

## MUSIK

Rockmusik als sinnvolle Freizeitgestaltung:

Hier lernt ihr nicht nur mit Spaß Musik machen, sondern auch andere wichtige Dinge wie Teamgeist, Selbstbewusstsein und Kritikfähigkeit. Die Bands treffen sich einmal in der Woche zur Probe, in der ihnen ein fachkundiger Leiter Unterstützung und Hilfen gibt. Außerdem habt ihr die Möglichkeit zum Einzelunterricht an Gitarre und Schlagzeug.



## TAKE-WON-DO

Der Taek-Won-Do-Unterricht findet Freitagnachmittag von 16.30-18.00 Uhr in der Kulturhalle in Grebenstein statt. Taek-Won-Do ist ursprünglich eine kriegerische Kunst, die sich in Korea entwickelte. Der Name setzt sich aus drei Wörtern zusammen: Teak: Fuß; Won: Faust; Do: Geist. Wörtlich übersetzt heißt Taek-Won-Do soviel wie: „Geistiger Weg durch Hand-und-Fußkampf.“ Jeder Mensch sollte sich oder andere bei einem Angriff erfolgreich verteidigen können. Taek-Won-Do beinhaltet nicht nur das Lernen der Selbstverteidigungstechniken, sondern auch eine gute körperliche Ausbildung, da die Selbstverteidigung „ein Höchstmaß an Aufmerksamkeit, Entschlossenheit, Schnelligkeit, Reaktionsvermögen und Einfühlungsvermögen“ voraussetzt. Jugendlichen bietet das JUZ hier unter fachkundiger Anleitung die Möglichkeit mehr Selbstkontrolle für sich zu erlernen.



# JUGENDZENTRUM

Bunt

und

lebendig

# GREBENSTEIN



## ÖFFNUNGSZEITEN UND GRUPPENANGEBOTE

**Montag**  
15.00-18.00  
18.00-20.00  
19.15-21.00

NACHHILFEGRUPPEN IM JUZ NACH ABSPRACHE  
**OFFENER JUGENDTREFF**  
THEATER-/FILM AG 2 „JUGENDGESCHICHTEN“

**Dienstag**  
VORMITTAGS  
15.00-18.00  
18.00-21.00  
19.00-21.00

BESUCH VON KLASSEN IM JUZ N. ABSPRACHE,  
5. KLASSEN LERNEN JUZ KENNEN,  
PROJEKTE: „NATURNAH  
NACHHILFEGRUPPEN IM JUZ NACH ABSPRACHE  
**OFFENER JUGENDTREFF**  
Videoexperimente

**Mittwoch**  
16.00-18.00  
17.00-20.00  
19.30-22.00

NACHHILFEGRUPPEN IM JUZ NACH ABSPRACHE  
**OFFENER JUGENDTREFF**  
WERKSTATT FÜR AUSDRUCK., TANZ, GESANG,  
LITERATUR UND THEATER.  
„DIE GREBENSTEINER THEATERGRUPPE.“

**Donnerstag**  
15.00-18.00  
15.00-20.00  
17.00-20.00  
16.00-19.00

NACHHILFEGRUPPEN IM JUZ NACH ABSPRACHE  
**OFFENER JUGENDTREFF**  
offenes Malatelier  
GITARREINZELUNTERRICHT

**Freitag**  
VORMITTAGS  
15.00-18.00  
16.15-18.00

NACH ABSPRACHE  
BASTELN UND TECHNIK (8-12 JAHRE)  
SELBSTVERTEIDIGUNG MIT TAEK-WON-DO  
(KULTURHALLE)

18.30-21.30

**OFFENER JUGENDTREFF**