

Fit for Fun

FR 14:00–17:00 Uhr

Kursleitung: Athena Fitnesspark

Willst du dich bewegen, anstrengen und dabei so richtig ins Schwitzen kommen? Mit TAEBO, Indoor Cycling oder Aerobic gelingt dir das bestimmt und macht erst noch Spass. Wir zeigen dir wie's geht und spornen dich an.

Mitnehmen: Trainingskleidung, Turnschuhe, Schwitztuch (kleines Frotté-tuch), Duschsachen und Badetuch, Wasserflasche.

NACHMITTAGSPROGRAMM (GRATIS, mit Anmeldung, Buben-Treff)

Blue Cocktail Bar

MI 15:00–17:00 Uhr

Kursleitung: Stephan Koller

Cocktaildrinks mixen ist cool und macht Spass! Du lernst alkoholfreie Drinks zu mixen und shaken, was ein Barkeeper so drauf haben muss und weshalb alkoholfreie Drinks eine gute Alternative sind. Du kannst einfache und raffinierte Rezepte ausprobieren und wer weiss, vielleicht hast du anschliessend gleich Lust die Bar am Abend zu schmeissen?!

Boys only – erobere die Venus

FR 14:00–17:00 Uhr

Kursleitung: René Henz, Perspektive Solothurn

Ein Spiel, nur für Jungs! Was weisst du bereits über deine Rolle als Mann und zu den Themen Sexualität und Suchtmittel? Hast du Lust Neues dazu zu lernen und in Form von Rollenspielen und angeregten, zwanglosen Diskussionen mit anderen Jungs deine Haltung zu vertreten? Und das alles in spielerischer Form und ohne Mädchen? Spass und Unterhaltung stehen hier im Vordergrund.

ABENDPROGRAMM (GRATIS, ohne Anmeldung, Buben-Treff)

Freiwillig engagiert – was bringt mir das?

Diskussionsforum: MI 19:00–21:30 Uhr

Moderation: Bähram Alagheband, Radio32

Was haben ein Mitglied der Jugendnaturschutzgruppe, der Verantwortliche eines Musikclubs, ein Lagerkoch und der Präsident einer Jungpartei gemeinsam? Alle engagieren sich freiwillig und unbezahlt. Mit Bild, Ton und Wort stellen sich engagierte junge Männer vor. Sie erzählen von Action, Spass und Anerkennung und lassen sich von euch mit Fragen bombardieren.

Spielen, spielen, spielen

DO 19:00–21:30 Uhr

Leitung: Stephan Flückiger

Spielen was das Zeug hält: du kannst mal voll an deine Grenzen gehen – sei's als Piratenkapitän, als Börsenmakler oder als Turmbauer – du kannst deine Stärken und Schwächen ausloten. Wir spielen Brett-, Würfel- und Kartenspiele, die nicht jeder kennt.

Wichtige Infos

Anmeldeschluss: 1. April 2007

Kosten: Fr. 40.– für den ersten Workshop, jeder weitere Workshop Fr. 15.–
Für die Buben der Stadt Solothurn übernimmt die Jugendkommission der Stadt Solothurn die Kosten für den ersten Workshop.

Die Veranstaltungen im Buben-Treff sowie das Mittag- und Abendessen sind im Workshopbeitrag inbegriffen.

Die Anzahl Workshopplätze ist beschränkt. Die Anmeldungen werden nach Eingang des bezahlten Workshopbeitrages bestätigt. Konto: Vermerk Bubenwoche. Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Die Türen im Buben-Treff sind am Morgen ab 9:00 Uhr offen.

Anmeldung/Kontakt: Altes Spital Solothurn, Bubenwoche,
Oberer Winkel 2, 4500 Solothurn, Telefon 032 626 24 44,
bubenwoche@altesspital.ch, www.altesspital.ch, www.bubenwoche.ch

Name	Vorname	
Strasse		
PLZ/Ort		
Telefon	E-Mail	Jahrgang
Unterschrift		Unterschrift der Eltern

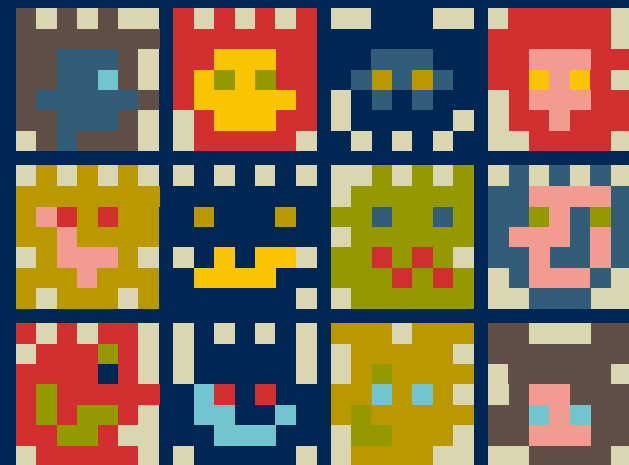
Ich möchte folgende/n Kurs/e besuchen (vermeide Überschneidungen von Kurstagen und Kurszeiten):

Kurs 1

Kurs 2

Ersatzkurs (wenn einer der Wunschkurse bereits besetzt ist):

Bubenwoche Solothurn 2007



ER lebt & bewegt



WAS? Spannende Kurse, attraktive Workshops, Buben-Treff
WO? In und um das Alte Spital Solothurn
WANN? In den Frühlingferien, vom 18.-20. April 2007
WER? Buben und junge Männer zwischen 12 und 18 Jahren aus dem Kanton Solothurn

Abschlussparty Mädchen- und Bubenwoche Solothurn
Freitag 20. April ab 18:30 Uhr in der Kulturfabrik Kofmehl, Solothurn

ER lebt & bewegt

Endlich!! Zum ersten Mal findet sie statt, die Bubenwoche Solothurn. Unter dem Motto **ER lebt & bewegt** gibt es coole Veranstaltungen, sportliche Kurse und kreative Workshops im und um das Alte Spital Solothurn. Aus dem spannenden Angebot wählst du ein oder zwei Kurse die du gerne besuchen möchtest aus, sofern sie nicht gleichzeitig stattfinden.

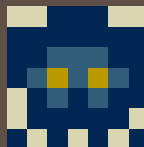
Der Buben-Treff, das Herz der Bubenwoche, ist gemütlich eingerichtet und dekoriert. Hier kannst du dich erholen, andere Buben treffen, spielen, dich informieren, quatschen, abhängen und es ist der Ort, wo du dich verpflegen kannst – in der Mittagspause und am Abend.

Am Freitag feiern wir gemeinsam – ab 18:30 Uhr an der tollen **Abschlussparty** der Mädchenwoche in der Kulturfabrik Kornmehl. Dort gibt es coole Darbietungen aus den Kursen, Food & Drinks, und natürlich eine Disco zum Abtanzen bis um Mitternacht.

Zum Fest sind alle herzlich eingeladen: Frau und Mann, klein und gross! Freier Eintritt!

Die 1. Kantonale Bubenwoche wird unterstützt von:

Suchtpräventionsfond Kanton Solothurn
Sophie und Karl Binding Stiftung
Jugendförderung Kanton Solothurn
Jugendkommission der Stadt Solothurn
Infoklick.ch



WORKSHOPS mit Anmeldung, Reservierung im Buben-Treff

Klettern MI 9:30–17:00 Uhr

Kursleitung: SAC Sektion Weissenstein

Grenzen überwinden! Geklettert wird mit Beinen, Armen und dem Kopf. Und genau das macht den grossen Reiz dieses Sports aus: er übt den ganzen Körper, macht Spass und den Kopf frei! Im Klettergarten in Oberdorf zeigen wir dir den Umgang mit Seil, Knoten und Karabiner, damit du deine ersten Kletterrouten erklimmen kannst. (Bei nassem Wetter trainieren wir im Boulderraum.)

Mitnehmen: Sportliche Kleidung, gutes Schuhwerk, Velohelm, Rucksack und Wasserflasche.

Abenteuer im Wald MI 16:00–DO 12:30 Uhr

Kursleitung: Pfadi St. Urs Solothurn

Natur pur! Wir erleben und erkunden beim gemeinsamen Geländespiel im Wald die Natur. Zusammen kochen wir auf dem offenen Feuer und bauen unsere Zelte auf. Du erhältst von echten Pfadfindern Tipps und Tricks für dein nächstes Abenteuer in der Natur.

Mitnehmen: Wetterfeste Kleidung, gutes Schuhwerk, Ersatzwäsche und Necessaire, Schlafsack, Rucksack, Taschenlampe, Sackmesser, Essgeschirr.

Fotografie MI, DO, FR 9:30–12:30 Uhr

Kursleitung: Remo Zehnder

«Männerbilder» – wir setzen uns mit der Bildsprache in den Medien auseinander, wir hinterfragen sie und diskutieren darüber. Nach einer kurzen Einführung in die Fotografie und in den Umgang mit Studio-Equipment führen wir ein Fotoshooting mit Solothurner Persönlichkeiten durch und lassen dabei die Erkenntnisse des ersten Teils einfließen.

Hip Hop MI, DO, FR 9:30–12:30 Uhr

Kursleitung: Guy Mäder und Sero aka Serhat Demir

Hip Hop is a culture! Wir wollen euch diese Kultur näher bringen und euch coole Moves beibringen. Guy und Sero werden euch in zwei Stile des Hip Hops einführen.

Mitnehmen: Trainingskleidung, Turnschuhe (keine schwarzen Sohlen) und Wasserflasche.

Pfeilbogen bauen MI, DO, FR 9:30–12:30 Uhr

Kursleitung: Bernard Burgin

Willst du mit eigenen Händen, Konzentration und Aufmerksamkeit ein Werkzeug herstellen das funktioniert und erst noch schön ist? Aus einem grob vor geformten Rohling fertigen wir in Feinarbeit einen gebrauchsfertigen Pfeilbogen und spannen diesen mit einer selbst gedrehten Sehne.

Kochen MI und DO 14:00–19:00 Uhr

Kursleitung: Peter Riner

Kochen macht Spass! Gemeinsam bereiten wir tolle Rezepte gesund und gut zu. Wir kochen ein leckeres Abendessen für den Buben-Treff und zeigen allen: selbst gekocht schmeckt's am besten.

Karate-Do MI, DO, FR 14:00–17:00 Uhr

Kursleitung: Ali Aykac

Du lernst eine faszinierende Körper- und Kampfkunst kennen, die geprägt ist vom Geist und der Kultur Ostasiens. Lass dich beim Training körperlich und geistig fordern!

Mitbringen: Trainingskleidung und Wasserflasche.

Wort-Bilder MI, DO, FR 14:00–17:00 Uhr

Kursleitung: Bruno Breiter und Daniel Lüthi

Mit zwei verschiedenen gestalterischen Ausdrucksformen schaffen wir farbenfrohe Wort-Bilder. Wir fertigen Leinwände, arbeiten mit Pinsel, Farbe und Siebdruck. Du kannst deiner Kreativität beim Malen und Drucken freien Lauf lassen und deine Kunstwerke mit nach Hause nehmen.

Bouldern DO 14:00–17:00 Uhr

Kursleitung: SAC Sektion Weissenstein

Du kletterst auf und ab an bunten Griffen, manchmal quer der Wand entlang oder steil hinauf, vielleicht sogar überhängend und dies alles ohne Seil! Keine Angst, du kannst dich unbesorgt fallen lassen. Unter dir liegen dicke Matten, die dich auffangen. Du lernst dich flink und geschickt in der Welt der Senkrechten bewegen.

Mitnehmen: Trainingskleidung.

Rhythmus DO 9:30–17:00 Uhr und FR 9:30–12:30 Uhr

Kursleitung: J.J. Flueck und Matthias Boss

Das Leben ist Rhythmus – und Rhythmus steckt in jedem von uns! Mit verschiedenen Schlagwerkzeugen und Perkussionsinstrumenten durchstreifen wir die Welt des Rhythmus. In der Gruppe wachsen einzelne Rhythmen zu einem Grossen zusammen. Come on – let's feel the beat!

Kreativ schweissen DO und FR 9:30–17:00 Uhr

Kursleitung: Anton Kaufmann

Es wird geschweisst, gehämmert, geschnitten, geschliffen, gebogen und sehr oft auch gelacht. Du erhältst einen Einblick in die kreative Bearbeitung von Metall und kannst dein Kunstwerk mit nach Hause nehmen.

Mitnehmen: Werkstatttaugliche Kleidung (nicht brennbar) und gutes Schuhwerk.