



KSO

Kofoeds Skoles
Oplysningsforbund
Undervisningskatalog

**KOFOEDS
SKOLE**

Mennesker Med Mere



Kofoeds Skoles
Oplysningsforbund

Kofoeds Skoles Oplysningsforbund
Holmbladsgade 120 | 2300 København S
Telefon 41 73 32 06 | kso@ksodk.dk

Redaktion

Kirsten Kaas (ansv.)
Filiz Tekin

Design & illustrationer

Susanne Christiansen

Foto

Julia Kleivan McIntyre
Nadina Stryhn
Rikke Bjerre
Yechiela Nice Pojanamebaanstit
Kjeld Andersen
Susanne Christiansen

Tryk

Medieværkstedet/Kofoeds Skole

4-5	info
6-7	dansk sprog & kultur
8-9	verdenssprog
10-11	it & foto
12-13	højskole
14-15	krea & syskolen
16-17	kofoeds sociale madhus
18	cykel
19	frisør
20	keramik
21	grafik
22-23	billedkunst
28-31	motion
32-42	musik & drama
43	undervisere

Velkommen til undervisning på Kofoeds Skole

Kofoeds Skole er et tilbud til alle mennesker, der står uden for arbejdsmarkedet og uddannelsessystemet - og som er mellem 18 år og folkepensionsalderen.

Kære alle

Her er kataloget over alle de kurser vi afholder i Kofoeds Skoles Oplysningsforbund - efteråret 2023.

Rigtig god fornøjelse

Hvis du har gode ideer til kurser, så hører vi gerne fra dig. Vi glæder os til at se jer alle!

Mange hilsner
fra os alle i KSO

**Her er du velkommen
uanset
køn, krop, seksualitet,
religion og etnicitet**

OBS!

Det er en god idé at tilmelde dig vores side på **Facebook - "Info fra Kofoeds Skole"**.

Kofoeds Skole er ikke kun undervisning. Du kan også bruge værkstederne, Café Kofoeds Kant, Café Himmelblå og Åben Rådgivning.

Aktiv på Kofoeds Skole

Når du deltager i undervisningen bliver du skrevet ind på Kofoeds Skole og får et aktivt kort til Kofoeds Skoles tilbud.

Du kan blive skrevet ind ved at henvende dig i Åben Rådgivning. Åben Rådgivning ligger i Café Kofoeds Kant og har åbent mandag - fredag kl. 9 - 13. I Åben Rådgivning kan du også få fornyet dit kort til Kofoeds Skole, når det udløber.

Tilmelding

Du kan melde dig til et kursus på 3 måder:

- Udfyld et ansøgningsskema på papir. Skemaet finder du her i kataloget. Afleveres i Kofoeds Kant eller til din lærer.
- På www.kofoedsskole.dk
- Send en mail til vejledningen@kofoedsskole.dk

Al undervisning i KSO er gratis

- og alle som går på Kofoeds Skole er velkomne!

Husk at du skal have et Kofoedkort for at deltage i kurserne i KSO

Kofoeds Skole

Holmbladsgade 120
2300 Kbh. S

Telefon til Kofoeds Skole 32 68 02 00

Telefon til Kofoeds Skoles Oplysningsforbund 41 73 32 06

Vejledningstelefon 41 73 32 00



Lukkedage og ferier 2023

Sommerferie: 26. juni - 04. august

Efterårsferie: Uge 42 (mandag d. 16. oktober - fredag d. 20. oktober)

Juleferie: fredag d. 22. december - tirsdag d. 2. januar 2024

Undervisningsfri fra kl. 12: tirsdag d. 5. september og mandag d. 27. november.

Kursusstart: tirsdag d. 2. januar 2024

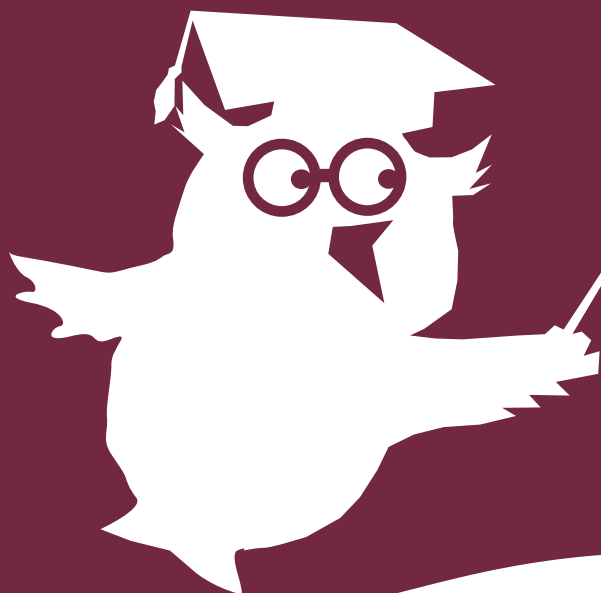


Foto: Nadina Stryhn

Lær dansk i fællesskab med andre

Danskkurserne er for dig, der
har dansk som andetsprog

Dansk

Begynder

946-32-223

Kurset er for dig, som lige er begyndt at lære dansk. Vi taler dansk, lytter til dansk og læser korte tekster på dansk. Kom og vær med!

Lærer: Rikke Klein
Tlf.: 4173 3263
Tid: Tirsdag 09.00-11.45
Start: 08.08.2023
Slut: 18.12.2023
Sted: Lokale 4, 1. sal

Let øvede

946-33-223

Kurset er for dig, som ønsker at udvide dit danske ordforråd og blive bedre til grammatik og udtale. Med læsning, lytte- og skriveøvelser får du indsigt i samfundsmæssige og kulturelle forhold i Danmark.

Lærer: Rikke Klein
Tlf.: 4173 3263
Tid: Tirsdag 12.30-15.00
Start: 08.08.2023
Slut: 19.12.2023
Sted: Lokale 4, 1. sal

Let øvede

946-34-223

Kurset er for dig, som ønsker at udvide dit danske ordforråd og blive bedre til grammatik og udtale. Med læsning, lytte- og skriveøvelser får du indsigt i samfundsmæssige og kulturelle forhold i Danmark.

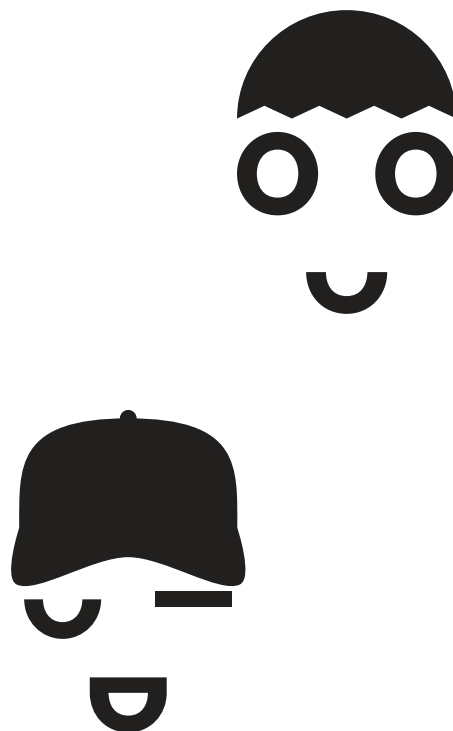
Lærer: Rikke Klein
Tlf.: 4173 3263
Tid: Onsdag 09.00-11.45
Start: 09.08.2023
Slut: 20.12.2023
Sted: Lokale 4, 1. sal

Øvede

946-35-223

Kurset er for dig, som ønsker at få et endnu større ordforråd på dansk. Vi læser artikler og diskuterer samfundsforhold. Desuden arbejder vi med skrivning og med at forfine dine grammatiske kompetencer.

Lærer: Rikke Klein
Tlf.: 4173 3263
Tid: Onsdag 12.30-15.00
Start: 09.08.2023
Slut: 20.12.2023
Sted: Lokale 4, 1. sal



7 dansk sprog & kultur



Foto: Yechiela Nice Pojanamebaanstift



How are you doing?

Engelsk

Begyndere

946-58-223

Du kan lidt engelsk, - nu vil du vide mere. Vi arbejder hver gang med udtale, grammatik, skrivning og læsning. Og vi taler en masse engelsk.

Lærer: Clarice Scott

Tlf.: 4173 3247

Tid: Mandag og onsdag 12.30-14.05

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Lokale 3, 1. sal

Let øvede

946-80-223

Improve your speaking and reading of English while discovering American culture. Learn popular slang and songs. Discuss classic Hollywood films.

Lærer: Clarice Scott

Tlf.: 4173 3247

Tid: Tirsdag og torsdag 10.00-11.45

Start: 08.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Lokale 3, 1. sal

Øvede

946-60-223

English Mix

Practice grammar and verb tenses. we will read short texts to learn everyday words and phrases. This class will help you to build a good language foundation using videos, music and text.

Lærer: Clarice Scott

Tlf.: 4173 3247

Tid: Mandag og onsdag 10.00 - 11.45

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Lokale 3, 1. sal

Øvede

946-61-223

Reading Circle - Together we read short stories from various English speaking countries: humor, adventure, Sci-Fi, romance... We talk about the stories which will help improve your vocabulary and spoken English.

Lærer: Clarice Scott

Tlf.: 4173 3247

Tid: Fredag 9.00 - 11.45

Start: 11.08.2023

Slut: 22.12.2023

Sted: Lokale 3, 1. sal



Foto: Susanne Christiansen

Hola Amigo

Spansk

Begyndere

946-82-223

Tal og syng dig glad på spansk!

En forførende rejse til den spanske verden! Du får viden om basal grammatik, sprog og kultur i den spansktalende verden. Du bliver i stand til at føre enkle samtaler og læse lette tekster. Kurset foregår i en hyggelig tone, hvor alle kan være med. Vi starter helt fra bunden. Hasta la vista!

Lærer: Marcela Vester

Tlf.: 4173 3240

Tid: Mandag og onsdag 12.30-15.00

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Lokale 2, 1. sal

Let øvede

946-83-223

Nu kan du lidt spansk. Lær mere!

Dette kursus er for dig, der vil forbedre dine spanskundskaber. Vi læser tekster, ser videoer, synger og laver små skriftlige øvelser. Kurset sætter dig i stand til at begå dig på lokalsproget, når du rejser til Spanien eller Latinamerika. Kom og vær med! Hasta la vista!

Lærer: Marcela Vester

Tlf.: 4173 3240

Tid: Tirsdag og torsdag 12.30-15.00

Start: 08.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Lokale 2, 1. sal

Øvede

946-84-223

Conversación, lecturas y música

Amplía tu vocabulario y mejora tu pronunciación descubriendo el mundo hispano. Conserva y mejora tu español a través de temas relevantes y variados que te acercarán a la cultura hispana. Habrá videos, lecturas, canciones y ejercicios gramaticales. El curso te ayudará a comunicarte con confianza cuando viajes a uno de los 21 países donde se habla español y otros donde la lengua española está ampliamente extendida. Únete a los ya más de 500 millones de hispanohablantes! Hasta la vista!

Lærer: Marcela Vester

Tlf.: 4173 3240

Tid: Tirsdag og torsdag 10.00-11.45

Start: 08.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Lokale 2, 1. sal

FAKTA

Vidste du, at spansk tales af næsten en halv milliard mennesker i mere end 21 lande, og er et af de mest udbredte sprog i verden?

verdenssprog



Foto: Susanne Christiansen

It - kun for kvinder

Et begynderkursus hvor du lærer at bruge en computer. Vi ser på mail, internet, billeder, skrive- og regneprogrammer. Kurset er kun for kvinder.

It - kun for kvinder

947-04-223

Lærer: Marcela Vester

Tlf.: 4173 3240

Tid: Mandag 9.00-11.45

Start: 14.08.2023

Slut: 18.12.2023

Sted: It-lokalet, 1. sal

Hjælp til det digitale

Her kan du få hjælp til lige præcis det, du har brug for.

Det kan være MitID, borger.dk, e-mail, din smartphone, Word - eller hvad du nu er i gang med. Vi kigger på det sammen, og får styr på alt det der kan drille.

Tirsdage kan du også bare kigge forbi
- der er åbent værksted.

Hjælp til det digitale

947-00-223

Lærer: Rikke Bjerre

Tlf.: 4173 3202

Tid: Tirsdag 09.00-11.45

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: It-lokalet, 1. sal

Hjælp til det digitale

947-01-223

Lærer: Rikke Bjerre

Tlf.: 4173 3202

Tid: Tirsdag 12.30-15.00

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: It-lokalet, 1. sal

It i hverdagen

Lær om computeren og få hjælp til din smartphone.

Lær om begreber som Skyen, browser, QR kode, app og opdatering. Du kan også få hjælp til at bruge din smartphone/Iphone og lære hvordan de forskellige platforme taler sammen.

Vi kommer også til at se på:

Borger.dk og e-boks
Sociale medier
Nyheder og avislæsning
Informationssøgning
Indkøb på nettet
E-mail

It i hverdagen

947-29-223

Lærer: Rikke Bjerre
Tlf.: 4173 3202
Tid: Onsdag 9.00 - 11.45
Start: 09.08.2023
Slut: 20.12.2023
Sted: It-lokalet, 1. sal

It i hverdagen

947-30-223

Lærer: Rikke Bjerre
Tlf.: 4173 3202
Tid: Onsdag 12.30-15.00
Start: 09.08.2023
Slut: 20.12.2023
Sted: It-lokalet, 1. sal

Mine medier

Få styr på dit medieudstyr

Vi laver små film og billedformater med det udstyr, du selv har med, f.eks. smartphone, computer eller kamera. Du bliver bedre til at bruge dine gadgets og lærer hvordan, de kommunikerer med hinanden.

Vi arbejder med kamera- og lydteknik, og klipper og redigerer. Vi lægger også billeder og videoer på sociale medier som Dropbox, YouTube og Facebook.

Mine medier

947-70-223

Lærer: Kenan Tekin
Tlf.: 4173 3214
Tid: Fredag 12.30 - 15.00
Start: 11.08.2023
Slut: 22.12.2023
Sted: It-lokalet, 1. sal

Bliv en bedre fotograf

Fotografi som udtryk

Har du noget på hjerte, vil du finde ud af hvad og formidle det med fotografi, så er kurset noget for dig. Lige meget om du er begynder eller erfaren, om du bruger din telefon eller kamera. Fotografiet er uadskilleligt fra vores private liv og offentlige begivenheder. Vi udforsker denne spændvidde. Det handler dine egne fotos og idéer. Det du interesserer dig for og vil dele med andre.

Bliv en bedre fotograf

947-90-223

Lærer: Anders Clausen
Tlf.: 4173 4103
Tid: Mandag 12.30-15.00
Start: 14.08.2023
Slut: 18.12.2023
Sted: It-lokalet, 1. sal



Foto Julia Kleivan McIntyre



Kreativ skrivning

Måske skriver du allerede? Eller har lyst til at komme i gang? Har du lyst til at få positiv feedback fra lærer og medkursister på dine tekster? Så er skriveholdet måske noget for dig. Vi prøver kræfter med forskellige skriveøvelser, læser vores tekster højt for hinanden og giver feedback. Indimellem læser vi også uddrag af andre forfatteres værker for at blive klogere på litteraturens virkemidler. Alle kan være med - uanset om du har skrevet før. Vi glæder os til at se dig!

Kreativ skrivning

946-27-223

Lærer: Signe Cain

Tlf.: 4173 3218

Tid: Mandag 10.00 - 14.05

Start: 14.08.2023

Slut: 18.12.2023

Sted: Lokale 1, 1.sal



Foto Kjeld Andersen

Her er plads til alle

Lær noget nyt, mens du lærer dig selv at kende

Filosofi

Slip de store tanker løs

På filosofikurset sætter vi spørgsmålstegn ved det hele - ikke bare noget, men det HELE! Her handler det om livets store spørgsmål. Frihed, køn, nyheder, historie, religion og meget andet. Vi undersøger, argumenterer og diskuterer hvorfor verden er, som den er og du er med til at bestemme indholdet. Alle spørgsmål er velkomne. Ta' med os til tankernes fristed.

Filosofi

946-14-223

Lærer: Michael Jonassen

Tlf.: 4173 3207

Tid: Tirsdag 9 - 11.45

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Lokale 1, 1.sal



Gamle møbler - nyt liv

Fra skrot til flot

Nyt liv til gamle smykker og sager

Vi genbruger gamle møbler og smykker, laver dem om og giver dem nyt liv. Bordet shines op med mosaik eller decoupage. Kedelige bogkasser bliver som nye... Ja, selv mormors gulnede lampeskærm kan få et nyt liv.

Du får mulighed for at arbejde med mindre ting (f.eks. rammer og vaser) og for at bygge små skulpturer af glas-, træ- og porcelænsstumper.

På kurset laver du både ting til dig selv og til Kofoeds Skoles sommer- og julemarked.

Fra skrot til flot

950-29-223

Lærer: Lena Spøhr Larsen

Tlf.: 4173 3245

Tid: Tirsdag 10.00-15.00

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Skrot til flot, 3. sal

Fra skrot til flot

950-30-223

Lærer: Lena Spøhr Larsen

Tlf.: 4173 3245

Tid: Onsdag 10.00-15.00

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Skrot til flot, 3. sal



Foto: Susanne Christiansen



Foto Kjeld Andersen

Sy-skolen

Slå dig løs med symaskine nål og tråd

Hvad drømmer du om at sy? En velsiddende kjole, en helt særlig taske, en flot udsmykning til din bluse, en hætte til din jakke eller et sødt sovedyr til din niece?

Det er kun fantasien, der sætter grænser.

På dette kursus lærer du noget om tilretning af mønstre, ud fra egne mål. Du lærer at bruge en symaskine og du bliver introduceret til forskellige syteknikker - afhængig af din opgave.

Syopgaver tilpasses den enkelte elev afhængig af niveau og ønsker.

Så kom og afprøv dine egne ideer eller få ny inspiration. Vi har alt hvad du skal bruge, og du behøver ikke at kunne sy i forvejen.

Syning

950-54-223

Lærer: Agathe Thomassen

Tlf.: 4173 3222

Tid: Mandag 10.00-15.00

Start: 14.08.2023

Slut: 18.12.2023

Sted: Syskolen, 3. sal

Syning

950-60-223

Lærer: Lena Spøhr Larsen

Tlf.: 4173 3245

Tid: Torsdag 09.00-15.00

Start: 10.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Syskolen, 3. sal

Syning

950-55-223

Lærer: Agathe Thomassen

Tlf.: 4173 3222

Tid: Tirsdag 10.00-15.00

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Syskolen, 3. sal

Syning

950-56-223

Lærer: Agathe Thomassen

Tlf.: 4173 3222

Tid: Onsdag 9.00-15.00

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Syskolen, 3. sal

Syning begyndere

950-57-223

Lærer: Agathe Thomassen

Tlf.: 4173 3222

Tid: Fredag 09.00-13.15

Start: 11.08.2023

Slut: 22.12.2023

Sted: Syskolen, 3. sal

Kurset henvender sig til begyndere.

Hver anden formiddag kommer et fælles oplæg med spændende og relevante temaer indenfor syning. Resten af tiden benyttes til egne syprojekter

Dyrk din madglæde

Mad med duftende krydderier – fra Danmark til fjerne egne



Hele verden i samvær og mad

Har du lyst til at lave sund mad i fællesskab og afprøve opskrifter, du også kan lave derhjemme, så kom og vær med i vores hyggelige og varme køkken. Alle er velkomne.

Hele verden i samvær og mad

952-55-223

Lærer: Mads Lillesøe

Tlf.: 4173 3223

Tid: Mandag 12.30 - 15.55

Start: 14.08.2023

Slut: 18.12.2023

Sted: Det sociale Madhus, i gården

Spiseklub for alle

Lær nye og gamle opskrifter at kende. Vi bager, koger og laver mad fra såvel danske som de internationale køkkener. Vi spiser og hygger - for god mad gør glad.

Spiseklub for alle

952-71-223

Lærer: Mads Lillesøe

Tlf.: 4173 3223

Tid: Onsdag 14.15-18.45

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Det sociale Madhus, i gården

Spiseklub - kun for mænd

Vi laver nem og dejlig mad hver tirsdag

Er du frisk på at lave mad - og være med i en spiseklub, som kun er for mænd.

Der er sørget for indkøb og opskrifter. Du skal bare møde op. Du lærer nyt og vi laver også nogle af de gode gamle kendinge. Vi spiser sammen inden vi går hjem.

Spiseklub - kun for mænd

952-70-223

Lærer: Mads Lillesøe

Tlf.: 4173 3223

Tid: Tirsdag 14.15 - 17.50

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Det sociale Madhus, i gården

God sund fredag

Inspiration til sund mad.

Vi laver den mad du i forvejen spiser, og laver den sundere. Vi laver mad sammen to & to -snakker om maden mens vi tilbereder den. Sammen undersøger vi madrelaterede spørgsmål og nye trends. Vi ser på kostråd, varedeklarerer m.m. Vel mødt!

God sund fredag

952-59-223

Lærer: Camilla Hjorth

Tlf.: 4173 3221

Tid: Fredag 09.00-14.05

Start: 11.08.2023

Slut: 15.12.2023

Sted: Det sociale Madhus, i gården

Mød en dronning

Vi lærer om livet i et bistade, hvordan man passer en bifamilie og slynger honning. Da kurset følger årets gang i en bifamilie starter undervisningen i marts og slutter i oktober. Der er løbende optag og plads til alle.

Mød en dronning

952-40-223

Lærer: Kristin Lassen/Camilla Hjorth

Tlf.: 4173 3221

Tid: Torsdag 9.00-11.45

Start: 10.08.2023

Slut: 26.10.2023

Sted: Bigård bag Det sociale Madhus



Foto Susanne Christiansen

7 kofoeds sociale madhus



Foto Susanne Christiansen

Styr på din cykel

Lær mere om din cykel

Her kan du komme og lære at pleje, passe og ikke mindst reparere din cykel.

Lisa Morgen er uddannet cykelmekaniker, har 2 cykelbutikker - og glæder sig til at lære dig alt om cykler.

Hvis du ikke vil tilmeldes hele perioden, så drop forbi og tal med Lisa.

Styr på din cykel

950-80-223

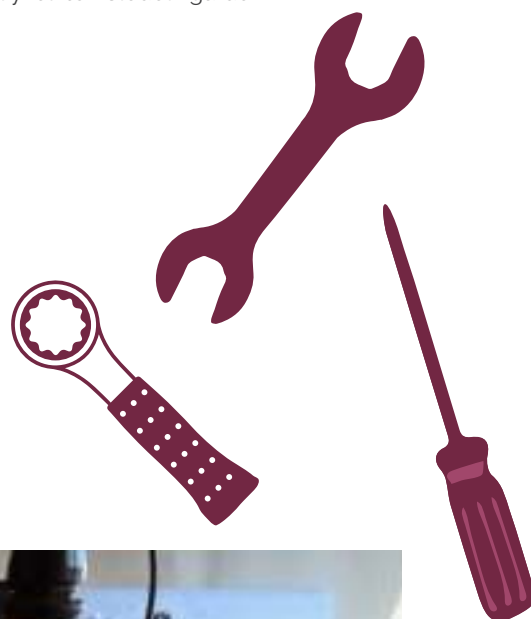
Lærer: Lisa Morgen**Tlf.:** 4173 3046**Tid:** Mandag 9.00-15.00**Start:** 14.08.2023**Slut:** 18.12.2023**Sted:** Cykelværkstedet i gården

Foto Susanne Christiansen

Frisør

Introduktion og øvelse

Kunne du tænke dig at snuse til frisørfaget, få basisviden og lære (eller øve dig i) de grundlæggende teknikker?

Så kom og vær med, når vi klipper og krøller, farver og styler, ordner bryn og vipper - og alt det andet, som rører sig inden for faget. Du får masser af kreativ frihed, inspiration, erfaring med forskellige produkter og kunde-kontakt i vores hyggelige salon. Vi nyder stadig vores helt nye salon. Vi glæder os til at se dig!

Frisør

942-00-223

Lærer: Grith Johnsen

Tlf.: 4173 3042

Tid: Mandag 09.00-14.05

Start: 14.08.2023

Slut: 18.12.2023

Sted: Frisøren

Frisør kun for kvinder

942-03-223

Lærer: Grith Johnsen

Tlf.: 4173 3042

Tid: Onsdag 09.00-14.05

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Frisøren



Foto Nadina Stryhn



Foto: Susanne Christiansen

Keramik

Lær at forme en kop, en skål, en figur eller...

Her lærer du grundteknikkerne, samt dekoration og glasering. Som begynder vil du i starten få bundne opgaver, og som øvet kan du arbejde på egen hånd under vejledning. Eventuelle udflugter til gallerier og museer planlægges i fællesskab.

Vi slutter dagen med oprydning og gulvvask.

Keramik

949-00-223

Lærer: Theis Lorenzen

Tlf.: 4173 4105

Tid: Mandag 09.00-15.00

Start: 14.08.2023

Slut: 18.12.2023

Sted: Keramiklokalet, 2. sal

Keramik

949-02-223

Lærer: Theis Lorenzen

Tlf.: 4173 4105

Tid: Tirsdag 09.00-15.00

Start: 15.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Keramiklokalet, 2. sal

Selvvalgte opgaver

Forudsætning: Du har lært de mest almindelige grundteknikker samt glasering.

På kurset kan du arbejde på egen hånd under vejledning i lertøj, stentøj og porcelæn. Du kan afprøve forskellige dekorationsteknikker. Eventuelle udflugter til gallerier og museer planlægges i fællesskab.

Vi slutter dagen med oprydning og gulvvask.

Keramik - øvede

949-04-223

Lærer: Pia Baastrup

Tlf.: 4173 3225

Tid: Onsdag 09.00-15.00

Start: 16.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Keramiklokalet, 2. sal

Udtryk

i form & farve

Pølse – trykke – dreje – presse – rulle – pensle – dyppe – hælde

Ønsker du at fordybe dig i keramikens forunderlige verden, så kom til torsdags keramik, for begyndere og for øvede. Vi laver alt fra krukker, brugsgenstande og skulpturer i både lertøj og stentøj. Du vil blive undervist i grundlæggende teknikker, der knytter sig til det keramiske håndværk fra formgivning til dekoration og glasering. Besøg til udstillinger kan forekomme.

Vi slutter dagen med oprydning og gulvvask.

Keramik

949-05-223

Lærer: Iben Harboe

Tlf.: 4173 3224

Tid: Torsdag 09.00-15.00

Start: 17.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Keramiklokalet, 2. sal

Pølse – trykke – dreje – presse – rulle – pensle – dyppe – hælde

Her kan du fordybe dig i keramikens forunderlige verden fredags-keramik er for begyndere og for øvede. Vi laver alt fra krukker, brugsgenstande og skulpturer i både lertøj og stentøj. Du vil blive undervist i grundlæggende teknikker, der knytter sig til det keramiske håndværk fra formgivning til dekoration og glasering. Besøg til udstillinger og tværfagligt samarbejde med Atelieret kan forekomme.

Vi slutter dagen med oprydning og gulvvask.

Keramik

949-07-223

Lærer: Iben Harboe

Tlf.: 4173 3224

Tid: Fredag 09.00-15.00

Start: 18.08.2023

Slut: 22.12.2023

Sted: Keramiklokalet, 2. sal

Grafik

- i sort/hvid og farve

Vi arbejder med højtryk i linoleum og træ. I dybtryk får du mulighed for at arbejde med den enkle og smukke teknik, koldnålsradering i zink eller kobber. Vi eksperimenterer også med nyere former for tryk som kollografi. Der veksles mellem teknikbaserede opgaver og mindre projekter. Alle trykfarver er oliebasebaserede. Værkstedet er holdt så non-toxic som muligt. Relevante ekskursioner til gallerier og museer indgår i kurset.

Grafik

949-30-223

Lærer: Delphine Flyvehavn

Tlf.: 4173 3230

Tid: Tirsdag 10.00-15.55

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Atelieret, 2. sal



Foto Julia Kleivan McIntyre

grafik

21



Tegn, mal og mixed media

Kurset er for alle, der har lyst til at komme i gang og udvikle sig

Vi undersøger tegningens muligheder og opøver evnen til at blande og bruge farver i akryl, akvarel og farvekridt. I mixed media eksperimenterer vi med at kombinere forskellige materialer til f.eks. collager, relieffer eller skulpturer. Vi tager gerne på galleri- og museumsbesøg. Tværfagligt samarbejde med keramikens fredags hold kan ligeledes forekomme, omkring croquis og andre aktiviteter.

Tegn, mal og mixed... 949-27-223

Lærer: Delphine Flyvehavn

Tlf.: 4173 3230

Tid: Fredag 10.00-15.00

Start: 11.08.2023

Slut: 22.12.2023

Sted: Atelieret, 2. sal

Tegn, mal og mixed media

For dig, der har arbejdet med billeder før

Vi eksperimenterer med tegning, maleri og mixed media. Der veksles mellem frie og bundne opgaver, hvor du afprøver forskellige redskaber og materialer. Farvelære- og kunsthistoriske aspekter indgår. Du bliver inspireret på f.eks. ture ud i naturen og besøg på galleri eller kunstmuseum. Ofte arbejder vi med en udstilling på Kofoeds Skole eller "ude i byen". Samarbejde med Grafik og Atelierets fredagshold kan forekomme.

Tegn, mal og mixed... 949-26-223

Lærer: Delphine Flyvehavn

Tlf.: 4173 3230

Tid: Mandag 10.00-15.00

Start: 14.08.2023

Slut: 18.12.2023

Sted: Atelieret, 2. sal



Foto: Susanne Christiansen

Eksperimenterende billedarbejde

Vi arbejder på dette hold med akrylmaleriet og alt det som mediet kan. Der er så mange muligheder for at finde lige netop din kunstneriske stemme, og på holdet støtter og opmuntrer vi hinanden til at slippe farven og eksperimenterne fri.

Du vil blive introduceret til et væld af maleriske teknikker, farveblanding, komposition og kunstneriske stilarter, så du bliver klædt på til at finde lige netop dit eget kunstneriske udtryk.

Som inspiration ser vi på forskellige kunstnere igennem tiderne. Du støttes i, hvordan man opbygger et billede og får det frem, som du har indeni, og jeg lover dig, at du mærker hvordan dine frembringelser får et skub opad på rigtig mange planer.

Eksperimenterende... 949-14-223

Lærer: Kathrine Hernø-Toftild

Tlf.: 4173 3229

Tid: Onsdag 09.00-15.00

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Atelieret, 2. sal

Tegning

Mennesket har altid tegnet Vi holder først op, når vi er omkring ni- ti år, på nær de få som stædigt holder fast i tegningen som et vigtigt sprog. Holdet er for dig som stoppede (-og som stadigvæk ærger dig) og for dig der holdt fast i blyanten, fordi tegning er en fantastisk måde at udtrykke sig på. På vores tegnehold vil du få mulighed for at finde et kreativt frirum med masser af fif til, hvordan du kan få det til at ligne, eksperimentere med streger og opleve glæden ved at skabe. Vi arbejder med klassiske såvel som eksperimenterende tegneteknikker, og sniger der sig en pensel ind, gives der også plads til det. Du får mulighed for at slippe din indre tegner løs, og der er mulighed for at arbejde på individuelle opgaver og få støtte til disse, også hvis du vil søge ind på design eller kunstskele.

Tegning

949-25-223

Lærer: Kathrine Hernø-Toftild

Tlf.: 4173 3229

Tid: Torsdag 10.00-15.00

Start: 10.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Atelierset, 2. sal

Kunst og kundskab

På dette hold vil du med penslerne i hånd kunne gå i dybden med lige præcis den teknik og den tilgang til billedet du ønsker. Jeg vil støtte dig individuelt og guide dig efter dit behov. Der er plads til både det ekspressive maleri med masser af eksperimenter såvel som det klassisk opbyggede maleri med lys og skygge, hvis det er den vej, du ønsker at gå. Vi vil tage udgangspunkt i lige netop dit behov. Undervejs vil I blive introduceret til nye teknikker, øvelser og idéer fra den store lykkepose. Og det kan ikke udelukkes, at du får lidt indblik i kunstnere igennem tiden og deres metoder.

Kunst og kundskab

949-10-223

Lærer: Kathrine Hernø-Toftild

Tlf.: 4173 3229

Tid: Torsdag 15.10 - 18.45

Start: 10.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Atelierset, 2. sal

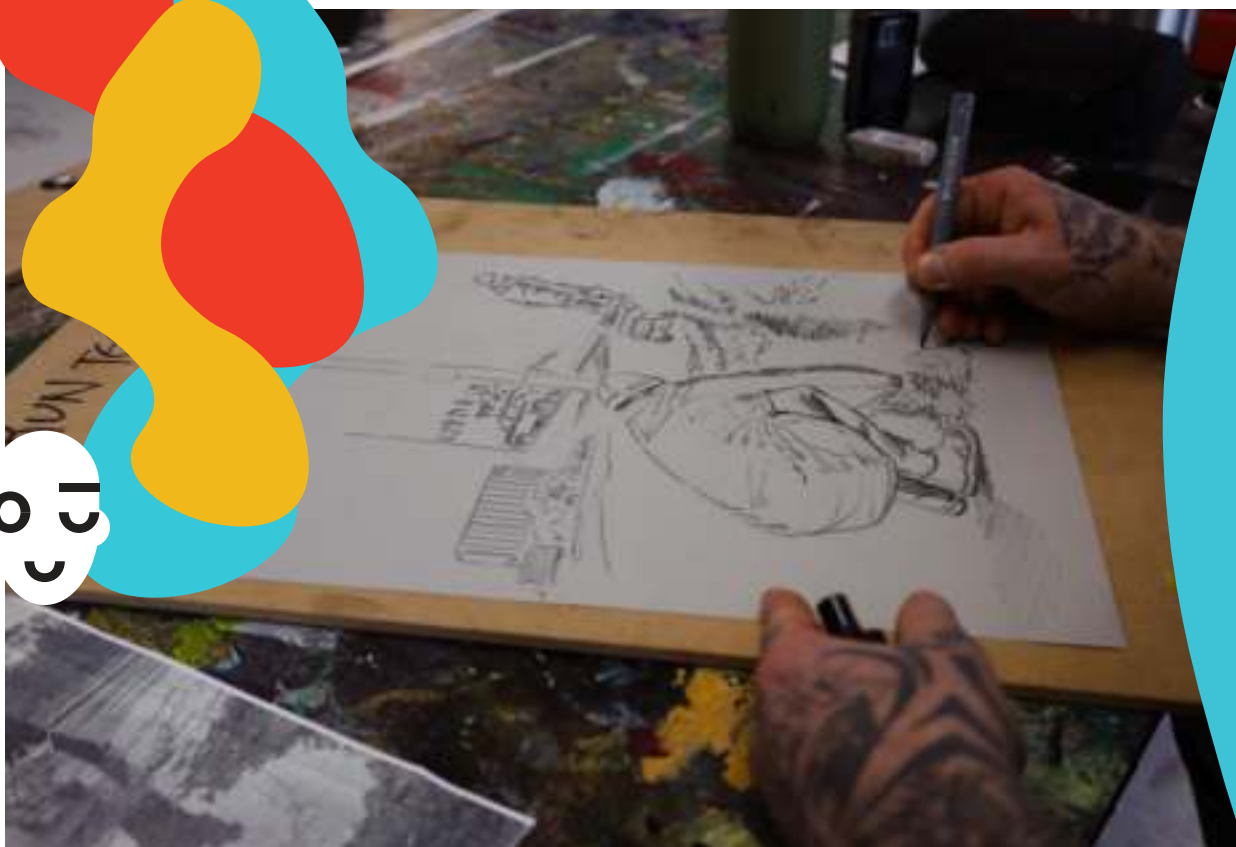


Foto: Susanne Christiansen

billedkunst
23



FOEDS
LE
ker Med Mere



Sommermarked

14. juni 2023 kl. 12-17



Second-hand
Planter & grønt
Madboder
Kunsthåndværk
Livemusik

Kofoeds Skole

HOLMBLADSGADE 120 - 2300 KØBENHAVN S







Yoga

Harmoni og styrke

Øvelserne i yoga løsner op for spændinger og øger samtidig kroppens smidighed og styrke. På dette kursus laver vi øvelser som går i dybden og sammensætter dem til et flow, så kroppen varmes godt igennem. Yoga kan give indre ro, bedre søvn og mere energi. Hver time sluttet af med afspænding.

Yoga

948-55-223

Lærer: Majken Kongshaug

Tlf.: 4173 3219

Tid: Mandag 10.00-11.45

Start: 14.08.2023

Slut: 18.12.2023

Sted: Yoga og nærvær, 4. sal,

Yoga - kun for kvinder

For dig som gerne vil dyrke yoga på et hold kun med kvinder. Yoga er godt til at løsne op for kroppens spændinger og øge din smidighed og styrke. Samtidig giver yoga dig indre ro, bedre søvn og mere energi i hverdagen. Alle kan være med. Hver time afsluttes med afspænding.

Yoga

- kun for kvinder

948-57-223

Lærer: Majken Kongshaug

Tlf.: 4173 3219

Tid: Onsdag 10.00-11.45

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Yoga og nærvær, 4. sal,

Stille yoga

Beroligende yin-yoga

God form for yoga, hvis du har muskelspændinger. Vi arbejder i et roligt tempo med god tid til hver stilling og til at mærke ordentligt efter i kroppen. Yinyoga er med til at løsne op for både fysiske og mentale spændinger, og er ren balsam for din krop og sjæl. Hver time afsluttes med afspænding.

Stille yoga

948-56-223

Lærer: Majken Kongshaug

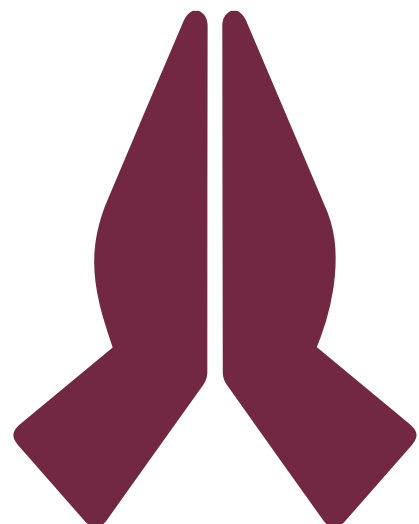
Tlf.: 4173 3219

Tid: Onsdag 12.30-14.05

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Yoga og nærvær, 4. sal,



Bevægelse

Træning for krop og sjæl



Qi Gong

Den kinesiske vej til sundhed og velvære

Qi Gong er bevægelser i slowmotion, som er med til at forebygge og lindre sygdomme.

Vi arbejder med stilarten Shibashi, som består af 18 specifikke øvelser.

Med Qi Gong kan du:

- Få mere energi til kroppen
- Opnå større ro i sindet
- Styrke din balance og dit immunforsvar
- Modvirke stress

Qi Gong

948-11-223

Lærer: Ole Andersen

Tlf.: 4173 3220

Tid: Tirsdag 10.00-11.45

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Yoga og nærvær, 4. sal

Qi Gong øvede

Lær flere teknikker og stilarter

Et hold for dem, der kender og har gået til Qi Gong før. Vi arbejder både med 1. og 2. sæt af Shibashi, Qi Gong walking, standing m.m.

Qi Gong øvede

948-14-223

Lærer: Ole Andersen

Tlf.: 4173 3220

Tid: Fredag 12.30-15.00

Start: 11.08.2023

Slut: 22.12.2023

Sted: Scherfiglokalet 4. sal,

Multitræning

Individuel træning med vejledning

Træn på maskiner, med vægte, træningsbolde, elastikker og lav øvelser på gulv. Deltag i opvarmning til rytmisk musik, eller lav din egen opvarmning på cykel, løbebånd eller andet. Her sammensætter du dit eget personlige program, og får al den vejledning, du har brug for. Vi slutter af med en god, fælles udstrækning.

Multitræning

948-07-223

Lærer: Ole Andersen

Tlf.: 4173 3220

Tid: Torsdag 10.00-11.45

Start: 10.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Fitness på 4.

Mindfulness

Find din indre ro

Kom og bliv bedre til at være til stede i nuet, og være den du er. Mindfulness handler om nærvær, og om at skabe kontakt til kroppens kerne af fred og væren.

Vi skruer helt ned for tempoet og arbejder med åndedrætsmeditation, gå-meditation, mindful movement, kropsskanning, og compassion (medfølelses-meditation). Der bliver udleveret lydfiler, så du selv kan lave øvelserne hjemme. Du skal kunne forstå dansk, da der er en del guidede øvelser og meditationer.

Mindfulness

948-15-223

Lærer: Ole Andersen

Tlf.: 4173 3220

Tid: Onsdag 12.30-15.00

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Scherfigsalen, 4. sal

Træning der rykker

En formiddag hvor vi giver den gas.

Vi lægger ud med rytmisk gymnastik på gulvet til fed musik, hvor tempoet kommer op, og der kommer sved på panden. Vi laver styrketræning på måtte, med håndvægte, træningsbolde og elastikker. Slutter af med stræk og en kort afspænding. En god start på dagen.

Træning der rykker 948-23-223

Lærer: Ole Andersen
Tlf.: 4173 3220
Tid: Onsdag 10.00-11.45
Start: 09.08.2023
Slut: 20.12.2023
Sted: Scherfigsalen, 4. sal

Rygtræning

Få det bedre med din ryg

Dette træningshold er for dig, som har en rygskaide eller døjer med rygsmerter. Her får du opvarmning, styrketræning, stræk og afspænding med specielt fokus på din ryg og eventuelle skader. Træn din styrke og smidighed. Få nyttig viden om ryggens anatomi, og lær rygøvelser, som du også kan udføre derhjemme.

Rygtræning 948-24-223

Lærer: Ole Andersen
Tlf.: 4173 3220
Tid: Tirsdag 12.30-14.05
Start: 08.08.2023
Slut: 19.12.2023
Sted: Scherfigsalen, 4. sal

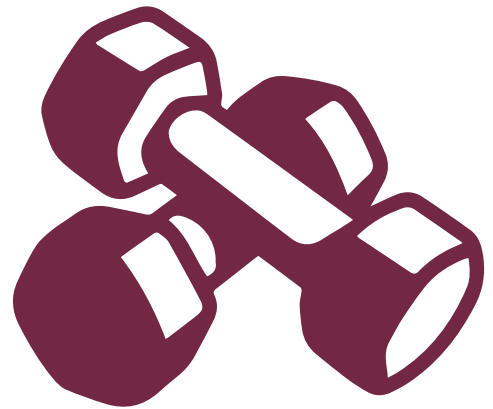
EFFEKT-træning

med Z-health

EFFEKT giver dig styrke, udholdenhed, balance, stabilitet og kropsbevidsthed. Vi starter med en rigtig blød og langsom opvarmning med øvelser fra det amerikanske Z-health-system. Vi stimulerer sanserne, nervesystemet og din bevægelighed, og det gør din motorik i stand til at klare langt mere end du er vant til. Vi arbejder stående, siddende og liggende uden brug af andre redskaber end kroppen selv.

EFFEKT-træning 948-19-222

Lærer: Ole Andersen
Tlf.: 4173 3220
Tid: Fredag 10.00-11.45
Start: 12.08.2023
Slut: 16.12.2023
Sted: Yoga og nærvær, 4. sal



Motion - kun for kvinder

Et bevægelseshold for kvinder

Efter en grundig opvarmning fokuserer vi på øget kondition, bevægelighed og udholdenhed. Der undervises også i øvelser på gulv, hvor opmærksomheden er rettet mod styrke og opstramning af ryg, mave, baller og lår. Vi kommer omkring alle de store muskelgrupper med opmærksomhed på kvinders „ømmе“ punkter. Vi slutter med øvelser, der strækker musklerne, smidiggør leddene og giver god afspænding samt energi til hele kroppen.

Motion - kun for kvinder 948-22-223

Lærer: Majken Kongshaug/Nicoline Bjørkman
Tlf.: 4173 3219 - 4173 3231
Tid: Mandag 12.30-14.05
Start: 14.08.2023
Slut: 18.12.2023
Sted: Scherfigsalen, 4. sal

Motion - kun for kvinder 948-20-223

Lærer: Majken Kongshaug
Tlf.: 4173 3219
Tid: Torsdag 09.00-11.45
Start: 10.08.2023
Slut: 21.12.2023
Sted: Scherfigsalen, 4. sal

Dansemotion - kun for kvinder 948-50-223

Lærer: Majken Kongshaug
Tlf.: 4173 3219
Tid: Fredag 10.00 - 11.45
Start: 11.08.2023
Slut: 22.12.2023
Sted: Scherfigsalen, 4. sal

Afspænding og massage

På dette hold vil vi starte med rolige dybe stræk, hvor vi udspænder stramme muskler, derefter masserer vi kroppen igennem med forskellige bolde og ruller for at forøge blodgennemstrømningen og reducere smerter i kroppen. Vi slutter af med en lang afspænding.

Afspænding og massage

948-35-223

Lærer: Nicoline Bjørkman

Tlf.: 4173 3231

Tid: Torsdag 12.30 - 14.05

Start: 10.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Yoga og nærvær, 4. sal

Pilates

En træningsform for alle

Træn mavens muskler, så de holder maven inde og støtter ryggen optimalt. Vi arbejder med respekt for kroppens grænser, og stabiliserer „det indre korset“ - bestående af mave- og rygmuskler. Desuden indgår øvelser for baller, lår og åndedrættet. Vi afslutter med stræk og afspænding.

Pilates

948-43-223

Lærer: Nicoline Bjørkman

Tlf.: 4173 3231

Tid: Torsdag 10.00-11.45

Start: 10.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Yoga og nærvær, 4. sal

Bevægelse og afspænding

Bevægelighed smidighed og styrke

Afspænding holder kroppen smidig, øger blodcirkulationen i muskler og væv, samt forebygger og afhjælper stresstilstande. Vi træner bevægelighed, smidighed og styrke, med fokus på holdning, kropsbevidsthed og åndedræt. Vi slutter af med stræk og guidet afspænding for hele kroppen. Øvelserne foregår i et roligt tempo så alle kan være med, uanset erfaring.

Bevægelse og afspænding

948-34-223

Lærer: Nicoline Bjørkman

Tlf.: 41733231

Tid: Tirsdag 12.30-14.05

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Yoga og nærvær, 4. sal

Skånsom motion - kun for kvinder

Et lille hold for elever med skånehensyn

Dette hold henvender sig til dig, som ikke kan deltage på et almindeligt hold pga. problemer med gigt, fibromyalgi, din ryg el. lign. Træningen foregår på løbebånd, motionscykel og ved brug af maskiner.

Skånsom motion - kun for kvinder

948-40-223

Lærer: Nicoline Bjørkman

Tlf.: 4173 3231

Tid: Onsdag 12.30-15.00

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Fitness på 4. sal

Dans dig glad

Enkle trin og højt humør

Her lærer du enkle trin til glad musik – vi danser til både swing, jazz, pop og funk. Vi sætter trinene sammen til koreografier og udfordrer både motorik og hukommelse – det er god gymnastik for din hjerne. Dans er fantastisk træning for både krop og sjæl. Medbring danseglæde og godt humør.

Dans dig glad

948-29-223

Lærer: Majken Kongshaug

Tlf.: 4173 3219

Tid: Torsdag 12.30 - 15.00

Start: 10.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Scherfigsalen, 4. sal

Mere energi og velvære

Kondition, bevægelighed, udholdenhed og balance

Vi får pulsen op, med en frisk opvarmning - vi kommer hele kroppen rundt med fokus på øget muskelstyrke og balance. Undervisningen afsluttes med stræk.

Mere energi og velvære

948-04-223

Lærer: Nicoline Bjørkman

Tlf.: 4173 3231

Tid: Tirsdag 09.00-11.45

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Scherfigsalen, 4. sal



Drama

Vi vil arbejde med forskellige skuespiltekniske øvelser. Med udgangspunkt i improvisationsøvelser arbejder vi med forskellige roller - og måske laver vi i fællesskab en forestilling. Alle er velkomne.

Drama

944-00-223

Lærer: Lærer Kommer
Tlf.: 4173 3217
Tid: Fredag 09.00-14.05
Start: 11.08.2023
Slut: 22.12.2023
Sted: Lokale 1, 1. sal

Korfødderne

Kofoeds Skoles Kor

Kom og syng dig glad og sund - vi producerer lykkehormoner og kolesterol-dæmpende stoffer når vi synger sammen - Alle er velkomne. Vi arbejder med opvarmning, holdning, støtte, intonation og klang. Vi synger et bredt repertoire af rytmisk kormusik. Vi optræder indimellem. Vi har 4 koncerter om året i de lokale kirker, og derudover optræder vi på Kofoeds Skole til sommermarked, julemarked og andre arrangementer.

Korfødderne

944-18-223

Lærer: Kajsa Darre
Tlf.: 4173 3212
Tid: Onsdag 09.00-11.45
Start: 09.08.2023
Slut: 20.12.2023
Sted: Oasen, Musikhuset

Sangbuketten

Et lille sanghold for de rutinerede korsangere.

Vi vil synge 3-, 4-, og 5-stemmige korarrangementer, såvel rytmiske som klassiske. Det er en forudsætning for at deltage, at du kan synge rent, og der vil være en optagelsesprøve inden optagelse på holdet. Snak med læreren, hvis du er interesseret. Vi vil synge koncerter både på Kofoeds Skole og ude i byen.

Sangbuketten

944-19-223

Lærer: Sarah Michaelis
Tlf.: 4173 3241
Tid: Torsdag 09.00-11.45
Start: 10.08.2023
Slut: 21.12.2023
Sted: Klangrummet, Musikloftet



Foto Susanne Christiansen

Musik er et sprog, hele verden taler og forstår

Sang- og stemmetræning

Begynder

Træn din sangstemme ved at lære at bruge kroppen sammen med stemmen. Vi laver øvelser og anvender disse i rytmiske sange.

Begyndere

944-06-223

Lærer: Sarah Michaelis

Tlf.: 4173 3241

Tid: Torsdag 12.30 - 15.00

Start: 10.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Klangrummet, Musikloftet

Let øvede

944-07-223

Lærer: Sarah Michaelis

Tlf.: 4173 3241

Tid: Fredag 10.00-11.45

Start: 11.08.2023

Slut: 22.12.2023

Sted: Klangrummet, Musikloftet

Øvede

På dette kursus vil vi arbejde med forskellige rytmiske teknikker såsom belting, distortion og twang – baseret på styring af den luft, du bruger. Dette kan hjælpe dig med at synge renere og kraftigere samt at nå de høje toner.

Øvede

944-08-223

Lærer: Per "Chæg" Christensen

Tlf.: 4173 3210

Tid: Tirsdag 10.00-11.45

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Klangrummet, Musikloftet

Øvede

944-09-223

Lærer: Per "Chæg" Christensen

Tlf.: 4173 3210

Tid: Tirsdag 12.30-14.05

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Klangrummet, Musikloftet

Nodelære

Vi arbejder med grundlæggende elementer inden for nodelæsning, høre lære, teori og musikanalyse.

Begyndere

944-03-223

Lærer: Torsten Gislason

Tlf.: 4173 3216

Tid: Onsdag 12.30 - 14.05

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Musikloftet

Let øvede/øvede

944-04-223

Lærer: Torsten Gislason

Tlf.: 4173 3216

Tid: Tirsdag 10.00-11.45

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Musikloftet

Lær og lyt!

- lyt til forskellige musikgenrer

Hvordan lyder musikken og hvordan opstod genrerne? Hvad er historien bag, og hvordan har kunstnere gennem tiden inspireret hinanden? Du er med til at bestemme indholdet. Måske har du en yndlingskunstner, som du gerne vil dele. Måske er du bare nysgerrig og åben for ny musikalsk inspiration. Her er en oase til dig - fyldt med musik.

Lær og lyt

944-10-223

Lærer: Heidi Luke

Tlf.: 4173 3211

Tid: Tirsdag 09.00-11.45

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Musikloftet

musik

33



Foto Kjeld Andersen



Foto Susanne Christiansen

Trommesæt for alle

Lær at spille på trommesæt

Du får kendskab til de grundlæggende rytmer indenfor mange stilarter. Vi arbejder i hold hvor både øveplade og trommesæt vil indgå i undervisningen. Du vil lære at arbejde koncentreret og fordybe dig. Vi bruger PA-anlægget så vi kan spille til musik i alle genrer - så teori, teknik og praksis bliver forenet. Her snakker vi lidt og spiller meget.

Trommesæt for alle 944-22-223

Lærer:	Heidi Luke
Tlf.:	4173 3211
Tid:	Onsdag 12.30-14.05
Start:	09.08.2023
Slut:	20.12.2023
Sted:	Musikloftet

Trommesæt for alle 944-23-223

Lærer:	Heidi Luke
Tlf.:	4173 3211
Tid:	Onsdag 14.15-15.55
Start:	09.08.2023
Slut:	20.12.2023
Sted:	Musikloftet

Stik-teknik

- til trommesæt, march- og studie-trommer

Marchtrommen (lilletrommen) danner kernen i hele det tekniske spil på trommer. I den finder du alle de små sjove ting, du skal bruge, når du skal spille trommer - som fx roll's, ruff's, flam's, paradiddler, enkeltslag, dobbeltslagshvirvler osv. Her vil vi bruge tiden på at lære de enkelte noder at kende, så vi kan spille en etüde (melodi) på lilletrommen. Vi ser hvordan man kan overføre den samme teknik til trommesættet. Vi vil løbende se på ting som balance, at sidde rigtigt og ramme rigtigt hver gang. NB! Det er ikke en forudsætning, at du kan læse noder - det lærer du!

Stik-teknik 944-30-223

Lærer:	Heidi Luke
Tlf.:	4173 3211
Tid:	Onsdag 09.00-11.45
Start:	09.08.2023
Slut:	20.12.2023
Sted:	Musikloftet

Percussion for alle

Svedige soul-congas, afrobeats, rappe shakere, eller hvad med klassiske rytmer som cha cha cha eller rumba? Vi kommer vidt omkring på vores dejlige hold. Kom og vær med til at starte ugen fuld af rytmer og god musik.

Percussion for alle 944-13-223

Lærer:	Heidi Luke
Tlf.:	4173 3211
Tid:	Mandag 08.10-09.45
Start:	14.08.2023
Slut:	18.12.2023
Sted:	Musikloftet

Percussion for alle 944-14-223

Lærer:	Heidi Luke
Tlf.:	4173 3211
Tid:	Mandag 10.00-11.45
Start:	14.08.2023
Slut:	18.12.2023
Sted:	Musikloftet

Salsa percussion

- for dig der elsker rytmer (KUN FOR ØVEDE)

Merengue, Son Montuno, Cha cha cha, Bolero - nu spiller vi dem også i "det kolde Nord", og det gør vi i samarbejde med Kofoeds Skoles salsaorkester, SalsaMagi. Vi øver både i små percussionhold og med det store Salsaorkester, som vi optræder med, både på Kofoeds Skole og ude i byen. Kom med, det bliver sjovt.

Salsa percussion 944-35-223

Lærer:	Heidi Luke
Tlf.:	4173 3211
Tid:	Tirsdag 12.30-15.00
Start:	08.08.2023
Slut:	19.12.2023
Sted:	Musikhuset

Klaver til folket til alle - for alle

Klaver

Begyndere og øvede

Lær at spille rytmisk eller klassisk klaver.



Begyndere

944-58-223

Lærer: Per "Chæg" Christensen

Tlf.: 4173 3210

Tid: Mandag 12.30-14.05

Start: 14.08.2023

Slut: 18.12.2023

Sted: Klaverlab, Musikloftet

Begyndere

944-59-223

Lærer: Per "Chæg" Christensen

Tlf.: 4173 3210

Tid: Mandag 14.15-15.55

Start: 14.08.2023

Slut: 18.12.2023

Sted: Klaverlab, Musikloftet

Begyndere

944-60-223

Lærer: Per "Chæg" Christensen

Tlf.: 4173 3210

Tid: Tirsdag 14.15-15.55

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Klaverlab, Musikloftet

Begyndere

944-61-223

Lærer: Per "Chæg" Christensen

Tlf.: 4173 3210

Tid: Onsdag 10.00 - 11.45

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Klaverlab, Musikloftet

Begyndere og øvede

944-57-223

Lærer: Kajsa Darre

Tlf.: 4173 32415

Tid: Tirsdag 08.10-09.45

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Klaverlab, Musikloftet

Begyndere og øvede

944-48-223

Lærer: Sarah Michaelis

Tlf.: 4173 3241

Tid: Onsdag 12.30-14.05

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Klaverlab, Musikloftet

Begyndere og øvede

944-49-223

Lærer: Sarah Michaelis

Tlf.: 4173 3241

Tid: Fredag 12.30 - 14.05

Start: 11.08.2023

Slut: 22.12.2023

Sted: Klaverlab, Musikloftet

Lær at skrive dine egne sange ved brug af akkorder. Det er lettere end du tror.

Klaver og sangskrivning

944-50-223

Lærer: Sarah Michaelis

Tlf.: 4173 3241

Tid: Onsdag 14.15 - 15.55

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Klaverlab, Musikloftet



Foto Susanne Christiansen

klaver

37

Go where the sound takes you

Guitar

For begyndere, let øvede og øvede

Find et hold der passer til dit niveau, og kom og lær – eller bliv bedre til – at spille guitar. Vi spiller (fortrinsvis) på akustiske guitarer. Du er selv med til at vælge numre.

Lær at spille guitar

Her starter vi helt fra bunden og lærer stille og roligt guitaren at kende. Vi er et lille hold med stor tålmodighed, god tid og al den hjælp, du har brug for.

Begyndere 1

944-36-223

Lærer: Torsten Gislason

Tlf.: 4173 3216

Tid: Torsdag 12.30 - 14.05

Start: 10.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Musikloftet

Lær at spille mere guitar

Dette hold er for dig, som måske allerede kender et par akkorder, eller dig, som tidligere har gået på Guitar begyndere 1. På dette hold bliver vi mere fortrolige med guitaren.

Begyndere 2

944-37-223

Lærer: Torsten Gislason

Tlf.: 4173 3216

Tid: Onsdag 10.00-11.45

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Musikloftet

Let øvede

Du kan de almindelige akkorder i første position. Vi arbejder nu videre med barré-greb.

Let øvede

944-38-223

Lærer: Torsten Gislason

Tlf.: 4173 3216

Tid: Tirsdag 12.30-14.05

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Musikloftet

Let øvede

944-39-223

Lærer: Torsten Gislason

Tlf.: 4173 3216

Tid: Tirsdag 14.15-15.55

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Musikloftet

Let øvede

944-40-223

Lærer: Torsten Gislason

Tlf.: 4173 3216

Tid: Fredag 10.00-11.45

Start: 11.08.2023

Slut: 22.12.2023

Sted: Musikloftet

Øvelse og improvisation

På dette hold arbejder vi med improvisation og skalaer. Kom og slip din indre guitarist løs og styrk dine fingerfærdigheder.

Øvede

944-41-223

Lærer: Torsten Gislason

Tlf.: 4173 3216

Tid: Onsdag 14.15-15.55

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Musikloftet

El-bas

De mest almindelige spilleteknikker

Du vil få elementær teori og rutine på plads, så du er parat til at spille på et sammenspilshold eller i et band. Der er mulighed for at være med til at vælge repertoire.

El-bas

944-32-223

Lærer: Kajsa Darre

Tlf.: 4173 3212

Tid: Tirsdag 10.00-11.45

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Oasen, Musikhuset

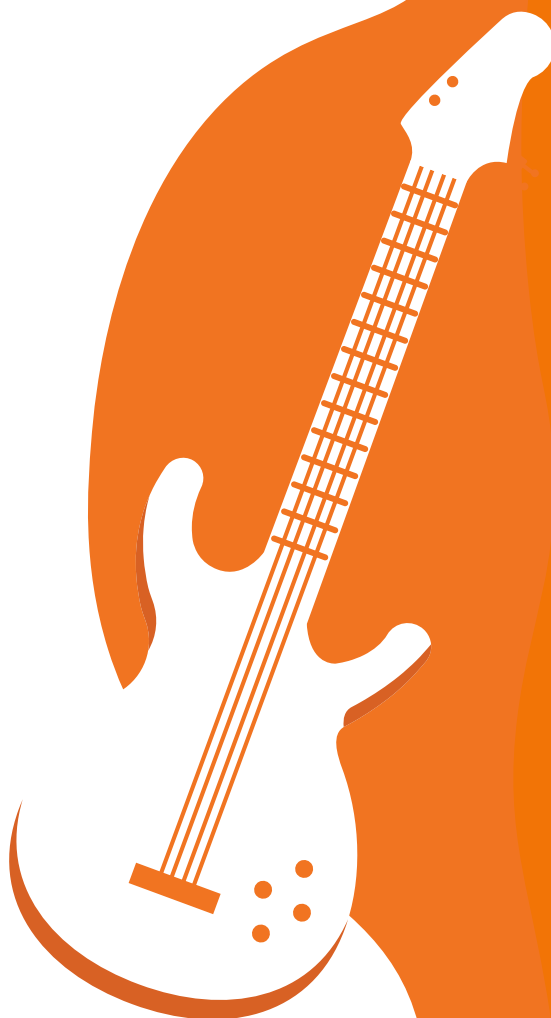


Foto Susanne Christiansen

instrumenthold

39

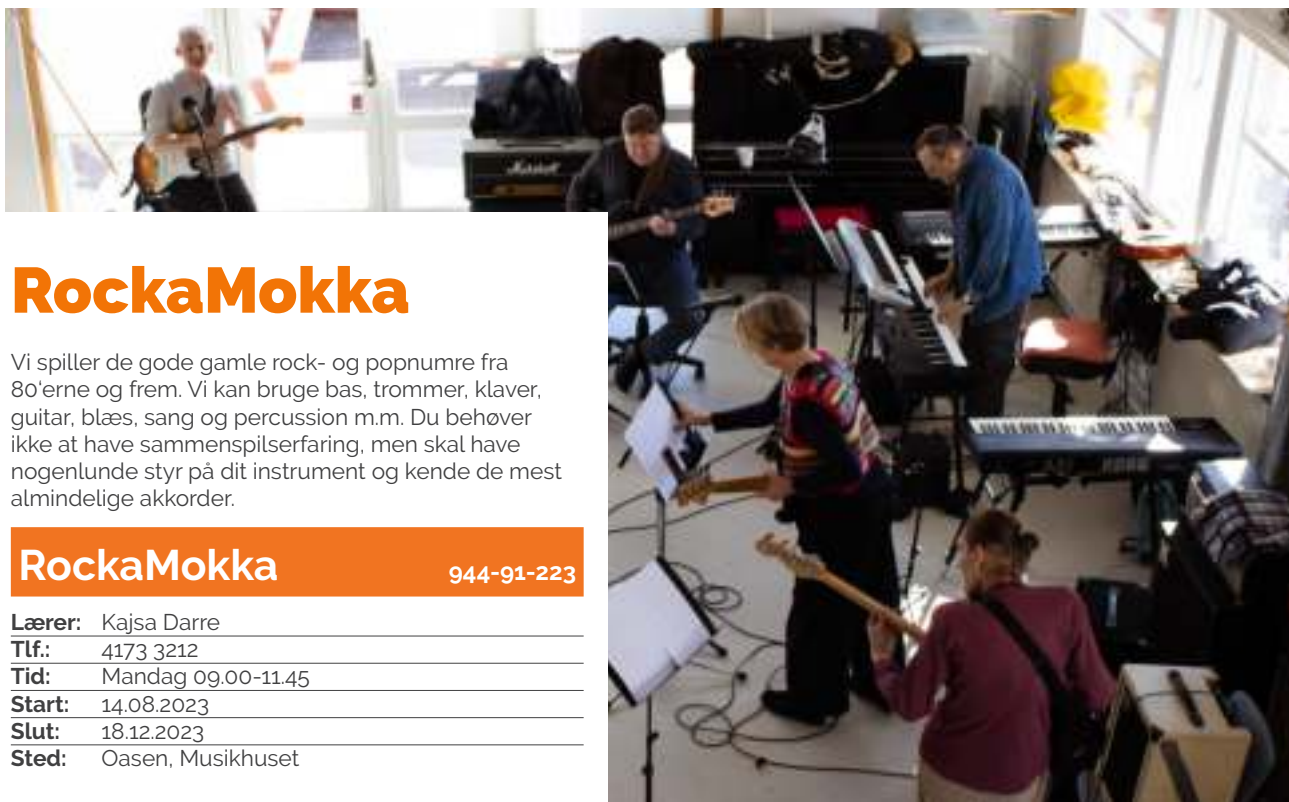


Foto Julia Kleivan McIntyre

RockaMokka

Vi spiller de gode gamle rock- og popnumre fra 80'erne og frem. Vi kan bruge bas, trommer, klaver, guitar, blæs, sang og percussion m.m. Du behøver ikke at have sammenspilserfaring, men skal have nogenlunde styr på dit instrument og kende de mest almindelige akkorder.

RockaMokka

944-91-223

Lærer: Kajsa Darre
Tlf.: 4173 3212
Tid: Mandag 09.00-11.45
Start: 14.08.2023
Slut: 18.12.2023
Sted: Oasen, Musikhuset

Rock- og pop sammenspil

Vi spiller de gode gamle rock- og popnumre

Rock- og pop sammenspil

944-63-223

Lærer: Torsten Gislason
Tlf.: 4173 3216
Tid: Torsdag 14.15 -16.55
Start: 10.08.2023
Slut: 21.12.2023
Sted: Musikloftet

Guitar sammenspil

Øvede

Det er en stor fordel, hvis du kan læse noder.

Guitar sammenspil

944-70-223

Lærer: Torsten Gislason
Tlf.: 4173 3216
Tid: Fredag 12.30-15.00
Start: 11.08.2023
Slut: 22.12.2023
Sted: Musikloftet

Blues demo

Øvede

Her arbejder vi hårdt med groove og frasering. Vi tager ud at spille, og vi producerer en blues demo-cd. Vi har ofte spillejobs, og vi forventer at du også deltager der.

Blues demo

944-65-223

Lærer: Per "Chæg" Christensen
Tlf.: 4173 3210
Tid: Onsdag 12.30-15.00
Start: 09.08.2023
Slut: 20.12.2023
Sted: Oasen, Musikhuset

Bedste Begynder Band i Byen

Kom og spil med i et pop/rock band. Alle er velkomne. For begyndere

Bedste Begynder Band i Byen

944-77-223

Lærer: Sarah Michaelis
Tlf.: 4173 3241
Tid: Onsdag 9-11.45
Start: 09.08.2023
Slut: 20.12.2023
Sted: Musikhuset



Jazztime

Sammenspil for øvede

Instrumental & Vokal Jazzstandards

krydret med Afro, Blues, Funk og Latinjazz.

Vi dykker ned i den gamle jazzgryde og vil primært beskæftige os med de store klassikere, herunder Ella Fitzgerald, Chet Baker, Wayne Shorter & Antonio Carlos Jobim. Det er vigtigt, at du er fortrolig med dit instrument, da nogle af jazzens særkender er Improvisation, udvidede akkorder og rytmisk kompleksitet. Vi giver os god tid med materialet – det er lysten der driver værket, så vi håber du har mod på en musikalsk udfordring.

Jazztime 1: guitar, keyboard, bas og blæsere

Jazztime 2: trommer, sang og percussion

Jazztime 1

944-68-223

Lærer: Kajsa Darre

Tlf.: 4173 3212

Tid: Mandag 12.30-15.00

Start: 14.08.2023

Slut: 18.12.2023

Sted: Oasen, Musikhuset

Jazztime 2

944-69-223

Lærer: Heidi Luke

Tlf.: 4173 3211

Tid: Mandag 12.30-15.00

Start: 14.08.2023

Slut: 18.12.2023

Sted: Oasen, Musikhuset

Folkemusik sammenspil

Vi spiller folkemusik fra både nære og fjerne himmelstrøg Fra Cornelis vreeswijk til Mikis Theodorakis og de gamle danske folkesange og skæmteviser . Vi kan bruge guitar, bas , klaver , blæsere, sang og percussion..

Folkemusik sammenspil

944-79-223

Lærer: Kajsa Darre

Tlf.: 4173 3212

Tid: Onsdag 12.30-15.00

Start: 09.08.2023

Slut: 20.12.2023

Sted: Karavanen, Musikhuset

SalsaMagi

Sammenspil for øvede

Vi vil spille cubansk salsa og anden latinmusik.

Vi kan bruge klaver, bas, blæs, guitar, sang, congas, bongo, guiro, claves, maracas m.m. I løbet af sæsonen kommer vi ud at spille både på Kofoeds Skole og ude af huset.

SalsaMagi

944-93-223

Lærer: Kajsa Darre

Tlf.: 4173 3212

Tid: Tirsdag 12.30-15.00

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Oasen, Musikhuset

Orientorkester

Sammenspil for øvede

Vi spiller musik fra forskellige lande for at se, hvordan kulturer smelter sammen. Vi spiller traditionelt orientalsk, balkan og meget mere.

Vi arbejder også med skæve rytmer (fx 5/8, 7/8 og 9/8) og specielle skalaer (f.eks Hicaz, Usak og Beyat) på mange forskellige instrumenter.

Orientorkester

944-75-223

Lærer: Kenan Tekin

Tlf.: 4173 3214

Tid: Tirsdag 12.30-15.00

Start: 08.08.2023

Slut: 19.12.2023

Sted: Karavanen, Musikhuset

Black Colors

Sammenspil for øvede

Vi spiller hård og blød rock/pop.

Kom og vær med i et øvet band fuld af energi, varme, charme og sort humor.

Black Colors

944-78-223

Lærer: Sarah Michaelis

Tlf.: 4173 3212

Tid: Fredag 14.15 - 16.55

Start: 11.08.2023

Slut: 22.12.2023

Sted: Musikhuset

Musikproduktion & lydteknik



Musikproduktion og lydteknik

Forudsætning: Du skal kunne bruge en computer og have kendskab til musik

Teknologien i dag gør det muligt selv at indspille og producere musik - i rigtig god kvalitet. Vi vil både arbejde med allerede indspillet lyd, lære at redigere, og selv lave optagelser. Vi arbejder bl.a. med Studio One. Du lærer at bruge forskellige plug-ins (kompressor, rumklang, eq, m.m.) og mastering. Mastering foretages for at opnå et behageligt samlet lydbillede og en højere gennemsnitlig volumen. Endelig sikres en teknisk kvalitet, så den færdige cd kan afspilles på mange forskellige musikanlæg uden for store udsving i frekvensopfattelsen. Lyden kan konverteres på forskellige lydformater som MP3 m.m.

Du er velkommen til at medbringe egen computer med forskellige programmer fx Cubase, Logic.

Musikproduktion.. 944-76-223

Lærer: Kenan Tekin

Tlf.: 4173 3214

Tid: Torsdag 10.00-15.00

Start: 10.08.2023

Slut: 21.12.2023

Sted: Oasen, Musikhuset

Musikproduktion og lydteknik

Vi arbejder i et professionelt lydstudie, og bruger Studio One, Reason og ProTools. Har du rodet med lyd før og vil du lære mere, så er dette holdet for dig. Du kan indspille din egen musik, dine egne sange og musikstykker.

Musikproduktion.. 944-97-223

Lærer: Per "Chæg" Christensen

Tlf.: 4173 3210

Tid: Fredag 09.00-14.05

Start: 11.08.2023

Slut: 22.12.2023

Sted: Oasen, Musikhuset

Undervisere i Kofoeds Skoles Oplysningsforbund

Dansk sprog og kultur og Verdenssprog

Clarice Scott: A native speaker who loves to teach the culture and history of the English language.

Marcela Espriu Vester: Uddannet jurist, it-instruktør og tolk i spansk/dansk. Har mange års undervisningserfaring. Underviser i spansk og it.

Rikke Klein: Uddannet socialrådgiver, dansk- og dansk som andetsproglærer og har en kandidat i didaktik (dansk). Har mere end 10 års undervisningserfaring. Underviser i dansk.

Computer & it

Marcela Espriu Vester: Uddannet jurist, it-instruktør og tolk i spansk/dansk. Mange års undervisningserfaring. Underviser i spansk og it.

Kenan Tekin: Musiklærer, voksenunderviser, elektrotekniker, grunduddannelse i studieteknik og film- og kamerateknik. Underviser i mine medier, og musikproduktion og studieteknik.

Rikke Bjerre: Uddannet fra Visuel Kommunikation på Danmarks Designskole og uøvende musiker. Har eget firma med grafik og animation. Underviser i IT.

Anders Clausen: Underviser i foto. Dokumentarfotograf og antropolog. Har arbejdet som fotograf og underviser siden 1992.

Højskole

Lisa Morgen Jensen: Elsker cykler, uddannet cykelmekaniker og indehaver af 2 cykelbutikker. Har holdet "Styr på din cykel".

Michael Jonassen: Cand. mag i filosofi, suppleret med Public Speaking og moderne kulturformidling. Underviser i filosofi.

Signe Kierkegaard Cain: Arbejder som forfatter og redaktør. Forfatter til bl.a. romanen 'Søkvinden' og den personlige debatbog 'Det handler ikke om lykke'.

Sy & Krea

Agathe Thomassen: Beklædningsdesigner. Uddannet fra Kunstakademiets Designskole og TEKØ. Underviser i syning.

Lena Spøhr Larsen: Uddannet dekoratør. Underviser i Syning og "Fra skrot til flot".

Mad m.m.

Camilla Hjorth: Uddannet kok og pædagog, med efteruddannelse i human ernæring. Underviser i Det sociale madhus og i Kofoeds Æblemøsteri.

Kristin Marie Lassen: Uddannet agronom og har været kyndig biavl i over 20 år. Underviser i biavl.

Mads Lillesø: Uddannet detailslagter og pølse-mager. Baggrund med daglig drift af Ungdomshuset, Jagtvej 69, Den Grå Hal, CA, , økologiske slagterbutikker og en frokostrestaurant. Tidligere projektleder i Kbh. Madhus. Underviser i Kofoeds sociale Madhus.

Frisør

Grith Johnsen: Uddannet frisør. Underviser i frisørsalonen på Kofoeds Skole gennem mange år.

Keramik

Iben Harboe Christensen: Uddannet produktdesigner og keramiker fra Danmarks Designskole. Uddannet voksenunderviser. Underviser i keramik.

Pia Baastrup: Selvstændig keramiker og mange års erfaring som voksenunderviser. Underviser i keramik.

Theis Lorenzen: Selvstændig keramiker og mange års erfaring som voksenunderviser. Underviser i keramik.

Kunst & Grafik

Delphine Flyvehavn: Studier på Kolding Kunsthåndværkerskole, Billedskolen på Jagtvej og Det Jyske Kunstakademi med efteruddannelse på Grafisk Eksperimentarium og Det Kgl. Danske Kunstakademi. Underviser i billedkunst og grafik.

Kathrine Hernø-Toftild: Billedkunstner. Medlem af BKF, Billedkunstnernes Forbund og IAA International Association of Art. Uddannet tegner og grafiker med speciale i illustration. Studier i kunsthistorie, Bergen universitet. Uddannet Art-Innovator. Har arbejdet som billedkunstner siden det forrige århundrede og så har jeg undervist i tegning, maling, croquis, akvarel næsten lige så længe.

Motion

Nicoline Bjørkman : Professionsbachelor i afspændingspædagogik og psykomotorik, Pilates-instruktør og desuden uddannet i yoga og Yin Yoga. Underviser i motion, afspænding m.m.

Majken Kongshaug: Professionsbachelor i afspændingspædagogik og psykomotorik. Uddannet danse- og motionslærer. Yogalærer med overbygning i Yin Yoga. Underviser i motion, dans og yoga.

Ole Andersen: Uddannet idrætslærer og motions- og danselærer. Qi Gong-instruktør og Mindfulness instruktør. Underviser i motion, Qi Gong og Mindfulness.

Musik og drama

Heidi Luke: Uøvende musiker og underviser. Uddannet på Los Angeles Music Academy. Har mange års undervisningserfaring. Underviser i trommer og percussion.

Kajsa Darre: Konservatorieuddannet musiklærer. Underviser i kor, rytmisk sammenspil, bas og klaver.

Kenan Tekin: Musiklærer, voksenunderviser, elektrotekniker, grunduddannelse i studieteknik og film- og kamerateknik. Underviser i video og musik og musikproduktion.

Per "Chæg" Christensen: Konservatorieuddannet musiklærer. Underviser i sang, klaver, rytmisk sammenspil og musikproduktion..

Sarah Michaelis: Uøvende musiker og musiklærer. Underviser i klaver, sang og rytmisk sammenspil.

Torsten Gislason: Uøvende musiker og musiklærer. Underviser i guitar, bas, sammenspil og nodelære.

Café Kofoeds Kant

Hovedindgang, reception, & café

Kofoeds Skole
Holmbladsgade 120

Åbningstider

Mandag 8.00 - 15.30
Tirsdag 8.00 - 15.30
Onsdag 8.00 - 15.30
Torsdag 8.00 - 15.30
Fredag 8.00 - 13.30

Fredags Kant



MUSIK - POESI - FOREDRAG - KUNST - FILM - DRAMA

Hver fredag kl 13.00

Fri entré



Gratis morgenmad

Mandag - fredag 8.00 - 8.30

Kofoeds butikker



Vil du være en del af butiksteamet?

Her kan du blive oplært i bl.a. kassebetjening, prissætning, service og dekoration.

Kontakt: Chiho Sakamoto på 4173 3132.

Åbningstider

Onsdag - fredag kl. 13.00 - 17.00

Lørdag kl. 10.00 - 14.00

Find os i Nyrnberggade

Bag

Kanten

Elevnyt

Følg med i, hvad der sker på Kofoeds Skole og få nyt om sociale arrangementer, tilbud og kurser.

Skriv dig op til vores nyhedsbrev på:

<https://menneskermedmere.dk/elevnyt/>

Eller scan QR-koden!



Galleri Underkant

Hvis du vil udstille i Galleri
Underkant kontakt Helle Mors:
hellem@kofoedsskole.dk

Åben Rådgivning

Mandag til fredag
kl. 9.00 - 13.00

Kom på besøg gratis rundvisning

på Kofoeds Skole
alle fredage kl. 10.00



menneskermedmere.dk

Ansøgningsskema Efterår 2023

(Brug blokbogstaver)

Personnummer								—				
--------------	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--

Navn:			
Adresse:			
Postnummer:		By	
E-mail:			
Telefonnummer:		Mobilnr.	

Jeg ansøger om optagelse på følgende hold:
(vær opmærksom på at holdene ikke må overlappe)

Holdnavn:	Holdnummer:	Ugedag:

Afleveres i Kofoeds Kant
Kofoeds Skole
Holmbladsgade 120
2300 København S



o
c
D