

**CABUWAZI Altglienicke**  
Venusstraße 90  
12524 Berlin  
Tel. (030) 2 21 97 66-0  
altglienicke@cabuwazi.de

[www.cabuwazi.de](http://www.cabuwazi.de)



Gefördert von:



Das Projekt wird gefördert aus Mitteln des bezirklichen Integrationsfonds (Treptow Köpenick). Der Integrationsfonds ist eine Maßnahme des Gesamtkonzepts zur Integration und Partizipation Geflüchteter.



**Spendenkonto**  
Bank für Sozialwirtschaft  
DE19 3702 0500 0001 2084 10  
BIC BFSWDE33BER

CABUWAZI unter der Trägerschaft  
der GrenzKultur gGmbH  
Bouchéstraße 75, 12435 Berlin

欢迎  
bienvenue  
welcome  
добро пожаловать  
hoşgeldiniz  
willkommen  
bienvenido  
ترحيب

Refugees  
Welcome

Fotos: © Marcel Wogram, Illustrationen: © Friederike Mühlbach



2024 feiern wir  
Geburtstag!

# ALTGLIENICKE TRAININGSPLAN AKTUELLES

[WWW.CABUWAZI.DE](http://WWW.CABUWAZI.DE)



## CABUWINZIG-Shows

Sa, 25. Mai, 10 und 14 Uhr

Hier zeigen sich die Kleinen ganz groß!  
Sei dabei, wenn die CABUWINZIGs zum ersten Mal auf der großen Bühne stehen!

Eintritt: 7/3 € ermäßigt

## Kinderfest Altglienicke –

### Tag der offenen Zelte

Sa, 01. Juni, 14 – 18 Uhr

Wir feiern ein buntes Fest mit Mitmachzirkus, Outdoorspielen, Kinderschminken, Bastelangeboten, einer Zirkusshow und vielem mehr. Das Fest ist ein Gemeinschaftsprojekt von CABUWAZI und ASP Waslala (FIPP e.V), mit jeder Menge Unterstützung von Partner:innen aus dem Kiez.

Eine Anmeldung ist nicht notwendig, komm einfach vorbei.

## Schulprojektwochen im Zirkus

Unterricht einmal ganz anders. In unseren Projektwochen wachsen die Teilnehmenden nicht nur über ihre eigenen Grenzen hinaus, sondern auch in ein soziales Gefüge hinein. Zum Abschluss wird das Erlernte in einer selbstentwickelten Zirkusshow präsentiert. Für weitere Informationen sprich uns gerne an.

Die Abschluss-Shows können kostenfrei besucht werden. Gruppen ab 10 Personen bitten wir sich vorher unter [altglienicke@cabuwazi.de](mailto:altglienicke@cabuwazi.de) anzumelden.

Deine Schule hat Interesse?  
Wir haben noch freie Kapazitäten. Anfragen unter [altglienicke@cabuwazi.de](mailto:altglienicke@cabuwazi.de)



## Manegenzauber

Fr, 29. November, 18 Uhr (Premiere)

Sa, 30. November, 15 Uhr

Mo, 02. Dezember, Schulvorstellung

Fr, 06. Dezember, 18 Uhr

Sa, 07. Dezember, 15 Uhr

Mo, 09. Dezember, Schulvorstellung

Mo, 16. Dezember, Schulvorstellung

Im Dezember wird es magisch in unserem Zelt – denn Adventszeit ist Manegenzauberzeit.

In der Weihnachtsshow präsentieren die Kinder und Jugendlichen unserer Trainingsgruppen, was sie im vergangenen Jahr gelernt haben und verweben in aufwendigen Eigenproduktionen klassische Zirkusnummern mit modernen Theater- und Tanz-Elementen.

Weitere Informationen zur Buchung und Preise findest du ab November unter [cabuwazi.de/events](http://cabuwazi.de/events)

## Zirkusferien

Für alle ab 7 Jahre, nur mit Anmeldung [cabuwazi.de/events](http://cabuwazi.de/events)

Montag bis Freitag 10 – 16 Uhr

Fünf Tage Workshop inkl. warmem Mittagessen kosten regulär 199 €.

### Sommer-Zirkusferien

Mo, 22. Juli – Fr, 26. Juli

Mo, 29. Juli – Fr, 02. August

Mo, 19. August – Fr, 23. August

Mo, 26. August – Fr, 30. August

Abschluss-Show – jeweils freitags um 14 Uhr

Bei allen Abschluss-Shows ist der Eintritt frei!

Alle Zirkusferienwochen für 2024 sind auf unserer Programmübersicht auf [cabuwazi.de](http://cabuwazi.de) veröffentlicht. Du kannst also schon jetzt die Ferien bei CABUWAZI planen. **Die Buchung ist jeweils am Montag nach Ende der letzten Ferien möglich.**

In  
Planung

## Mixed Training

„Mixed Training“ ist offen für alle ab 18 Jahre, die ihre Kraft, Flexibilität und Ausdauer trainieren wollen. Im Mittelpunkt des Trainings stehen die Disziplinen Akrobatik, Handstand, Luftakrobatik und Chinese Pole.

Ab 18 Jahre, Kursgebühr 65 Euro pro Monat pro Person.

Anmeldung unter [cabuwazi.de](http://cabuwazi.de)

Der Kurs startet, sobald es genügend Anmeldungen gibt!

## CABUFAMILY mit dem Schwerpunkt AcroYoga

Bei CABUFAMILY können Familien gemeinsam in die Welt des Zirkus und AcroYogas eintauchen. Der Kurs stärkt nicht nur die sozialen, physischen und motorischen Fähigkeiten, sondern vertieft die Bindung zueinander. Denn hier heißt es: voneinander und miteinander lernen.

Für Kinder von 5 bis 12 Jahre und ein erwachsenes Familienmitglied. Kursgebühr 65 Euro im Monat für ein Kind und das Familienmitglied, Preise für weitere Familienmitglieder auf Anfrage.

Der Kurs startet, sobald es genügend Anmeldungen gibt!

## AcroYoga

Akroyoga vereint Akrobatik, tänzerische Leichtigkeit, Elemente der Thai-Massage, Atemtechniken und Formen von Yoga-Übungen: Beim AcroYoga findest du von allem etwas. Durch die Partner:innenübungen lernst du, dich auf den anderen einzulassen und bekommst dadurch mehr Vertrauen zum/r Partner:in, aber auch zu dir selbst.

Ab 16 Jahre, Kursgebühr 65 Euro im Monat pro Person

Der Kurs startet, sobald es genügend Anmeldungen gibt!

## Tuch intensiv

Dieser leistungsorientierte Kurs ist unser neues Wochenendhighlight. Hier werden die bunten Tücher erklommen und du stärkst Körperspannung, Muskelkraft und Selbstbewusstsein. Du lernst aufregende Tricks und Abfolgen, die später auf der Bühne in einer Show präsentiert werden können.

Von 9 bis 17 Jahre, Kursgebühr 55 Euro im Monat pro Person

Der Kurs startet, sobald es genügend Anmeldungen gibt!

## Tuch intensiv für Erwachsene

Wolltest du dich immer schon einmal wie ein:e Luftartist:in durch die Lüfte schwingen? In diesem Kurs bieten wir dir die Möglichkeit, das Tuch kennenzulernen und Einblicke in die Nummernarbeit zu gewinnen. Mach dich darauf gefasst, dass du kräftiger und flexibler werden wirst.

Ab 18 Jahre, Kursgebühr 65 Euro im Monat pro Person

Der Kurs startet, sobald es genügend Anmeldungen gibt!

# TRAININGSPLAN CABUWAZI ALTGLIENICKE

Ab 01. Mai 2024

Dieser Plan gehört:

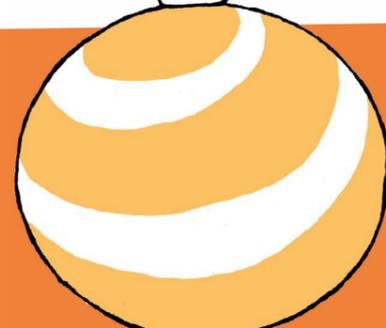
	MONTAG			DIENSTAG			MITTWOCH			DONNERSTAG			FREITAG			SAMSTAG	
	Trampolinturm	Luftturm	Rhönradhalle	Trampolinturm	Luftturm	Rhönradhalle	Trampolinturm	Luftturm	Rhönradhalle	Trampolinturm	Luftturm	Rhönradhalle	Trampolinturm	Luftturm	Rhönradhalle	Outdoor/ Trampolinturm	Luftturm
12:00																	
12:30																	
13:00																	
13:30																	
14:00																	
14:30																	
15:00	CABUWINZIG			CABUWINZIG			CABUWINZIG			CABUWINZIG			CABUWINZIG				
15:30	CABUWINZIG			CABUWINZIG			CABUWINZIG			CABUWINZIG			CABUWINZIG				
16:00	CABUWINZIG	Luft-Ring Grundkurs		CABUWINZIG		Offenes Training	CABUWINZIG			CABUWINZIG		Kugel Grundkurs	CABUWINZIG			Offenes Training	
16:30	CABUWINZIG	Luft-Ring Grundkurs		CABUWINZIG		Offenes Training	CABUWINZIG			CABUWINZIG		Offenes Training	CABUWINZIG			Offenes Training	
17:00			Rhönrad Grundkurs						Offenes Training			Offenes Training				Einrad	
17:30			Rhönrad Grundkurs						Offenes Training			Offenes Training				Einrad	
18:00	Trampolin Grundkurs	Trapez & Tuch Grundkurs				Jonglage & Diabolo Grundkurs	Trampolin 2 ab 11 Jahre	Tuch 2 ab 10 Jahre				CABUFAMILY	Mixed Training				Tuch
18:30					Trapez 2 Fortgeschrittene	Jonglage & Diabolo Grundkurs	Trampolin 2 ab 11 Jahre	Tuch 2 ab 10 Jahre				CABUFAMILY	Mixed Training				Tuch
19:00			Rhönrad 2 Fortgeschrittene												Jugend- gruppe		
19:30			Rhönrad 2 Fortgeschrittene												Jugend- gruppe		
20:00													AcroYoga ab 16 Jahre				
20:30													AcroYoga ab 16 Jahre				
21:00																	

In Planung: Die Kurse starten in den kommenden Wochen. Du kannst dich jetzt schon auf die Teilnehmendenliste unter [cabuwazi.de](http://cabuwazi.de) setzen. Wir laden dich dann zum Probetraining ein.

- = CABUWINZIG (45 €/Monat) ab 4 Jahre
- = Offenes Training \* – ab 9 Jahre
- = Grundkurs \* – ab 9 Jahre
- = Intensivkurs (55 €/Monat) – ab 9 Jahre

- = CABUFAMILY (65 €/Monat) – 5 bis 12 Jahre und Erwachsene (Preis pro Duo)
- = Zirkuskurse – ab 14 Jahre
- = Erwachsenenkurs (65 €/Monat) ab 18 Jahren

\* auf Spendenbasis



Alle Trainings (außer Offene Trainings) nur mit Anmeldung.  
Die Kurse finden nicht in den Schulferien statt

Das gesamte Programm findest du ebenfalls online auf unserer Programmseite unter [www.cabuwazi.de](http://www.cabuwazi.de). Hier kannst du dich online für alle Kurse anmelden und ein Probetraining vereinbaren bzw. dich für manche Kurse auf die Warteliste setzen lassen.

