinken sowie Sanitärbereiche und lüften regelmäßig. Ferner bitten wir Sie nur zu kommen, wenn Sie kerngesund sind, d.h. innerhalb der vergangenen 72h keine Erkältungssymptome, kein Niesen, kein Husten und kein Fieber aufzuweisen hatten. In Workshops und Werkstätten werden wir verschiedene Arbeitsstationen bereitstellen, um den Abstand einhalten zu können. Wir freuen uns also über eine Voranmeldung per Mail, Facebook oder vor Ort.

Stadtkultur: Workshop im Faserwerk: Zero Waste

Sa 20.02. | Beginn 12:00, Einlass 12:00 | | Faserwerk

Schon längst haben Supermarktketten und Drogerien erkannt, wie angesagt gerade die Themen Plastikvermeidung und Zero Waste sind. Sie bieten neue Produkte an, die aber eigentlich keiner braucht. Du kannst sie viel einfacher selbst herstellen, produzierst dabei

keinen Müll und sparst dabei sogar noch Geld! In diesem Workshop erfährst du, wie du dir deine eigenen Reinigungsmittel selbst zusammenmischen und ein eigenes Deo und Peeling herstellen kannst. Nebenbei wirst du mit vielen Informationen versorgt, wie du deinen Alltag nachhaltiger gestalten kannst und hast die Möglichkeit, dich mit Gleichgesinnten auszutauschen. Materialien für den Workshop werden gestellt, Vorkenntnisse musst du keine mitbringen. Der Kurs findet in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule statt und wird finanziell von der Bingo Umwelt Stiftung unterstützt. An dieser Stelle möchten wir uns bei der Bingo Umweltstiftung bedanken!

Anmeldungen bei der VHS unter dieser Kursnummer: O16041M

<https://www.vhs-hildesheim.de/kurssuche/kurs/>

Putzmittel+und+Kosmetik+selber+machen/nr/O16041M/bereich/details/?

Fsize=0&Contrast=214#inhalt

Der Kurs ist auf 10 Teilnehmende begrenzt.

Kurszeit: 20.02.2020, 12-16 Uhr

Ort: Faserwerk, Ottostraße 77 (Ecke Ohlendorferstraße/Heinrichstraße)

Kosten: 15 € (Materialkosten inklusive)

Kursleitung: Amelie Vogel

Capoeira – Afro-brasilianischer Percussion-Workshop und Capoeira-Training

Di 02., 09., 16. + 22.02. | Beginn 17:30, Einlass 17:30 | KUFA: Seminarraum | Tanz

Capoeira ist in seinen afro-brasilianischen Ursprüngen ein als Tanz getarnter Kampf, den die afrikanischen Sklaven in Brasilien entwickelten, um sich gegen ihre Unterdrücker zu behaupten. Die Capoeira vereint Kampf, Musik, Rhythmus und Tanz im gemeinschaftlichen Miteinander. Im Training lernen die Partizipierenden die Bewegungen ebenso wie das Spielen der Instrumente und die Lieder, damit also auch implizit die brasilianische Sprache. Die Lieder thematisieren den Alltag wie auch die Unterdrückung der schwarzen Bevölkerung im kolonialisierten Brasilien. Die Capoeiristas sprechen somit auch eine friedenspolitische Sprache: für Gleichberechtigung und ein friedliches und gewaltloses Miteinander. Es geht nicht um Wettbewerb oder darum, andere zu verletzen oder zu besiegen. Capoeira wird gespielt. Sie schult, das eigene Verhalten zu kontrollieren, stetig zu reflektieren und sich mit der anderen Person spielerisch auseinanderzusetzen.

Nicht zuletzt ist Capoeira eine Körperkunst, die es Menschen ermöglicht, sich tänzerisch auszudrücken und Körperkontrolle sowie akrobatische Fitness zu trainieren.

Einen noch lebendigeren Eindruck gibt's auf unserer Website www.capoeira-angola-hannover.de/

17:30-19:00 Uhr afro-brasilianischer Percussion-Workshop

19:00-22:00 Uhr Capoeira-Training

Alternativer Tanzworkshop zu Drum'n'Bass-Musik | DNB Step Kurs

Do | 04., 11., 18. + 25.02 | Beginn 19:00 | KUFA: Seminarraum/Tanz

Drum and Bass ist *die* elektronische Tanzmusik, die alle Herzen auf 175 bpm und höher schlagen lässt. In diesem Workshop geht es darum, die Basistanzschritte zu erlernen, gemeinsam Schritte auszutauschen, Choreografien zu entwickeln und Raum für ganz viel Kreativität zu lassen. Sei dabei und steppe mit uns zu basslastiger Musik!

Willkommen sind Anfänger*innen und Fortgeschrittene!

Kursleiterin: Janine Gottsknecht aka Geenie ([@geenie.inabottle](https://www.instagram.com/geenie.inabottle))

Mehr zu *DNB-Geenie* lest ihr in diesem Beitrag: [kufa.info/dnb-vor-zurueck-zur-seite-ran/](https://www.kufa.info/dnb-vor-zurueck-zur-seite-ran/)

Anmeldung unter: dnbstep.academy@web.de

regrow – Yoga – Mind – Flow

Sa 06., 13., 20. + 27.02. | Beginn 08:00, Einlass 08:00 | KUFA: Seminarraum | Workshop

Alle tragen Wollsocken, in der Hund-Pose pupst jemand, eine schnarcht während der Gedankenreise und du schaust ständig auf die Uhr? Nicht mit uns! Nicht bei regrow. Wir sind zwar keine Botaniker, dennoch bildet Wachstum eine Grundlage bei regrow: biologisch, psychisch und sozial. Individuell und im Verbund. Nachwachsen soll in unseren Kursen, neben der Lust Körper und Geist zu fordern, auch eine offene Grundeinstellung in dir. Durch modernes Yoga, kräftigende Pilates-Elemente und fließende Bewegungen aus dem Tai-Chi gewinnst du ein neues Körpergefühl. Dass Yoga auch körperlich herausfordernd sein kann, zeigen wir dir. In einem familiären Umfeld kannst du dich mit der Zeit auch auf Meditationsinhalte und Achtsamkeitsübungen einlassen. Deine Gedanken gewinnen an Klarheit und Stärke.

Als Psychologie-Studentin im Master und Kommunikationstrainer freuen wir uns, die unterschiedlichsten Charaktere zu begleiten. Ganz gleich wie reich der Erfahrungsschatz ist, welche Herausforderungen momentan zu bewältigen sind und wie unscheinbar die Veränderung manchmal sein mag: Zusammen wachsen wir! Denn das ist unser Motto bei regrow: No matter how slow, together we grow.

Teilnahme mit Anmeldung bei Marius unter 0179 93 89 736.

Wir freuen uns auf dich!

Jasmina & Marius

Zu den regulären KUFA-Öffnungszeiten wie auch bei Workshops und Veranstaltungen gelten unsere Hygienebestimmungen:

Der Veranstalter verpflichtet sich zur Einhaltung aller Hygieneregeln, die zum Zeitpunkt der Veranstaltung (auch Workshops) in Kraft sind. Aufgrund dieser Bestimmungen haben alle Personen jederzeit einen Abstand von mindestens 1,50 m zu halten und ggf. vorhandene Abstandsmarkierungen auf dem Boden sind zu beachten. Das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes entbindet nicht von der Abstandsregelung. Ein eigener Mund-Nasen-Schutz muss zur Veranstaltung mitgebracht und ordnungsgemäß getragen werden.

Der Veranstalter ist selbst verpflichtet bei Bedarf Desinfektionsmittel zur Verfügung zu stellen. In der KUFA gibt es Waschgelegenheiten. Alle Türklinken sowie Sanitärbereiche werden regelmäßig desinfiziert. Alle Räume werden (ggf. während der Veranstaltung durch den Veranstalter) regelmäßig gelüftet. Ferner bitten wir Sie nur zu kommen, wenn Sie kerngesund sind, d.h. innerhalb der vergangenen 72 Stunden keine Erkältungssymptome, kein Niesen, kein Husten und kein Fieber aufzuweisen hatten. In Workshops und anderen Veranstaltungen hat der Veranstalter darauf zu achten, dass die Platzsituation gewährleistet, den Sicherheitsabstand einhalten zu können.

2. Chronologische Kurzübersicht Februar

Mo | 01.02.2021 | 15:00

Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Coworking und Kennenlernen

Di | 02.02.2021 | 17:30

Workshop: Capoeira
Afro-brasilianischer Percussion-Workshop und Capoeira-Training

Do | 04.02.2021 | 15:00

Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Coworking und Kennenlernen

Do | 04.02.2021 | 19:00

Tanz: DNB Step Kurs
Alternativer Tanzworkshop zu Drum'n'Bass-Musik

Sa | 06.02.2021 | 08:00

Workshop: Regrow
Yoga -Mind – Flow

Sa | 06.02.2021 | 20:30

Konzert: B.B. & The Blues Shacks
Die beste Bluesband Europas

Mo | 08.02.2021 | 15:00

Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Coworking und Kennenlernen

Di | 09.02.2021 | 17:30

Workshop: Capoeira
Afro-brasilianischer Percussion-Workshop und Capoeira-Training

Mi | 10.02.2021 | 21:30

Konzert: Club VEB präsentiert: Bahnhof Motte
Noise/Postpunk/NoWave

Do | 11.02.2021 | 15:00

Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Coworking und Kennenlernen

Do | 11.02.2021 | 19:00

Tanz: DNB Step Kurs
Alternativer Tanzworkshop zu Drum'n'Bass-Musik

Sa | 13.02.2021 | 08:00

Workshop: Regrow
Yoga -Mind – Flow

Sa | 13.02.2021 | 20:00

Comedy: Comedy Cup#3
Schmelztiegel der guten Laune

Mo | 15.02.2021 | 15:00

Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Coworking und Kennenlernen

Di | 16.02.2021 | 17:30

Workshop: Capoeira
Afro-brasilianischer Percussion-Workshop und Capoeira-Training

Do | 18.02.2021 | 15:00

Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Coworking und Kennenlernen

Do | 18.02.2021 | 19:00

Tanz: DNB Step Kurs
Alternativer Tanzworkshop zu Drum'n'Bass-Musik

Sa | 20.02.2021 | 08:00

Workshop: Regrow
Yoga -Mind – Flow

Sa | 20.02.2021 | 12:00

Stadtkultur: Zero Waste
Nachhaltigkeit: Reinigungsmittel selbst herstellen

Sa | 20.02.2021 | 20:30

Konzert: Black Bears Boogie Band
Jazz & Wine präsentiert: A Tribute To Duke Ellington & Billy Strayhorn

Mo | 22.02.2021 | 15:00

Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Coworking und Kennenlernen

Di | 23.02.2021 | 17:30

Workshop: Capoeira
Afro-brasilianischer Percussion-Workshop und Capoeira-Training

Do | 25.02.2021 | 15:00

Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Coworking und Kennenlernen

Do | 25.02.2021 | 19:00

Tanz: DNB Step Kurs

Alternativer Tanzworkshop zu Drum'n'Bass-Musik

Sa | 27.02.2021 | 08:00

Workshop: Regrow

Yoga -Mind – Flow

Sa | 27.02.2021 | 20:30

Konzert: FC Loretta präsentiert: Pyramid

Instrumental/Psychedelic/Rock

3. Unsere Corona-Maßnahmen und Hygieneregeln

Mitteilung zum Coronavirus, Stand: 02.09.2020, 17:00 Uhr

Unsere Hygienemaßnahmen zur Verhinderung der Verbreitung von COVID-19. Der Projektraum Faserwerk hat seine Türen wieder geöffnet. Ab Oktober wird auch die KUFA wieder Veranstaltungen verschiedenster Art anbieten. Um bei all unseren Aktivitäten ein sicheres Kulturerlebnis ermöglichen zu können, haben wir folgende Hygienemaßnahmen ausgearbeitet und bitten unsere Gäste dringend um Beachtung.

Vor Veranstaltungen bei uns im Haus

Es gibt keine Abendkasse! Karten sind ausschließlich im VVK erhältlich unter kufa.info/tickets. Um den Hygieneanforderungen nachzukommen, gibt es ausschließlich 3er- und 2er-Gruppentickets. Damit wird verhindert, dass Menschen, die unterschiedlichen Gruppen/Hausständen angehören, an einem Tisch sitzen. Die Kaufbestätigung bringt ihr bitte in ausgedruckter Form oder per Smartphone am Abend mit. Um ggf. die Infektionskette zurückverfolgen zu können, bitten wir darum, auf jedem Ticket Vor- und Zunamen, Anschrift und Telefonnummer anzugeben. Diese Daten müssen wir einen Monat aufbewahren, danach werden sie vernichtet. Falls ihr diese Daten nicht schon bei der Bestellung angegeben habt, müsst ihr dies vor Ort tun.

Während des Aufenthalts im Haus, vor und nach Veranstaltungen

- Bitte betretet die KUFA nur, wenn ihr euch gesund fühlt, d.h. innerhalb der vergangenen 72 Stunden keine Erkältungssymptome, kein Niesen, kein Husten und kein Fieber aufzuweisen sowie keinen Kontakt zu einer mit dem Corona-Virus infizierten Person hattet.
- Ihr benötigt ab Ankunft in der KUFA bis zu eurem Sitzplatz einen Mund- und Nasenschutz. Auch auf den Wegen zur Theke oder zum WC ist das ordnungsgemäße Tragen der Gesichtsmaske verpflichtend.
- Desinfiziert euch regelmäßig die Hände. Wascht euch ausreichend lange die Hände nach dem Gang zur Toilette. Befolgt die Hust- und Niesetikette.
- Haltet den Mindestabstand von 1,50 m zu anderen Personen ein.
- Unsere Veranstaltungsfläche ist mit Sicherheitsabstand bestuhlt. Bitte haltet euch an die vorgegebenen Laufrichtungen und Abstandsmarkierungen.
- Während der Veranstaltung wird es 2er- bzw. 3er-Sitzgruppen geben. Wir weisen euch vor Ort Plätze zu. Solltet ihr mit einer euch fremden Person an einem Tisch sitzen, empfehlen wir dringend auch am Tisch einen Mund und Nasenschutz zu tragen.

Bitte beachtet ggf. abweichende Regelungen von anderen Veranstalter*innen bzw. Aktualisierungen gemäß der zum Zeitpunkt der Veranstaltung geltenden Bestimmungen in der jeweiligen Programmankündigung. Wir wünschen euch und uns einen angenehmen und sicheren Kulturgenuß. Bei Fragen spricht uns gerne an.

Ebenfalls abrufbar unter: <https://www.kufa.info/coronavirus-kufa-schliesst/>

Weitere Informationen zum zweiten Lockdown gibts unter: <https://www.kufa.info/der-zweite-lockdown-steht-an/>