

Die KinderKultur – Held*innen Workshops



01. Clownerie

Entdeckt, was ein Clown alles machen kann! Spiel, Spaß und Abenteuer verspricht die Suche nach einer Geschichte, in der jeder ein Clown sein kann. Wenn du schon immer mal wissen wolltest, wie es sich anfühlt eine rote Nase zu tragen und sich in einen Clown zu verwandeln, dann bist du hier genau richtig. Ihr werdet euch viele Geschichten ausdenken und diese auf der Bühne spielen.

07. Trampolin

Die Station für kurzzeitige Schwerelosigkeit haben wir auch dabei. Diese katapultiert euch geradewegs über die Wolken an denen die Trapeze befestigt sind. In der Luft bleibt dann genug Zeit für coole Posen, Rollen und eventuell sogar einen Salto. Ihr werdet über Hindernisse springen und immer wieder sicher auf der dicken Matte landen. Wer Spaß beim in die Lüfte springen hat, sollte zum Trampolin kommen.

02. Akrobatik

Große Pyramiden und verrückte Rollen werden zu schönen Bildern mit vielen Leuten, oder Löwen oder Äffchen zusammengebaut und das ist gar nicht so schwer. Wir brauchen Große, Kleine, Schwere, Leichte, Jungs und Mädchen! Alle können mitmachen. Ihr braucht für Akrobatik keine Vorkenntnisse. Hauptsache Ihr habt Spaß daran Euch zu bewegen.

08. Luftartistik/Trapez

Kletteräffchen aufgepasst. Unter dem Himmelszelt oder dem Turnhallendach werdet Ihr mit Leichtigkeit den Boden unter den Füßen verlieren. Direkt an den Wolken über der Zirkusstadt sind die großen Schaukeln befestigt, auf denen man wunderschöne Figuren lernen kann. Man darauf sitzt, daran hängen oder sogar stehen. Ihr braucht keinerlei Vorerfahrungen oder besondere Voraussetzungen. Wenn Du Dir die Welt schon immer mal von weiter oben anschauen wolltest, dann schwing dich mit uns hoch aufs Trapez.

03. Balance mit Kugeln

Kennt Ihr die großen bunten Kugeln, auf denen Artisten durch die Manege laufen? Auf einer solchen Kugel zu sitzen oder gar zu stehen ist gar nicht so einfach. Aber auch darüber zu hüpfen und auf dem Bauch zu rollen macht großen Spaß. Mit viel Geduld und Spaß an der Bewegung könnt ihr es die Woche ausprobieren, wie es sich auf einer solchen Kugel balancieren lässt. Wer weiß, vielleicht werdet Ihr zu einer diesen Artisten, die die großen Kugeln durch die Manege schweben lassen.

09. Parcours

Über Kästen fliegen, geschmeidig über Matten rollen und senkrechte Wände bezwingen? Im Parcours Workshop wirst du zum Action-Helden! Du lernst, wie du jedes Hindernis im Viertel blitzschnell, elegant und sicher überwindest. Mit ein bisschen Mut, coolen Tipps von den Profis und etwas Übung balancierst und springst du schon bald über spektakuläre Hürden. Am Ende der Woche erobert du mit deinen besten Tricks die ganz große Bühne!

04. Jonglage/Diabolo

Durch die Luft fliegen können Tücher, Bälle, Keulen und noch vieles mehr. In diesem Workshop lernst Ihr viele Jongliersachen kennen und wie sie durch die Luft fliegen, um dann wieder in euren Händen zu landen. Mit vielen Spielen entdeckt ihr den Spaß am Jonglieren und den Zauberingern Namens Diabolo und werdet sehen wie gut es sich mit Karamell Bonbons und rot, weiß gestreiften Lolli's jonglieren lässt!

10. Band

Eine Zirkusstadt unter einer großen, bunten Kuppel braucht ihren ganz eigenen Sound! Wenn du Lust hast, den Artisten den perfekten Soundtrack zu verpassen, bist du hier genau richtig. Egal ob mit deiner Stimme oder an den Instrumenten – Vorkenntnisse brauchst du keine, nur jede Menge Spaß an Rhythmus und Melodien. Falls du schon ein Instrument spielst, bring es einfach mit! Lass uns gemeinsam die Zirkuskuppel zum Beben bringen und die Festival-Hymne rocken!

05. Tanz/HulaHoop

Lass die Reifen kreisen und bring die Bühne zum Beben! In diesem Workshop dreht sich alles um coole Rhythmen, jede Menge Spaß und Bewegung. Du lernst nicht nur die besten Hula-Hoop-Tricks kennen, sondern entwickelst gemeinsam mit deiner Crew eine eigene, mitreißende Choreografie. Hier kannst du dich kreativ völlig austoben, dein Körpergefühl stärken und zeigen, welche tänzerischen Superkräfte in dir stecken. Musik an, Reifen schnappen und los geht's!

06. Einrad

Auf zwei Rädern durch die Welt zu fahren macht schon großen Spaß, aber was passiert, wenn man nur ein Rad zur Verfügung hat? Ihr werdet staunen, was man mit ein wenig Übung und Ausdauer mit nur einem Rad alles machen kann. Im Einradworkshop erlernt ihr das Fahren auf einem Rad und kleine Tricks für eine schöne Zirkusnummer.

So, jetzt weißt du genau Bescheid, was dich bei uns alles erwartet! Natürlich können nicht immer alle Erstwünsche in Erfüllung gehen, aber lass dich überraschen – vielleicht kommt ja sogar noch eine ganz neue Disziplin dazu. Sei offen und probiere ruhig etwas aus, was du dir bisher gar nicht zugetraut hast. Umso großartiger ist das Gefühl, wenn du es am Ende allen zeigst und über dich hinauswächst!

Viel Spaß, Action und Durchhaltevermögen wünscht dir dein Orgateam!



KiKuFe 2026

Hotline: 0151 52 49 61 42

quartiersmanagement@awo-rudolstadt.de