

Erleuchtet & Verstrahlt: Kerim Pamuk

Jubiläumsprogramm **20 Jahre Kultur erleben** am Freitag, 26. September um 20 Uhr

Vor lauter Feedback-Meetings und Selbstoptimierung-Events kommt kaum jemand noch zum Arbeiten, das aber mit vielen Überstunden. In ERLEUCHTET VERSTRAHLT optimiert Pamuk das Feedback über Gott, die Welt und alle Katastrophen dazwischen.

Eingeklemmt zwischen Weltuntergangspropheten und „Alles super, weiter so!“-Deppen spricht er über den wahren ersten Artikel des Grundgesetzes: „Die Reservierung des Deutschen ist unantastbar!“ und den durchschlagenden Erfolg von Kinderyoga. Über die Krimi-Sucht der Abend- und die Grill-Sucht der Morgenländer. Er erzählt von Wagners frischfröhlichen Kurzoperen und abgewaschenen Yoghurtbechern, die wir nach



Malaysia schicken. Es geht um liebe deutsche Waffen als Exportschlager und Thai-Massagen als Importschlager.

Haben wir noch Spaß am ewigen Kreislauf von Erblöden und Verblöden? Sind wir so geworden, wie wir sein wollten? Kerim Pamuk zieht Bilanz, persönlich, politisch und manchmal panisch. Er präsentiert komisch und böse einen Abend zwischen optimistischer Resignation und pessimistischer Euphorie.

»Der Kabarettist Kerim Pamuk hat einen genauen Blick für seine Umwelt. Er wechselt in seinem Programm „Erleuchtet Verstrahlt“ immer wieder zwischen witzigen Betrachtungen der Welt und bösen Kommentaren zur Politik.« Hannoversche Allgemeine Zeitung

„Es war ein sehr kurzweiliger Abend. Dabei wurde es auch mal politisch oder gesellschaftskritisch. Ein Satz war es aber, der in diese verrückte Zeit passte wie kein zweiter, und der kam fast ein wenig nebenher. „Im Grundgesetz steht: du hast das Recht auf freie Meinungsäußerung – aber nicht die Pflicht.“ Dieser Satz sollte eigentlich auf der Startseite von Facebook, Twitter und Co. stehen müssen, was wäre das für eine fortschrittliche Welt.« Rheinische Post

Eintritt : Vorverkauf € 25,00
Abendkasse € 30,00

Einlass ab 19.00 mit der Möglichkeit sich kulinarisch auf den Abend einzustimmen.

■ **KulturKaffee Rautenkranz, Hauptstr. 68, 30916 Isernhagen**
Voranmeldungen und Reservierungen erbeten unter 05139 978 90 50/0172 434 10 92 oder unter info@rautenkranz-kultur.de

Aktiv in Bewegung“ in Isernhagen

Online-Kurse weiter auf Erfolgskurs – Flexibles Angebot begeistert Mitglieder

Digitale Lösung wird Dauerbrenner

Was in der Corona-Zeit als pragmatische Lösung begann, ist heute ein fester und geschätzter Bestandteil im Angebot des Sportvereins „Aktiv in Bewegung“: Alle Kurse – mit Ausnahme des ärztlich verordneten Reha-Sports und Funktionstrainings – können auch online besucht werden. Und das nicht nur irgendwie – sondern mit echter Interaktion, persönlicher Ansprache und einem Gefühl von Gemeinschaft, das über Ortsgrenzen hinaus reicht.

Virtuelles Training mit persönlichem Touch

Der Verein mit Trainingsstätte in der Dorfstraße 80 in Isernhagen KB hat sein Online-Angebot seit Beginn der Pandemie konsequent weiterentwickelt. Heute ermöglicht es den Mitgliedern, ganz bequem live von zu Hause oder sogar aus dem Urlaub an ihren Lieblingskursen teilzunehmen. Per Einwahllink geht's direkt ins virtuelle Training – in gewohnter Qualität,

mit direktem Kontakt zur Trainerin. **Für jeden etwas dabei**

Das Kursangebot ist dabei so vielseitig wie die Bedürfnisse der Teilnehmenden:

Ob Sanftes Yoga 60 plus, Pilates, smovey-Dance, Stretching, Faszientraining, Po-Beine-Bauch, klassisches Yoga oder Yin Yoga – für jede Altersgruppe und jedes Fitnesslevel ist etwas dabei. Die Kombination aus Bewegung, Achtsamkeit und Abwechslung macht das Programm besonders beliebt.

Reha-Sport und Funktionstraining: Nur vor Ort erlaubt

Wichtig zu wissen: Reha-Sport und Funktionstraining, die vom Arzt verordnet und von der Kran-

kenkasse genehmigt werden, dürfen gesetzlich nicht online stattfinden. Vereinsmitglieder haben jedoch die Möglichkeit, ohne ärztliche Verordnung freiwillig an entsprechenden Kursen im Online-Format teilzunehmen, um fit zu

bleiben oder gezielt etwas für ihre Gesundheit zu tun – unter qualifizierter Anleitung.

Fast wie im Kursraum

„Dank der ausgeprägten Technik kann die Trainerin unsere Mitglieder nicht nur sehen, sondern sie auch gezielt korrigieren – fast so, als wären sie direkt im Raum“, erklärt die Ver-

einsvorsitzende Susanne Zekri. „Das kommt richtig gut an, denn nicht alle unsere Mitglieder kom-

men direkt aus Isernhagen. Viele wohnen auch in Hannover, Langenhagen oder Burgwedel.“

Flexibel trotz Baustellen und Sperrungen

Auch angesichts der anhaltenden Baustellen und Straßensperrungen in Isernhagen HB nutzen viele Mitglieder das Online-Angebot als praktische Alternative zum Präsenztraining. „Wir freuen uns, dass wir unseren Mitgliedern so viel Flexibilität bieten können – und dass sie dieses Angebot so engagiert nutzen“, so Zekri weiter.

Hybrides Modell mit Zukunft

Mit dem hybriden Modell – Training vor Ort und online – setzt „Aktiv in Bewegung“ auf moderne Vereinsarbeit, Gesundheitsförderung und maximale Zugänglichkeit. Ein Beispiel dafür, wie digitale Lösungen nachhaltig den Alltag erleichtern können.

Mehr Infos und Kontakt

Mehr Infos unter 0157 58878399 oder 05139 9789965 sowie auf der Homepage www.aktivinbewegung.de.



Macht Lust auf mehr Grün im Leben: ein Blick auf www.baumschule-gehlhaar.de

Hannoversche Straße 123, 30916 Isernhagen, 0511 612879, www.baumschule-gehlhaar.de

Gehlhaar
GartenBaumschule

ANWALTSKANZLEI & Strategieberatung ajura.de

Dirk Gundelach
 ■ Rechtsanwalt
 ■ FA für Arbeitsrecht
 ■ Master of Business Administration MBA
 ■ Ö.b.u.v. Sachverständiger für Marketing

Gerta Struckmeyer
 ■ Rechtsanwältin
 ■ Fachanwältin für Familien- & Sozialrecht
 ■ gepr. Finanzbuchhalterin

Schwerpunkte:
 Arbeitsrecht, Erbrecht, Familienrecht/Scheidungen, Forderungseinzug, Handels-/Gesellschaftsrecht, Markenrecht, Mediation, Unfallrecht, Vertragsrecht, Versicherungsrecht, Wirtschaftsrecht, allg. Zivilrecht

Strategieberatung & Unternehmensentwicklung bei Gründung/Expansion/Krise/Nachfolge

§§ Kurze-Kamp-Str. 1b · 30659 Hannover (Bothfeld) Tel: 0511 90 58 99-0 · www.ajura.de · info@ajura.de §§

IMPRESSUM
Der Blick in unsere Gemeinde
 Herausgeber:
 Christian Schröder
 Verlag:
 KonzeptArt Werbe- und Verlagsgesellschaft mbH
 Dorfstraße 37
 30916 Isernhagen K.B.
 Verantwortlich Redaktion i.S.d.P.:
 Thorsten Schirmer
 Verantwortlich für den Anzeigenteil:
 Thorsten Schirmer, Tel.: (05139) 30 38
 Produktion:
 Anke Reck
 E-Mail: redaktion@der-blick-isernhagen.de
 Druck:
 Druckzentrum Niedersachsen, Rodenberg
 Anzeigenschluss:
 Anzeigenannahme bis freitags, 8 Tage vor Erscheinen! Ausnahmen siehe Erscheinungsplan
 Auflage:
 Druckzentrum Niedersachsen, 11.800 Stück
 Erscheinungsweise:
 14-täglich
 Verteiler:
 Kostenlos an alle erreichbaren Haushaltungen der Gemeinde Isernhagen.
 Redaktionelle Beiträge:
 Für die Veröffentlichung von Beiträgen durch Vereinigungen, Verbände, Parteien, Kirchen u.a. gelten unsere jeweils aktuellen „Richtlinien und Grundsätze der Veröffentlichungen“ (www.der-blick-isernhagen.de), die mit dem Einreichen eines Beitrages anerkannt werden. Beiträge von Parteien, Vereinen und Verbänden stellen nicht die Meinung der Redaktion dar. Vom Verlag gestaltete Anzeigen, Grafiken etc. unterliegen dem Urheberrecht. Jede Nutzung durch Dritte bedarf einer schriftlichen Genehmigung!
 Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis: „bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de