

# Circus Circuli-Stundenplan

06.04.-09.04.2020

UHRZEIT	KURS	WAS IHR BENÖTIGT	Moderator*in
<b>Montag 06.04.</b>			
14:00-15:00	<b>Botnang Gruppen Treff (Gruppe 1-3)</b>	Hier dürfen alle Kinder aus den Botnang Gruppen teilnehmen	Trainer (Circuli)
15:30-16:30	<b>Bauch, Beine, Po</b> (Susanne)	Yogamatte oder Decke	Dennis (Circuli)
17:00-18:00	<b>Krafttraining</b> (Carina)  OFFENER KURS (siehe Link unten)	Yogamatte oder Decke, Hanteln oder 2 Wasserflaschen	(KJH Fasi)
<b>Dienstag 07.04.</b>			
14:00-15:00	<b>Kinder Yoga</b> (Susanne)	Yogamatte oder Decke	Dennis (Circuli)
15:30-16:30	<b>Circuli Tanz</b> (Lena)	etwas Platz zum tanzen	(KJH Fasi)
17:00-18:00	<b>Schulter und Rücken Mobilität</b> (Carina)	Yogamatte oder Decke, Sofa oder Bett, Springseil oder ähnliches	Katha (Circuli)

<b>Mittwoch 08.04.</b>			
14:00-15:00	<b>Sillenbuch Gruppen Treff</b>	Hier dürfen alle Kinder aus den Sillenbuch Gruppen teilnehmen	Trainer (Circuli)
15:30-16:30	<b>Krafttraining Rücken und Arme</b> (Susanne)	Yogamatte oder Decke, Hanteln oder Wasserflaschen, Besenstiel	Dennis (Circuli)
17:00-18:00	<b>Jonglage 5 Ball Vorübungen</b> (Dennis)	5 Bälle, 3 Bälle sicher jonglieren, 1-2 Tricks schon können	Carina (Circuli)
<b>Donnerstag 09.04.</b>			
14:00-15:00	<b>Circus Osterkörbchen basteln</b> (Katha)	Papp-Obstschälchen o.ä., Tonkarton in verschiedenen Farben, Malutensilien, Schere, Klebestift	(KJH Fasi)
15:30-16:30	<b>Anfänger Hula</b> (Inga)	einen Hula, etwas Platz	Susanne (Circuli)
17:00-18:00	<b>Faszien Stretching</b> (Carina)	Yogamatte oder Decke, Faszienrolle oder Nudelholz, Tennisball	Katha (Circuli)

Wir wollen diese Woche gerne noch einmal einen **OFFENEN KURS** ausprobieren. Ihr dürft dazu gerne Freunde von euch einladen. Bitte stellt den Link NICHT online sondern schickt ihn nur euch gut bekannten Leuten zu! Wir probieren das diese Woche am Montag aus. Für diesen Kurs dann bitte folgenden LINK nutzen: <https://zoom.us/j/642268608>

## **Circus Circuli-Wochenchallenge 2: „Das außergewöhnlichste Circus-Osterei“**

Liebe Artist\*innen,  
wir wollen etwas Neues ausprobieren und mit euch kreativ durch die Corona-Zeit gehen.  
Dazu fordern wir euch in unserer Circus Circuli-Wochenchallenge heraus.

In der zweiten Woche geht es darum, das **außergewöhnlichste Circus-Osterei** zu gestalten.  
Ob ausgeblasen oder hartgekocht, beklebt oder bemalt, als Figur oder Circusutensil, eurer Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt.

Weitere Informationen und ein paar Anregungen findet ihr ab Montag, 06.04.2020 in unserem Circusblog unter <https://www.circuscirculi.de/de/blog>

Um an unserer Challenge teilzunehmen, sendet uns einfach ein Foto eures Circus-Ostereis bis Freitag, 10.04.2020 an [circuscirculi@jugendhaus.net](mailto:circuscirculi@jugendhaus.net) mit dem Betreff „Wochenchallenge“ oder per WhatsApp an 01638662914.  
Ein tolles Circus Circuli-Paket wartet auf den\*die Gewinner\*in.

Wichtiger Hinweis: Wir wollen aus allen eingegangenen Bildern eine Collage erstellen, die auf unserer Homepage veröffentlicht werden soll. Falls ihr euer Bild nicht veröffentlichen wollt, so teilt uns das bitte mit. Bei weiteren Fragen könnt ihr uns immer gerne kontaktieren.

Wir freuen uns auf eure Fotos.  
Euer Circus Circuli-Team

### **NUTZUNG VON ZOOM**

Die Kurse finden über die Online Plattform „Zoom“ statt. Hierzu eine kurze Erklärung zur Nutzung der Plattform:

**„Zoom“ auf dem Handy oder Tablet** Wer an den Kursen über ein Smartphone oder ein Tablet teilnehmen möchte muss sich die kostenlose App von „Zoom Cloud Meetings“ auf das Handy laden. Und anschließend auf den untenstehenden Linke klicken. Der Onlinekurs sollte sich nun selbständig über die App öffnen und man muss nur noch die Nutzung von Audio und Video genehmigen.

**„Zoom“ auf dem Laptop oder PC** Wer an den Kursen über einen Laptop oder einen PC teilnehmen möchte muss nur auf den untenstehenden Linke klicken. Der Onlinekurs sollte sich nun selbständig öffnen und man muss nur noch die Nutzung von Audio und Video genehmigen.

Zoom Link: <https://zoom.us/j/3519498278>

Wir empfehlen die Nutzung eines Laptops da das Bild auf einem Smartphone doch recht klein ist! **Man kann auch ohne eine Kamera und Audio am Kurs teilnehmen!**

Bitte ändert euren Namen nach dem Einloggen zu „Vorname Zirkusgruppe“ zum Beispiel „Anne Botnang 2“. Dadurch kann der Moderator euch identifizieren. Wir geben unser Bestes das Training so sicher wie möglich zu gestalten. Während unseren Kursen kann NIEMAND Bilder oder Videos teilen. Wir haben zusätzlich zu unseren Trainern immer einen Moderator dabei der den Warteraum betreut und den Überblick über die Teilnehmer behält, um ggf. uns unbekannte Teilnehmer zu entfernen.

*Circus*  
**CIRCULI**  
★★★