

UIT DE KUNST – ZOMERPROGRAMMA

De Groen Kunst & Cultuur Dokkum

13 juli t/m 14 augustus 2020



1. BEELDHOUW ATELIER: WORKSHOP BEELDJE MAKEN UIT STEEN

In deze workshop gaan we met een zacht stukje speksteen aan het werk. Door middel van vijltjes en raspen gaan we de steen bewerken. Zo kan je zelf een mooi beeldje makende bijv. een vlinder, schildpad, poes of een hartje. Het wordt jouw eigen mooie kunstwerkje uit steen dat je mee naar huis mag nemen. Deze workshop is ook leuk om in de vakantie samen met Pake, Beppe of ouders te doen.

Aantal deelnemers: Minimaal 4 en maximaal 10. **Leeftijd:** Vanaf 6 jaar. **Kosten:** €22,50 per persoon.
Opgave en meer informatie: hepiedehaan@gmail.com of 06-37226236.

2. VIYONA: WORKSHOPS YOGA

Materialen zijn aanwezig, eventueel eigen handdoek of deken mee nemen. Zorg voor makkelijk zittende kleding. Yoga doe je op blote voeten.

Yin Yoga: ontspanningsyoga. Meer ruimte en rust in het lichaam d.m.v. rustige houdingen en specifieke ademhalingsoefeningen.

Yang Yoga of poweryoga: om het lichaam flink aan het werk te zetten d.m.v. statische en dynamische houdingen die elkaar afwisselen om meer energie te krijgen en de longen versterken middels een krachtige ademhaling.

Hormoon Yoga (NIEUW): Door verschillende oorzaken kunnen de hormonen uit balans geraken en met een specifiek programma wordt deze disbalans veranderd en hersteld.

Vinyasa flow: Poweryoga met wisselende energiecurves die met vloeiende tussenbewegingen aan elkaar verbonden worden.

Aantal deelnemers: Minimaal 5 en maximaal 10. **Leeftijd:** Vanaf 17 jaar. **Kosten:** €7,50 per persoon.
Opgave en meer informatie: info@viyona.nl of 06-16512632.

3. GRÛN: WORKSHOP POTTENBAKKEN

Lijkt pottenbakken je reuze leuk om een keer te proberen, dan kan dat nu! Je gaat aan de slag met een elektrische draaischijf en/of schopschijf. Materiaal staat klaar, je krijgt uitleg en kunt vervolgens zelf lekker aan de slag. Met een beetje begeleiding maak je zelf je eigen vaasje, schaalje, kom of drinkbeker. Daarna kun je jouw werkstuk decoreren. Minimaal 1 werkstuk wordt gebakken en is na ongeveer 3 weken op te halen.

Aantal deelnemers: Minimaal en maximaal 2 personen. **Leeftijd:** Vanaf 12 jaar. **Kosten:** €20 per persoon.
Opgave en meer informatie: 06-10488557.

4. BART VAN DER ZANT: WORKSHOP ZOMER IN EEN POTJE

Hoe ziet jou zomer er uit? Zon, zee, strand? Een bootje op het water? Geniet je van je vrijheid in eigen land of baal je ervan dat je niet ver weg kan? Maak een minivoorstelling van jou zomer gevoel en berg deze op onder een glazen stolp. Na afloop mag je deze natuurlijk mee naar huis nemen.

Aantal deelnemers: Minimaal 3 en maximaal 6. **Leeftijd:** Vanaf 12 jaar. **Kosten:** €20 per persoon.
Opgave en meer informatie: 06-53840455.

5. BART VAN DER ZANT: WORKSHOP BESCHILDER EEN ELPEE

Ben je liefhebber van muziek en heb je altijd al de platenhoes van je favoriete band willen ontwerpen? Dit is je kans; op een blanco hoes maak je je eigen ontwerp! Daarna beschilder je de LP die in de hoes komt. Na afloop mag je je eigen LP natuurlijk mee naar huis nemen.

Aantal deelnemers: Minimaal 3 en maximaal 6. **Leeftijd:** Vanaf 12 jaar. **Kosten:** €20 per persoon.
Opgave en meer informatie: 06-53840455.

6. BART VAN DER ZANT: WORKSHOP STREETART

Altijd al een Graffiti Artist willen zijn? In deze workshop verzijn je je eigen Tag of Scribble. Daarna maak je een ontwerp voor een veelkleurige Piece en leef je je uit met de aanwezige spuitbussen op 1 van de buitenborden. Na afloop mag je je eigen ontwerp natuurlijk mee naar huis nemen.

Aantal deelnemers: Minimaal 3 en maximaal 6. **Leeftijd:** Vanaf 12 jaar. **Kosten:** €20 per persoon.
Opgave en meer informatie: 06-53840455.

7. YOGAMATTIES: WORKSHOP BEZOEK AAN DOKKUM

Tijdens deze yogales maken we een denkbeeldige reis door het prachtige stadje Dokkum met behulp van bijpassende yogahoudingen en andere leuke oefeningen.

Aantal deelnemers: Minimaal 4 en maximaal 10. **Leeftijd:** Van 4 t/m 12 jaar. **Kosten:** €7,50 per persoon.
Opgave en meer informatie: info@yogamatties.com of 06-25340512.

8. DE PIONIER THEATERCREATIES & YOGAMATTIES: WORKSHOP DE ZON OP JE GEZICHT

Iedereen kent het gevoel: je ogen dicht en de zon op je gezicht. Alles is op zijn plek en jij bent blij. Stel het je maar eens voor. Wanneer krijg je dit gevoel nog meer? Wat doe je dan? Hoe ziet dat eruit? Vanuit een kruisbestuiving tussen theater en yoga gaan we met dit thema aan de slag. Doe je ook mee?

Aantal deelnemers: Minimaal 4 en maximaal 15. **Leeftijd:** Van 4 t/m 16 jaar, verdeeld over verschillende workshops.
Kosten: €10 per persoon. **Opgave en meer informatie:** info@de-pionier-theatercreaties.nl of 06-52053924.

9. DE PIONIER THEATERCREATIES & YOGAMATTIES: WORKSHOP KLEUR BEKENNEN

Durf jij jezelf te laten zien? Wanneer wel en wanneer misschien ook niet? Tijdens deze workshop mag jij jezelf zijn maar ook oefenen met het spelen van verschillende rollen, gewoon om eens uit te proberen hoe het is om je heel anders te gedragen. Niks moet, alles mag!

Aantal deelnemers: Minimaal 4 en maximaal 15. **Leeftijd:** Van 4 t/m 16 jaar, verdeeld over verschillende workshops.
Kosten: €10 per persoon. **Opgave en meer informatie:** info@de-pionier-theatercreaties.nl of 06-52053924.

10. DE PIONIER THEATERCREATIES: WORKSHOP VIER ELEMENTEN

Hoe speel je van een vurig typetje, plots naar een heel geaard typetje en dan weer naar een heel luchtig typetje? We gaan in deze workshop ervaren hoe je kunt spelen met de vier elementen: water, vuur, lucht en aarde.

Aantal deelnemers: Minimaal 4 en maximaal 15. **Leeftijd:** alle, verdeeld over verschillende workshops. **Kosten:** €10 per persoon. **Opgave en meer informatie:** info@de-pionier-theatercreaties.nl of 06-52053924.

11. COMBS ART PROJECTS & YOGAMATTIES: WORKSHOP WAT IS JOUW KLEUR?

Aan de hand van het thema 'wat is jouw kleur' gaan we aan de slag met kinderyoga en schilderen. Trek daarom kleren aan waarin je lekker kunt bewegen maar die ook vies mogen worden bij het schilderen. Alle materialen zijn aanwezig.

Aantal deelnemers: Minimaal 4 en maximaal 10. **Leeftijd:** Van 4 t/m 12 jaar. **Kosten:** €12,50 per persoon.
Opgave en meer informatie: info@yogamatties.com of 06-25340512.

12. COMBS ART PROJECTS: WORKSHOP SCHILDEREN OP MUZIEK

Bij schilderen op muziek werk je vanuit je gevoel. In de eerste fase maak je op geleide van muziek een abstracte tekening. Dit wordt de basis van je schilderij. In de tweede fase wordt je tekening uitgewerkt in verf of inkt. Geschikt voor alle leeftijden, geen ervaring nodig.

Aantal deelnemers: Minimaal 4 en maximaal 10. **Kosten:** €20 per persoon
Opgave en meer informatie: info@combsartprojects.com of 06-16480635.

13. IMAGEZ: WORKSHOP STADSFOTOGRAFIE

We verzamelen op de Markt in Dokkum om tijdens een stadswandeling door Dokkum foto's te maken.

Aantal deelnemers: Maximaal 6. **Kosten:** €6,50 per persoon.
Opgave en meer informatie: info@imagez.nl of 06-14142205.

14. IMAGEZ: WORKSHOP NATUURFOTOGRAFIE OP HET WATER

Ontdek de natuur van het Lauwersmeer aan boord van de Wierumer Aak. Vertrek vanaf Dokkumer Nieuwe Zijlen.

Aantal deelnemers: Minimaal 3 en maximaal 6. **Kosten:** €49 per persoon.
Opgave en meer informatie: www.wl19.nl, info@imagez.nl of 06-14142205.

15. MARTINE ROODVOETS: KRUIDENWANDELING

In deze workshop gaan we een stadskruidenwandeling maken. Ik neem je mee op een wandeling door de stad en laat je zien welke kruiden, planten en bomen hier groeien en welke je kunt gebruiken voor je eigen gebruik. Ook zal ik iets vertellen op welke verschillende manieren je de kruiden kunt toepassen. Tevens verzamelen we je eigen kruidenbundel. Na afloop drinken we gezamenlijk een kopje vers geplukte kruidenthee.

Een praktische en leerzame workshop over de kruiden en eetbare planten bij jou in de buurt!

Aantal deelnemers: Maximaal 12. **Kosten:** €15 per persoon.
Opgave en meer informatie: martineroodvoets@hotmail.com of 06-50122731.

IN VERBAND MET CORONA KUNNEN ALLEEN MENSEN ZONDER GERELATEERDE KLACHTEN DEELNEMEN AAN DE WORKSHOPS. BEN JE VERKOUDEN EN/OF HEB JE KOORTS? BLIJF THUIS!