

# Kurse + Angebote 2024

## Yoga für Körper, Geist und Seele

Durch Yoga- und Atemübungen und Entspannung zur Harmonie von Körper, Geist und Seele.

Der Kurs der Yogalehrerin Aline Börner richtet sich an Männer und Frauen mit wenig oder mehr Yoga-erfahrung und wird von vielen Krankenkassen gefördert. Geübt wird im Yoga Vidya Stil mit seinem Variantenreichtum.

Bitte bequeme Kleidung, Matte und Decke mitbringen.

Montags 19.30 bis 21.00 Uhr,

Einstieg jederzeit möglich.

Neuer Kurs 16.9. bis 2.12.2024, ausgenommen Ferien.

10 Abende 165 € oder 10er-Karte flexibel nutzbar 185 €

## Kräuterkurse

Pflanzen erkennen, erfühlen, erschmecken – mit allen Sinnen erfahren.

Die Heilpraktikerin, Phytotherapeutin und Homöopathin Sigrid Schellhaas bietet Erlebnis-Kräuterwanderungen auf den Höhen in Rauenthal an. Die gesammelten Kräuter werden gemeinsam verarbeitet, je nach Jahreszeit zu Pesto, Kräutersoßen, Salaten, Pflanzenauszügen oder Hustenbalsam.

Die Kurse sind einzeln buchbar, Kinder sind sehr erwünscht und kostenfrei

Samstag 17.8. und 12.10. jeweils 14.00 - 18.00 Uhr

35 € pro Termin inkl. Material

## Klimawandel Was können wir tun?

Wir müssen was tun! Ideen gegen die Hilflosigkeit.

"The Week" eine Filmreihe zum Klimawandel.

Der erste Teil am 8.10. um 19.00 Uhr ist eine wissenschaftliche Bestandsaufnahme und es wird gezeigt, was in den nächsten 30 Jahren auf uns zukommt.

Im zweiten Teil am 15.10. um 19.00 Uhr geht es darum, wie wir mit dem Klimawandel und den damit verbundenen Folgen aktuell umgehen.

Im dritten Teil (wir sind noch in der Terminplanung)

geht es darum, wie wir ganz konkret und konstruktiv dem Klimawandel entgegensteuern können.

Jeder Film dauert eine Stunde und anschließend möchten wir uns über die Eindrücke etwa eine halbe Stunde gemeinsam austauschen.

Mindestalter 15 Jahre.

Vielleicht entsteht aus dieser Veranstaltungsreihe ja ein Rauenthaler-Klima-Club

## Sommer-Trainingsangebot für "eingesperrte" Füße

Ein ganzheitliches Training für alle, die ihren Füßen etwas Gutes tun wollen. Der Sommer lädt ein zu einem Außentreffen an der Rauenthaler Grillhütte mit Barfuß-Spaziergang und Wassertreten.

Es gibt noch vieles, was wir unseren Füßen Gutes tun können: Kneipp-Anwendungen stärken Kreislauf und Immunsystem. Mit Wahrnehmungsübungen beim Barfuß-Spaziergang bekommen unsere Füße "Auslauf". Wir machen Fußübungen, die unseren Füßen wieder beweglicher werden lassen, die Muskulatur wird trainiert und dadurch entsteht Stabilität. Denn die Füße sind unsere Basis! Kursleitung Heidrun Bayer-Ries.

Termin 27.8 2024 von 17 bis 18.30 Uhr, Kursgebühr 25 €  
Treffpunkt Parkplatz Grillhütte Rauenthal

## Ehrliches Mitteilen Lokale offene Gruppe

Wir Menschen sind dazu ausgestattet, uns gegenseitig zu regulieren. Ausgangspunkt dafür ist die authentische Kommunikation im Hier und Jetzt: Das Mitteilen der eigenen Befindlichkeiten auf Körper-, Gefühls-, Gedankenebene. Die jeweils anderen Teilnehmenden hören wohlwollend und hingewendet zu. Der einfach strukturierte Prozess führt dazu, dass wir in Kontakt kommen mit uns selbst und den anderen und somit in heilsame Entspannung gelangen.

Bitte Decke und bequeme Kleidung mitbringen. Raumspende erbeten, Leitung: Nicole Stotz, Dorothea Andres.  
Info: [www.traumaheilung.net](http://www.traumaheilung.net)

Mittwochs 19.00 bis ca. 21.00 Uhr

Beginn 25.9. bis Jahresende, max. 8 Teilnehmende

# Impressum

Soziokulturelles Zentrum KuTa

Kultur- und Tagungshaus Rauenthal

Verein zur Förderung von Kommunikation, Kultur und Bildung e.V.

Hauptstraße 6

65345 Eltville-Rauenthal

Für alle Veranstaltungen und Kurse bitten wir um Anmeldung

Kontakt

[info@kuta-rauenthal.de](mailto:info@kuta-rauenthal.de)

Tel. (06123) 744 12

[www.kuta-rauenthal.de](http://www.kuta-rauenthal.de)

Bankverbindung

IBAN: DE19 5105 0015 0110 0057 84

BIC: NASSDE55XXX

Wir sind Mitglied der Landesarbeitsgemeinschaft der Kulturinitiativen und soziokulturellen Zentren in Hessen LAKS Hessen e.V. und des BDP Bund Deutscher PfadfinderInnen.

Die Veranstaltungen laufen mit freundlicher Unterstützung des Hessischen Ministerium für Wissenschaft und Forschung, Kunst und Kultur, der Naspas Stiftung, Geib Events sowie ISI Event. "Wir leben Demokratie!" ist eine Kampagne des Bundesverband Sozio-kultur und seiner Landesverbände.

## Bio-Milchschäferei Rauenthal

Gabriele Rindler und Stefanie Börner.

Verkaufszeiten für Käse aus Schafrohmlach ab etwa Juli bis November: Sa 10.00 - 12.00 und Di 18.00 - 19.00 Uhr. Außerdem Schaffelle, Schafwollpellets und Fleisch auf Bestellung. Tel. Schäferei (06123) 999 622

# PROGRAMM

## 2. Halbjahr

# 2024



Soul Sisters – The Magic of Voice

- 4.8. Soul Sisters – The Magic of Voice
- 12.9. Je Suis Venue! – Performance
- 19.9. Martin Fromme – Comedy
- 26.9. Faszienmassage – Vortrag & Praxis
- 2.10. Djulia & Band – Konzert und Tanz
- 31.10. Antonio Malinconico – Gitarre
- 14.11. Andreas Hertel Trio – Konzert
- 16.12. Heiliger Bimbam – Weihnachtsmärchen



Sonntag **4.8.2024** 18.00 Uhr Kirchplatz

## Soul Sisters The Magic of Voice



Mit viel Charme, unbändiger Musikalität und einer gehörigen Prise Humor singen sich die Soul Sisters in die Herzen des Publikums und bezaubern durch ihre einzigartigen Stimmen.

Die drei Ladies nehmen uns mit auf eine Klangreise durch die Historie der berühmten Vokal-Gruppen der 1960er bis heute und bestechen durch Entertainment der Extraklasse. Dunja Koppenhöfer, Sängerin und Vocal-Coach aus dem Rheingau | Menna Mulugeta, eine äthiopische Schönheit mit großer Stimme | Michelle Poole aus dem Rhein-Main-Gebiet mit deutsch-amerikanischen Wurzeln.

**In Zusammenarbeit mit dem Traditionsverein Rauenthal. Der Weinbrunnen ist geöffnet.**

Eintritt 12 € Bitte reservieren

Donnerstag **12.9.2024** 19.30 Uhr KuTa

## JE SUIS VENUE! von irgendwo



Das Performance Projekt handelt von Geschichten über kleine und große Reisen, über das Weg-gehen und das An-kommen, über das Entdecken von Neuem

sowie Bekanntem, von dem Überwinden von Hindernissen und auch von Scheitern. Vielleicht auch davon, sich wieder erneut auf den Weg machen zu müssen, um irgendwo anders anzukommen...

Eine Kooperation zwischen der Frankfurter Theaterinitiative T-LAP und der Compagnie La Clé du Quai (Frankreich) im Rahmen der Partnerschaft HESSEN/NOUVELLE AQUITAINE mit freundlicher Unterstützung des Ministeriums für Wissenschaft und Kunst, des DFJW und des Kulturamts Frankfurt am Main. Weitere Infos unter: [www.t-lap.org](http://www.t-lap.org)

Eintritt frei

Donnerstag **19.9.2024** 19.30 Uhr KuTa

## Martin Fromme Comedy



Zum ersten Mal im KuTa. Comedy mit einer klaren Haltung und das will schon etwas heißen bei eindeutiger Schiefelage. Humor und Behinderung können Hand in Hand gehen... wenn eine fehlt! Martin Fromme hinterfragt ironisch Vorurteile und provoziert mit seinen Statements zum Umgang mit Menschen mit Behinderung.

Gleichzeitig baut er eine Brücke. Einfach mal über die eigenen Unzulänglichkeiten lachen und so zur Normalität finden. Sein Humor baut Ängste ab und bricht mit den Tabus. Martin Fromme ist 1962 geboren, hat schon 1.800 Bühnenauftritte und zahlreiche Fernseauftritte hinter sich. Deutschlands einziger asymmetrischer Komiker.

Eintritt 18 € Bitte reservieren

Donnerstag **26.9.2024** 19.30 Uhr KuTa

## Faszienmassage Vortrag & Praxis



Erlernen Sie eine neue Form der Selbstbehandlung bei Schmerzen.

In 2 1/2 Stunden erlernen Sie, eine neue Behandlungsmethode

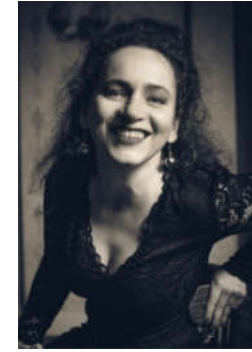
mit dem Faszienholz bei sich anzuwenden. Innerhalb weniger Minuten kann man eine starke Linderung erreichen und auf längere Sicht sogar Heilung von Schmerzen im Bewegungsapparat. Die Methode basiert auf tiefen und punktgenauen Akupressuren und eignet sich bei akuten, chronischen oder postoperativen Schmerzen. Zum Einsatz kommen dabei die von Mike Detzel entwickelten Faszienhölzer aus eigener Manufaktur in Wiesbaden.

Weitere Infos auf [www.keine-schmerzen-mehr.net](http://www.keine-schmerzen-mehr.net)

Eintritt 5 € Bitte reservieren

Mittwoch **2.10.2024** 19.30 Uhr KuTa

## Djulia & Band Konzert



New-Wave- und Rock-Klassiker in unerhörten Versionen. Die überbordende Musikalität und stilistische Vielseitigkeit dieser charmanten Band ist in ihren neuen Arrangements zu hören. Die quirlige Frontfrau und Sängerin Djulia verleiht den Songs eine neue Tiefe und zeitgemäße Frische. Mal hinreißend, lustvoll und voller Power, mal zerbrechlich, sinnlich und einfühlsam. Unterstützt wird sie dabei von Eduard Stoppel, Piano | Andreas Dengel, Gitarre | Jörg Kirsch, Bass | Christoph Jung, Drums. Allesamt musikalische Freigeister, die den improvisatorischen Freiraum suchen und geschmackvoll groovend zu füllen verstehen.

Teilbestuhlung - Tanzen ist möglich

Eintritt 18 € Bitte reservieren

Donnerstag **31.10.2024** 19.30 Uhr KuTa

## Antonio Malinconico Gitarre



Antonio Malinconico ist Gitarrenleidenschaft pur. Zwei Jahrzehnte ist er schon unterwegs in Konzertsälen, Cafes oder Jazzkellern und begeistert die Menschen in der Schweiz,

in Deutschland, Italien, Türkei, Argentinien und Japan. Im Zentrum steht bei ihm die argentinische Musik, Tango, Folklore – Leidenschaft und Melancholie. Geboren und aufgewachsen ist er in der Schweiz, seine Wurzeln liegen jedoch im südlichen Italien bei Neapel. An der Züricher Hochschule der Künste hat er sein Studium mit Auszeichnung bestanden. Virtuosität ist klar, er aber möchte dem Klang Liebe und Leidenschaft verleihen, Flügel und Tiefe. Ein intensives Konzert – jetzt auch in Rauenthal.

Eintritt 16 € Bitte reservieren

Donnerstag **14.11.2024** 19.30 Uhr KuTa

## Andreas Hertel Trio Konzert



Das Andreas Hertel Trio präsentiert sein neuestes Album "Blue Bop". Mitreißender Swing, funky Grooves, lebensfroher Latin, gefühl-

volle Balladen - eine bunte Palette gehört zum Programm. Andreas Hertel hat sein Jazz-Klavier-Studium in den 90er Jahren im Mainz mit Diplom abgeschlossen und mittlerweile bereits 10 Alben, vorwiegend mit Eigenkompositionen, veröffentlicht. Er spielt im Trio mit zwei weiteren Vollblutmusikern, der "Lady Bass" Lindy Huppertsberg und dem virtuosen Schlagzeuger Jens Biehl. Ein elegantes, swingendes, feines Konzert.

Eintritt 18 € Bitte reservieren

Montag **16.12.2024** 10.30 Uhr KuTa

## Heiliger Bimbam Kindertheater



Weihnachtstheater für Kinder ab 6 Jahren mit dem Theater Lakritz aus Darmstadt.

So hat sich Aushilfsrauschgoldengel Sanna ihren Heiligabend nicht vorgestellt:

Gerade will sie Feierabend machen – da gehen plötzlich die Lichter aus, die Türen schnappen zu und sie ist im Kaufhaus vergessen worden. Als wäre das noch nicht genug der Festtagskatastrophe: Ausgerechnet der tüdelige Stammkunde Claus Claussen hat es auch nicht mehr rechtzeitig zum Ausgang geschafft. Nun sitzen die beiden zusammen fest, statt zu Hause im Familienkreis zu feiern. Muss Weihnachten für Sanna und Claus diesmal etwa ausfallen? In Kooperation mit dem Rauenthaler Kinderkulturverein.

