

Neue Wilde Wege

Seminare regional-international
mit Monika Adele Camara



AFROYOGA® integrated dance&yogasystem in the Gambia

Bildungsreise mit authentischem Nord-Süddialog,
Experience of Natur
Slow Down mit AFROYOGA® am Atlantik

W O C H E N S T U N D E N P L A N

- Mo** 18:00 – 19:30 Yoga für Jeden
19:45 – 21:15 Yoga für junge Leute
- Di** 10:00 – 11:30 Yoga Generation + 50
- Mi** 19:30 – 21:00 Yoga für junge Leute bis 35 Jahre, ohne AFROYOGA®
- Do** 18:00 – 19:00 AFROYOGA® open-air, Mai bis August im Langsee Naturbad,
Nbg - Mögeldorf, zu gunsten des Permakulturprojektes KinderGarden
- Fr** 13:00 – 13:45 Yoga – betriebliche Gesundheitsbildung,
17:15 – 18:45 Yoga für Schwangere
19:00 – 20:00 Yoga nach der Geburt – ab 3. Monate



Location: AOK-Aktivtreff Nürnberg, Bayreutherstr. 1
+ Afrikuco-Übungsraum, Rennweg 50

AFRIKUCO INSTITUT

ihr freier Partner für kreative Bewegung seit 1990

- Akademie für Integrierte Tanz&Yogapädagogik
- Schule für Afrikanischen Tanz, Yoga, Naturerfahrung
- Forum für Afrika-Kunst-Kommunikation

Martin-Richter-Straße 13
90489 Nürnberg
camara-artwork@gmx.de
www.afrikucoinstitut.org

f Afrikuco Institut-art-health-communication
YouTube: Monika Camara

Telefon: 0911/5819843
erreichbar: Dienstag bis Freitag
von 8:00 bis 10:00 Uhr

copyright:
Redaktion, Foto und Text: AFRIKUCO INSTITUT
Alle Rechte vorbehalten 1990 – 2020



www.monika-adele-camara.de · **f** Monika Adele Camara



30 JAHRE

AFRIKUCO INSTITUT

ENERGETISCH • EMOTIONAL • TRANSKULTURELL



Februar

Sonntag, 2.2.20 · 13:00 – 14:00 Uhr

Tanztag im Südpunkt – Afrikanischer Tanz

African Roots – Rumba Cubana

14.15 – 15.15, Raum 1.14

Anmeldung: BZ Pillenreutherstraße 147



März

Sonntag, 15.3.20 · 13:00 – 16:00 Uhr

Workshop Afrikanischer Tanz

Elementare Tanz- und Körpererfahrung

beim Wochenende für Frauen

Werkstatt Mörlach, 91572 Bechhofen, Anm. anja@schellenberger.biz

Samstag, 21.3.20 · 9:00 – 13:00

Kinderprogramm DancingFeet

Tanz, Yoga, Storytelling beim Familienbildungstag im Eckstein

Anmeldung: Jugendamt, Stab Familienbildung

Sonntag, 22.3.20 · 15:00 – 16:00 Uhr

Pflanz-Zeremonie im KinderGarden

Zum Frühlingsbeginn am Gingkobaum,

Baumpatenschaft U2 Rennweg, Ecke Backbude

April

Stichtag 21.4.20

Neubeginn Yogagruppen Nürnberg

Anmeldung über AOK/HaThaYoga mit Monika Adele Camara

Plätze sind limitiert!

Mai

Sonntag, 3.5.20 · 14:00 – 18:00 Uhr

AFROYOGA® beim Bewegungstag

Kulturwerkstatt auf AEG, U1 Eberhardshof

Samstag, 9.5.20 · 14:00 – 16.15

Uhr, Raum E.20

Workshop CommunityDance

Tänze & Rhythmen aus Afrika, Kuba, Bayern,

Anm. BZ, Gewerbemuseumsplatz 2

Dienstag, 12.5.20 · 10:00 – 13:00 Uhr

Fortbildung DancingFeet

Integrierte Tanz&Yogapädagogik für Tagesmütter

Anm.: Familienbüro Stein, Ansbacherstraße 136



Donnerstag, 14.5.20 · 15:00 – 18:00 Uhr

Ausstellung Kunst-im-Garten

Mode, Keramik, Malerei, Foto, Musik, Tanz im Garten des Seniorenwohn-

heim MAX, Rennweg zugunsten des Seniorenwohnheim MAX und des Per-

makulturprojektes KinderGarden

Donnerstag, 21.5.20 · 18:00 – 19:00 Uhr

AFROYOGA® am See

Afrikanischer Tanz, Yoga, Naturerfahrung

im Naturbad Langsee, StraBa Erlenstegen, Mögeldorf

auf Spendenbasis

Juni

Sa 13.6. 20, 12.00 - 17.00

„Na nada ndong“ – meet, greet & exchange

5-Stunden-Workshop zur geplanten Gambia-Reise mit

Afrikanisch kochen – wichtigen Informationen, Austausch und

AFROYOGA® Comme-Together

Sa/So 20.6./21.6.20 · Ausstellung Fano-Tiko-Bubu

TextileArt , Foto und Asseciores aus Gambia, zugunsten des Permakultur-

projektes KinderGarden, Kunstmarkt Schloss Almshof, U2 Flughafen



Aktionstage zur deutschlandweiten

Erdfest-Initiative

Sa 27.6. 20 Permakulturtag am KinderGarden,

U2 Rennweg

So 28.6.20 Yogaaktionstag

„Mit Kuh auf ich und Du“

am Demeterhof Koestler/Opf.

Juli

Fr, 17.7.20 · 14:00 – 22:00 Uhr

Afrikanischer Kunstsalon

Vernisage mit KinderKunstAtelier und Reggaeparty,

Ausstellung Malerei

29.6.20 – 24.7.20

Ausstellung Naive Malerei

Montag – Freitag in Schulzeiten bis 15 Uhr

Vischers Kulturladen, 0911 2314142

Sonntag, 19.7.20 · „Afrique mon Amour“

TextileArt & Dance from Gambia and Äthiopia

Akwaba-Familiientag , Villa Leon, U2 Rothenburgerstraße



August

Mittwoch, 7. – Freitag 9.8.20 · 10:00 – 13:00 Uhr

Ferienprogramm „Die Sprache der Vögel“

Tanz, Yoga, Naturerfahrung für Schulkinder

Afrikuco-Übungsraum, Rennweg 50, Anm. über Jugendamt Nürnberg

28.8. – 30.8.20

Fortbildung AfroCubanDance-Orishas

Tanz-Retreat im Ashram Bad Meinberg

Anm. www.yoga-vidya.de/seminare

September

Mittwoch, 4.9. – Freitag, 6.9.20

Ferienprogramm DancingFeet

Tanz, Yoga, Naturerfahrung für Schulkinder,

Anm. über Jugendamt Nürnberg

19. / 20.9.20

Stadtverführungen „Glücksbringer“

Afrikanischer Tanz und Yoga im Stadtpark

Jeweils 11:00 – 12:00 / 13:00 – 14:00

Treffpunkt am KinderGarden, Backbude U2 Rennweg



25.9. – 27.9.20 · Fortbildung „Die Sprache der Bäume“

Natur-Retreat im Ashram Maria Rain Allgäu / Anm. www.yoga-vidya.de/seminare

Oktober

Sonntag, 11.10.20 · 13:00 – 15.15 · Afrikanischer Tanz

Elementare Tanz- und Körpererfahrung, Südpunkt, Pillenreutherstr. 147 Raum 1.14

November

Sa. 7.11.20 · 13:00 – 15.15

African Roots – Rumba Cubana

BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, E.20

Dezember

So. 6.12.20 · 11:00 – 13:15 Uhr

FreeDanceParty!!

AFROYOGA®, Improvisation, Freier Tanz, Südpunkt, Pillenreutherstr. 147 Raum 1.14

voraussichtlich 13.12. – 19.12.20 / 20.12. – 26.12.20

„AFROYOGA® - CULTUR - ROOTS“ Gambia-Reise 2020

Seminarreise mit Monika Adele Camara

Extraprospekt anfordern – Plätze sind limitiert

Welcome-Preis für Frühbucher bis 31.7.20

