

# Capoeira - zur Resilienzstärkung mit Contramestre Cabana



Brasilianische Tanz-/Kampfkunst zur körperlichen und mentalen Stärkung, Aufbau von Resilienz, Selbstbewusstsein, Aggressionsregulation und einem gesunden Lebensstil für Betroffene der Flutkatastrophe 2021.

**Mittwochs 14.05.-17.12.2025  
in der Bleibachhalle, Euskirchen – Frauenberg**

<b>Für Senioren</b>	<b>13:00 - 14:00 Uhr</b>
<b>Für Erwachsene &amp; Jugendliche</b>	<b>14:00 - 15:30 Uhr</b>

**Mittwochs 14.05.-17.12.2025 im Fit & Fight Euskirchen,  
Roitzheimerstr. 84, 53879 Euskirchen**

<b>Für Kinder (5-12J.)</b>	<b>16:00 - 17:15 Uhr</b>
<b>Für Erwachsene &amp; Jugendliche</b>	<b>17:30 - 19:00 Uhr</b>

Anmeldungen mit Altersangabe unter Stichwort ‚Capoeira‘ an:  
[kreARTiv@alanus.edu](mailto:kreARTiv@alanus.edu) (Rückfragen 0151 12957957)

Das Angebot ist kostenfrei, es läuft auch in den Ferienzeiten. Es wird von Help - Hilfe zur Selbsthilfe e.V. getragen und von der Alanus Hochschule organisiert und wissenschaftlich auf seine Wirkung evaluiert.



Bilder: Capoeira Mineira, Köln/Bonn

Show beim kreARTiv-Kulturfestival am 29./30. November 2025. Save the date.