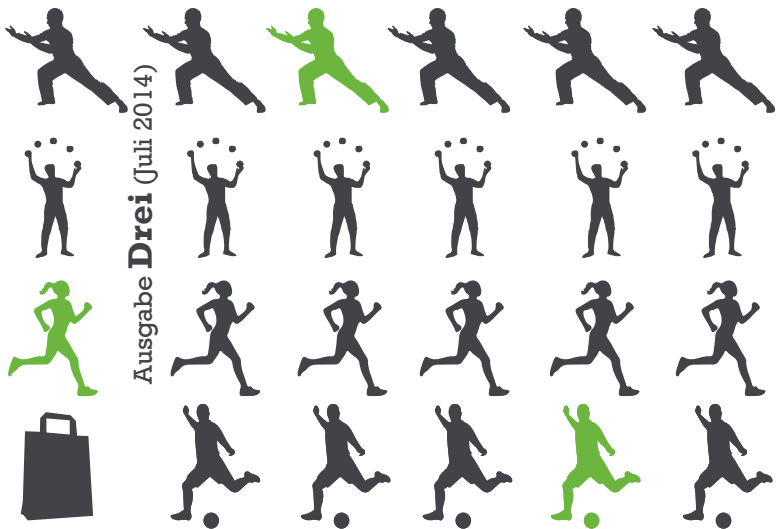




# BEST OF MOABIT **21**

Portraits aus dem Kiez

WOHLFÜHLEN: AKTIV und ERHOLT rund um die Turmstraße



Ausgabe **Drei** (Juli 2014)

## Best of Moabit – 21 Portraits aus dem Kiez

Aktiv und erholt rund um die Turmstraße!



### Impressum

**Bearbeitung:** Geschäftsstraßenmanagement Turmstraße  
die raumplaner (Jan Schultheiß, Georg Thieme)

**Gestaltung**  
die raumplaner (Stefanie Burgstaller, Jan Schultheiß und Georg Thieme)

**Fotos**  
Christoph Eckelt, eckelt@bildmitte.de

**Textquellen**  
Interviews (die raumplaner, Georg Thieme)

**Druck**  
LASERLINE, Berlin

**Auftraggeber für das Geschäftsstraßenmanagement Turmstraße**  
Bezirksamt Mitte von Berlin  
Abteilung Stadtentwicklung, Bauen, Wirtschaft und Ordnung  
Stadtentwicklungsamt  
Fachbereich Stadtplanung  
Müllerstraße 146  
13353 Berlin

Für das persönliche Wohlbefinden kann man selbst etwas tun und aktiv werden – am besten gleich vor der eigenen Haustür! Vielfältige Möglichkeiten gibt es direkt im Zentrum Moabits. Diese Broschüre der Serie „Best of Moabit“ trägt einige davon zusammen – es sollte für alle etwas zum Wohlfühlen dabei sein.

In sechs Kategorien stellt Ihnen das Geschäftsstraßenmanagement (GSM) Turmstraße eine kleine Auswahl von Aktivitäts- und Erholungsarten rund um die Turmstraße vor. Darunter finden sich sowohl zentrale Einrichtungen als auch kleine versteckte Oasen, die Sie vielleicht noch gar nicht wahrgenommen haben. Insgesamt bilden sie eine vielseitige „Wohlfühl Landschaft“, die das Zentrum Moabits neben seiner Funktion als Einkaufsstandort attraktiver machen und die es zu entdecken gilt.

Das GSM ist wichtiger Baustein des Bund-Länder-Programms „Aktive Stadt- und Ortsteilzentren“, in dessen Rahmen zahlreiche weitere Projekte bereits Bewegung in die Turmstraße gebracht haben. Bestimmt sind Ihnen schon bunt gestaltete Verteilerkästen oder die neue „TurmTüte“ aufgefallen, die gemeinsam mit engagierten Akteuren umgesetzt wurden.

Wie auch in den beiden bereits erschienenen Broschüren werden Ihnen in 21 Portraits Akteure und Angebote aus dem Kiez vorgestellt. Sie sind herzlich eingeladen vorbeizuschauen, auszuprobieren und sich wohlfühlen!



## Yoga Moabit. Entspannung pur.

Vom Arbeitsstress und einem Bandscheibenvorfall geplagt, begann Richard Wehler vor gut zwanzig Jahren mit Yoga. Der Grafikdesigner und Inhaber einer kleinen Werbeagentur spricht selbst von seinem „Rettungsring“, der ihm eine Operation an der Wirbelsäule ersparte und ihn zurück ins „spürbare“ Leben führte.

Yoga ist eine der indischen Philosophie entstammende Lehre bzw. Lebensweise, die ursprünglich über eine Vielzahl körperlicher und geistiger Übungen den Weg zur Selbsterkenntnis ermöglichen sollte. Im modernen Yoga werden vor allem die Bewegungs- und meditativen Elemente für die Gesundheitsförderung, Entspannung und Selbstfindung ausgeübt.

Mittlerweile ist Richard Wehler zertifizierter Yogalehrer des „Berufsverbands der Yogalehrenden in Deutschland e.V.“ und der „Europäischen Yoga-Union“ sowie Ausbilder an der „Yoga Akademie Berlin“.

Im „Stadtschloss Moabit“ veranstaltet Richard Wehler, der seit 20 Jahren im Kiez lebt, seit längeren „Yoga Moabit“ und lädt zweimal pro Woche zu offenen Yogakursen ein. „Offen“ heißt: Der Ein- und Ausstieg oder eine Pause sind jederzeit möglich.

Dabei folgt er gemeinsam mit der Kursgruppe in jeder Yogastunde einer achtgliedrigen Übungsfolge, dem sogenannten „Ashtanga Sadhana“, dessen einzelne Bestandteile jeweils spezielle körperliche und geistige Ansprüche haben. In ihrer Gesamtheit führen sie sowohl zur Kräftigung und Mobilisierung als auch zur „Erdung“: zu innerer Ruhe und einem Gefühl der Ausgeglichenheit.



## Yoga Moabit

Yogalehrer: Richard Wehler

### Kurszeiten

Mo 18.30-20 Uhr  
Mi 18-19.30 Uhr

Stadtschloss Moabit  
Rostocker Str. 32  
Tel: 0172 383 54 14  
info@yogamoabit.de  
www.yogamoabit.de



## My Spirit Women's Spa Club.

Für Land- und Wassernixen.

---

Die Studioleiterin Katrin Kemper kennt die meisten der aktiven Frauen beim Vornamen und begrüßt sie herzlich. Den „My Spirit Women's Spa Club“ prägt eine familiäre Atmosphäre, zugleich ist jedoch der professionelle Anspruch der ehemaligen Kunst- und Deutschlehrerin unübersehbar. Katrin Kemper kann inzwischen auf mehr als 20 Jahre Studioerfahrung zurückblicken. Viele der täglich angebotenen Kurse gibt die Trainerin persönlich.

Der Eigentümer des Studios, Jonas Goldberger, übernahm das mit einem großen Pool ausgestattete Moabiter Sportstudio vor knapp zehn Jahren. Es befand sich in einem desolaten Zustand, sodass er die Räumlichkeiten und die Ausstattung umfangreich modernisierte. Dabei richtete er das Augenmerk auf speziell für Frauen ausgelegte Fitness-, Wellness- und Gesundheitsangebote.

Neben dem individuellen Training an zahlreichen Fitnessgeräten und im Schwimmbad können Frauen aus einem Programm von mehr als 160 Kursen wählen, das sich insbesondere durch Wasseraktivitäten wie Aqua Aerobic und Schwimmkurse auch für Kinder auszeichnet. Außerdem werden von den Krankenkassen unterstützte Präventions- und Rehabilitationskurse (ebenfals im Wasser) angeboten.

Neben dem sportlichen Training ist die anschließende Regeneration essentiell für das Wohlbefinden. Raum für Entspannung bieten verschiedene Wellnessmöglichkeiten wie das Bad im wohltemperierten Salzwasserpool, Massagen und die Sauna sowie die angebotenen Yogakurse.



## My Spirit Women's Spa Club



Studioleiterin: Katrin Kemper

### Öffnungszeiten

Mo-Do 9-22 Uhr  
Fr 9-21 Uhr  
Sa / So 10-19 Uhr

Waldstraße 56  
Tel: (030) 67 46 06 01  
spirit-fitness@web.de  
www.myspirit-berlin.de

## Ladyline Frauenfitness.

Von 13 bis 92: Gesund bleiben, fit werden!

Das seit dem Jahr 2000 in Moabit angesiedelte „Ladyline“ war das erste Frauenfitness-Studio im Stadtteil. Das Studio sowie die Inhaberin Kati Blödorn haben eine starke Verbindung mit dem Kiez, getreu dem Motto „Von Moabiterinnen – für Moabiterinnen und darüber hinaus!“ Viele Sportlerinnen kommen aus der Umgebung und auf Empfehlung der Nachbarschaft.

Die Sportwissenschaftlerin Kati Blödorn übernahm das „Ladyline“ 2007. Mit einem weiterführenden Masterstudium in Präventions- und Gesundheitsmanagement möchte sie das Gesundheitsprofil des Studios weiter stärken. Kati Blödorn kennt man vielleicht auch aus der 2009 auf SAT.1 gesendeten Dokus-Tainment-Serie „Die Superlehrer“, in der sie eine Sportlehrerin spielte.

Kati Blödorn betont die familiäre und persönliche Atmosphäre, gekoppelt mit hoher Professionalität und hochwertiger Ausstattung. Im Kursangebot des Studios ist für jede Frau etwas dabei, ob alt oder jung, ob krank (um gesund zu werden) oder gesund (um es zu bleiben). Die älteste Kundin ist bereits 92, die jüngste erst 13 Jahre alt. Spaß haben, entspannen, Gewicht reduzieren, sich einfach fit und wohlfühlen – je nachdem, was SIE möchte, gibt es vielseitige Kurse oder ein individuell gestaltbares Training. Kinder können beim Yoga, bei der Rückenschule oder auch beim Kickboxen präventiv aktiv sein oder auch kostenlos betreut werden, während Mama sich auspowert.

Das „Ladyline“ ist darüber hinaus von den Krankenkassen zertifiziert: Die angebotenen Reha-, Rückbildungs- und Präventions-sportkurse können teilweise übernommen werden. Ein besonderes Angebot ist das patentierte Höhenttraining – es umfasst spezielle Abnehmekurse unter Höhenluftbedingungen.

Nach dem Sport oder auch einfach so können Besucherinnen die Sauna zum Entspannen oder das Kosmetikstudio zur Körperpflege nutzen.



## Ladyline Frauenfitness

Geschäftsführerin: Kati Blödorn

### Öffnungszeiten

Mo-Fr 9-22 Uhr  
Sa 10-18 Uhr  
So 11-19 Uhr

Stromstraße 11-17

Tel: (030) 77 90 69 90

[ladyline@sportoase.de](mailto:ladyline@sportoase.de)

[www.ladyline-frauenfitness.de](http://www.ladyline-frauenfitness.de)

## himaxx Höhenttraining / Black Sheep Berlin. Der Berg ruft!

Das „himaxx – Center für Höhenttraining“ existiert seit über zehn Jahren und wurde vor zwei Jahren von Mark-Ludwig Henninger übernommen. Der diplomierte Wirtschaftsingenieur und Trainer möchte neue Wege gehen und mithilfe seines wissenschaftlichen Hintergrunds ergründen, was im Fitnesport wirklich zu messbaren Erfolgen führt, ohne den Spaß am gemeinsamen Sporttreiben zu verlieren. Deshalb baute er das „himaxx“ weiter aus und gründete kürzlich mit seinem Trainings- und Geschäftspartner Olaf Zorn das „Black Sheep Berlin“ – getreu dem Motto „Schwarze Schafe sind anders“.

Im „himaxx“ trainiert man in kleinen Gruppen oder im Einzeltraining mithilfe patentierter Technik unter Höhenluftbedingungen für die nächste Hochgebirgstrekkingtour, zum natürlichen Abnehmen oder zur Steigerung der Ausdauer. In einem mit unterschiedlichen Sportgeräten ausgestatteten Trainingsraum wird der Sauerstoffgehalt der Luft durch ein spezielles Verfahren auf die Verhältnisse in großer Höhe – meist zwischen 2.500 und 5.000 Metern – gesenkt, sodass sich der Körper schrittweise an die besonderen Trainingsbedingungen anpasst und SportlerInnen ihre Leistung und Ausdauer steigern können.

Im Black-Sheep-Bewegungszentrum werden diese besonderen Höhenttrainingseinheiten gemeinsam mit Ernährungsberatung und speziellen Bewegungskursen wie „FuncLethics“ (funktionales Athletiktraining), „EMS Training“ (Elektro-Muskel-Stimulation), Yoga und Pilates sowie verschiedenen Lauftrainings zu einem ganzheitlichen Konzept kombiniert und in Workshops integriert. Der Ansatz steht für ein professionell betreutes Training in kleinen Gruppen mit max. sechs bis acht TeilnehmerInnen, die gemeinsam Spaß an sportlicher Anstrengung haben.

Das heißt nicht, dass es sehr teuer sein muss, ein schwarzes Schaf zu sein oder zu werden – bewusst wird auf regelmäßig anfallende Monatsbeiträge verzichtet. Bezahlt wird nur, was man nach individueller Zusammenstellung auch nutzt.



### himaxx Höhenttraining

Geschäftsführer: Mark-Ludwig Henninger

#### Kurszeiten

Mo-Fr 7-10 & 16-21 Uhr  
einzelne Kurse auch am  
Samstag

Stromstraße 11-17  
Tel: (030) 39 06 62 22  
info@black-sheep-berlin.de  
www.himaxx.de  
www.black-sheep-berlin.de

## **Dosteli.** Kulturspezifische Hauskrankenpflege.

Vor etwa fünf Jahren gründete Safiye Ergün gemeinsam mit ihrem Geschäftspartner die kulturspezifische Hauskrankenpflege „Dosteli“ (türkisch für „Freundliche Hand“) und bezog das Ladengeschäft in der Emdener Straße. Zuvor hatte sie viele Jahre für die Diakonie-Station Tiergarten sowie die Caritas-Sozialstation Tiergarten als Pflegerin gearbeitet und den großen Bedarf an professionellem Pflegepersonal vor allem für türkische und arabische SeniorInnen mit Pflegestufe erkannt. Insbesondere die bürokratischen Hürden sind für Menschen mit nur geringen Deutschkenntnissen problematisch – der Unterstützungsbedarf ist deshalb groß.

Die Pflegeangebote sind jedoch offen für alle: Auch deutsche PatientInnen gehören zu den über hundert Pflegebedürftigen, die von den mittlerweile mehr als 40 MitarbeiterInnen in Mitte, Kreuzberg und Neukölln umsorgt werden. Zur Klientel zählen vor allem sozioökonomisch schwache Menschen, die ihre geringen Einkommen oder Renten meist durch staatliche Transferleistungen aufstocken müssen und über kein stabiles soziales Netzwerk verfügen. Sie werden bestmöglich und vertrauensvoll umsorgt – manchmal hilft es schon, ihnen einfach nur zuzuhören. Die Geschäftsführerin und die Angestellten freuen sich jedes Mal aufs Neue, dass sich die Menschen trotz ihrer Belastungen bei ihnen wohlfühlen.

Die soziale Vereinsamung vieler SeniorInnen war auch die Motivation, das SeniorInnencafé „Dost Evi“ (türkisch für „Freundliches Haus“) zu gründen. Der Treffpunkt im Kiez dient AnwohnerInnen zur täglichen Kommunikation und für vielseitige Aktivitäten: Angefangen vom wöchentlichen Brunch über Nähkurse von und für AnwohnerInnen bis hin zur Koran-Lesung mit einem Geistlichen aus der Moschee – die Angebote sind für alle offen. Außerdem können die Räumlichkeiten für besondere private Anlässe gemietet werden. Darüber hinaus werden gemeinsame Projekte gestaltet und vorbereitet sowie auch Reisen veranstaltet, wie z.B. 2013 nach Mekka.



## **Dosteli**

GeschäftsführerInnen: Safiye Ergün und Dr. Jan Basche

### **Öffnungszeiten**

Mo-Fr 8-16 Uhr

Emdener Straße 1  
Tel: (030) 30 20 87 88  
dosteli@berlin.de  
www.dosteli.de



## Massagen, Fußpflege & Kosmetik.

*Entspannt und schmerzfrei durch den Alltag.*

Vor etwa zehn Jahren fing Sabine Jenal (links im Bild) nochmal ganz von vorn an – ein Ausstieg aus der Film- und Fernsehbranche war stressbedingt unvermeidbar. Sie entschied sich für die Ausbildungen zur Massagepraktikerin und Heilpraktikerin für Psychotherapie sowie zur Kosmetikerin und medizinischen Fußpflegerin. Diese Kombination wählte sie bewusst, um ganzheitlich auf die Wünsche ihrer KundInnen eingehen zu können. Nach abgeschlossener Ausbildung gründete sie ihre erste eigene Praxis in Steglitz und stieg 2011 in die Moabiter Praxisgemeinschaft ein.

Für Sabine Jenal ist die Mischung aus professioneller Massage, Fußpflege und Kosmetik die Besonderheit ihrer Praxis: „Wer zu mir kommt, kann sich rundum wohlfühlen.“ Und kommen PatientInnen mit sehr schmerzhaften Beschwerden, ist ihre Kollegin Martina Ewert, Heilpraktikerin mit Spezialisierung auf Schmerzbehandlung, gleich nebenan.

Die Bedürfnisse der KundInnen werden in einem Erstgespräch bei einer Tasse Tee in Ruhe geklärt, das Wohlfühlprogramm wird dann individuell abgestimmt. Neben klassischen fernöstlichen Massagetechniken findet die kalifornische Ganz- und Teilkörpermassage Anwendung, die unterschiedliche Techniken für ein ganzheitliches Wohlbefinden vereint.

Zudem ist Sabine Jenal aufgrund persönlicher Kontakte zu einer Berliner Naturkosmetikproduzentin auf dem neuesten Stand, was aktuelle Produktlinien und Anwendungstechniken von Naturkosmetik betrifft.

Die KundInnen der Praxisgemeinschaft sollen Termine nach ihrem persönlichen Lebensrhythmus auswählen können, weshalb Sabine Jenal und Martina Ewert großen Wert auf eine individuelle Termingestaltung legen.



## Praxisgemeinschaft

Inhaberinnen: Martina Ewert und Sabine Jenal

**Termine**  
nach Vereinbarung

Oldenburger Straße 27  
Tel: (030) 53 16 83 52  
sabine.jenal@gmx.de  
www.sabinejenal.de



## Moabiter Bewegungslandschaften.

*Sport- und Spielmöglichkeiten überall im Kiez.*

Mehr Bewegung für alle in Moabit! – Das ist das Ziel der „Moabiter Bewegungslandschaft“, die der Verein „bwgt e.V.“, das Quartiersmanagement Moabit-West und das Bezirksamt Mitte mit der Unterstützung des Instituts für Sportwissenschaft der Humboldt-Universität, der Unfallkasse Berlin und der Techniker Krankenkasse gemeinsam entwickelten. Es ist Bestandteil des präventiven Gesundheitsförderungsprojekts „Moabit Macht Mobil“.

Nach einer umfassenden Bestandsanalyse und Befragung der Anwohnerschaft zu deren Nutzungsgewohnheiten und -wünschen wurden und werden bestehende Spiel- und Bewegungsorte ausgebaut und durch ein Wegenetz miteinander verbunden, sodass sie von BewohnerInnen aller Generationen nutzbar und erreichbar sind. Zudem werden die Spiel- und Sportflächen nach inhaltlichen Schwerpunkten und Altersklassen spezifiziert und damit den Bedürfnissen und Wünschen bisher benachteiligter NutzerInnen angepasst.

In der Zwinglistraße befindet sich der Parcours-Spielplatz „Zick-Zack-Zwingli“, der verschiedene herausfordernde Klettermöglichkeiten bietet und den „Deutschen SPIELRAUM-Preis 2013“ erhielt.

An der Emdener Straße / Ecke Wiciefstraße liegt das Spiel- und Sportzentrum der „Moabiter Bewegungslandschaft“. Ob Fußball im „kleinen Käfig“ oder auf dem großen Platz, Tischtennis, Volley- und Basketball oder vielfältige Kletter- und Spielmöglichkeiten für die Kleineren auf dem Spielplatz – für alle ist etwas dabei!

In den nächsten Jahren soll zudem die Waldstraße zum abwechslungsreichen Bewegungsraum umgestaltet werden. Bereits fertiggestellt ist der Bolz- und Spielplatz mit Trampolinen an der Ecke Wiciefstraße.

Insgesamt können sich die MoabiterInnen auf sieben themen- und altersspezifischen Spielplätzen austoben.



## Bewegungslandschaften



Projektleiterin: Birgit Funke (bwgt e.V.)

### Orte im Kiez

Naturnaher Spielplatz Reuchlinstraße (7a)

Spielplatz Rostocker Straße (7b, im Bau)

Spielplatz am Stadtschloss Moabit (7c)

Spielplatz Waldstraße / Ecke Wiciefstraße (7d)

Kleinkindspielplatz Waldenser Straße (7e, im Bau)

Spiel- und Sportzentrum Emdener Straße / Ecke Wiciefstraße (7f)

Zick Zack Zwingli, Zwinglistraße (7g)

Tel: (030) 78 95 85 50

info@bwgt.org

www.bwgt.org

www.moabit-macht-mobil.de

## Otto-Spielplatz.

*Spiel, Spaß und Spannung für die ganze Familie!*

Das Besondere des öffentlichen Otto-Spielplatzes, den es bereits seit mehr als 40 Jahren in Moabit gibt, ist die pädagogische Betreuung. Er ist seitdem eine Bereicherung des sozialen Miteinanders im Zentrum des Stadtteils.

Der Spielplatz entstand, als sich Anfang der 1970er Jahre engagierte AnwohnerInnen im Rahmen neuer sozialer Bewegungen zur Bürgerinitiative „Abenteuerspielplatz Ottopark“ zusammenschlossen. Das anfangs umstrittene Konzept eines pädagogisch betreuten Spiel- und Lernorts fand sehr schnell auch offizielle Anerkennung. Der Spielplatz wurde bis 2010 als kommunale Einrichtung geführt. Seit 2011 wird das Konzept vom „Moabiter Ratschlag e.V.“ und dem Team um Bernd Brunner weiterentwickelt. Der seit 1997 im Kiez tätige Sozialpädagoge und Umwelttechniker übernahm die Leitung des etablierten Freizeitorts für Kinder, Jugendliche und Familien. Gemeinsam mit seinen KollegInnen bietet Bernd Brunner vielfältige Möglichkeiten der Freizeitgestaltung im neuerbauten Gebäude und dem 5.000 Quadratmeter großen Außenbereich, der schrittweise erneuert wird.

Gemäß den Wünschen der Kinder stehen auf dem Otto-Spielplatz unterschiedliche Spielgeräte und Angebote, Materialien und Werkzeuge zur Verfügung. Die Spielanlage ist immer nur der Rahmen, der durch die Kreativität und Spielfreude der Kinder gefüllt wird – unterstützt durch ein fachkompetentes Team. Dabei funktioniert der Ort auch als multikulturelle Begegnungsstätte und Umweltbildungsstandort. Anhand der Themenschwerpunkte „Stadtnatur“ und „Erlebniswelt Erneuerbare Energien“ werden Projekte in Kooperation mit Kitas und Schulen durchgeführt, die den Kindern durch Experimente und praktisches Arbeiten im Garten unmittelbaren Zugang zu umweltbezogenen Themen verschaffen.

Das Gelände kann auch im Rahmen von Veranstaltungen und Geburtstagen mitgenutzt werden.



## Otto-Spielplatz

Leitung: Bernd Brunner (Moabiter Ratschlag e.V.)

### Öffnungszeiten

November-März

Mo-Fr 14-18 Uhr

April-Oktober

Mo-Fr 10-19 Uhr

Sa / So 14-18 Uhr

Alt-Moabit 34

Tel: (030) 39 83 57 30

[bernd.brunner@moabiter-ratschlag.de](mailto:bernd.brunner@moabiter-ratschlag.de)

[www.moabiter-ratschlag.de/otto-spielplatz](http://www.moabiter-ratschlag.de/otto-spielplatz)



## Kleiner Tiergarten mit Ottopark.

*Eine Großstadtoase für alle!*

---

Der Kleine Tiergarten ist das grüne Herz Moabits und soll wieder zum Ruhepol zwischen den belebten Hauptverkehrsstraßen des Stadtteils werden.

Für Berliner Verhältnisse hat der Park eine sehr lange Tradition: Bereits im 17. Jahrhundert wurde das Gebiet zum Wildgehege und als Hinterer oder Kleiner Tiergarten bezeichnet. Infolge der industriellen und städtebaulichen Erschließungen des 19. Jahrhunderts entstand der städtische Park in seiner heutigen dreigliedrigen Form (Ottopark, Westlicher und Östlicher Kleiner Tiergarten).

Seit 2011 wird der Kleine Tiergarten schrittweise umfassend neugestaltet – denn in den letzten Jahrzehnten war er zunehmend verwahrlost. Ziel der Neugestaltung ist es, die Grünflächen wieder zu einem modernen Stadtteilpark mit Nutz- und Erholungsflächen für alle zu machen. Dazu wird der Park, der bislang durch dichten Wildwuchs vom umliegenden Stadtraum abgeschottet war, wieder nach außen geöffnet; wichtige Wegeverbindungen im Kiez werden wiederhergestellt. Auch wenn teilweise Baumfällungen vorgenommen werden mussten, bestätigen die vielseitigen Nutzungen durch Kinder und Jugendliche, Familien und ältere Menschen, dass die Neugestaltung der Grünflächen für das alltägliche Wohlbefinden wichtig ist. Es wird wieder gespielt und flaniert, Menschen genießen die Sonne und fühlen sich sichtlich wohl. Mehrere Spielplätze, Tischtennisplatten und eine Streetballanlage im Ottopark regen zur Freizeitgestaltung an, darüber hinaus laden viele Sitzbänke und offene Wiesenflächen unter den alten Eichen und Linden zum Verweilen ein.

Eine Besonderheit stellt der gelbe, halboffene Container an der Stromstraße / Ecke Alt-Moabit dar. Er dient als Aufenthaltsort für Szenegruppen, die nicht verdrängt werden sollten und für die der Kleine Tiergarten nach wie vor ein wichtiger Treffpunkt ist. Alle NutzerInnen sollen sich im neu gestalteten grünen Zentrum Moabits wohlfühlen und einen attraktiven Freizeitort vorfinden.



## Kleiner Tiergarten mit Ottopark

Gelegen zwischen Turmstraße und Alt-Moabit sowie Ottostraße und Johanniskirche.

---

### **AnsprechpartnerInnen**

Koordinationsbüro für Stadtentwicklung  
und Projektmanagement (KoSP)

Tel: (030) 33 00 28 30

turmstrasse@kosp-berlin.de

[www.turmstrasse.de/projekte/kleiner-tiergarten.html](http://www.turmstrasse.de/projekte/kleiner-tiergarten.html)



## Essener Park. Eine grüne Insel in Moabit.

Der Essener Park – wer kennt ihn überhaupt? Für einige AnwohnerInnen, Alteingesessene, Lokalgeschichtskundige und EntdeckerInnen ist die kleine, aber feine Parkanlage im Herzen Moabits eine Oase der Ruhe, ein Wohlfühlort. Doch vielen, selbst den langjährig in Moabit Wohnenden, ist er unbekannt.

Es handelt sich um den Rest der einst großzügigen Parkanlage um die Villa des Großindustriellen August Borsig. Die Gestaltung übernahm der berühmte preußische Landschaftsarchitekt Peter Joseph Lenné, zahlreiche seltene Pflanzen wurden in Park- und Treibhauseanlagen kultiviert. Um sein Moabiter Anwesen besaß August Borsig große Industrieareale, die jedoch im Zuge der fortschreitenden Industrialisierung zu klein wurden und infrastrukturell schlecht angebunden waren. Die Produktion zog um, die Werksanlagen samt der Borsig'schen Villa wurden Anfang des 20. Jahrhunderts abgerissen und mit Mietskasernen bebaut. Vom grünen Paradies blieb nur ein unscheinbarer Innenhof.

Dieser erfuhr in den 1980/90er Jahren durch eine Bürgerinitiative eine Wiederbelebung. Die Grünfläche wurde neu gestaltet und zur halböffentlichen Parkanlage, in der auch oft Stadtteilfeeste stattfanden.

Heute gibt es hier auf den ersten Blick nicht mehr viel zu entdecken – lange Beschreibungen dieses versteckten Grünlands erübrigen sich. Es entstehen jedoch viele Gedanken und Gefühle auf dieser grünen ruhigen geschichtsträchtigen Insel, die vom quirligen Treiben des Moabiter Zentrums ringsherum durch ein dichtes Häusermeer geschützt ist. Es gibt einen Basketballkorb und einige Bänke, aber vor allem eine große, von Bäumen umgebene Wiese.

Hier können Sie sich einen Moment der Ruhe fern von Verkehrslärm und Hektik gönnen – man hört nur die Vögel und den Wind in den Wipfeln der Pappeln.



## Essener Park

Gelegen im Innenhof zwischen Strom- und Krefelder Straße sowie Essener Straße und Alt-Moabit. Zugang über die Einfahrten der Essener Straße 3 und Stromstraße 67.





- 7a Naturnaher Spielplatz Reuchlinstraße
- 7b Spielplatz Rostocker Straße (im Bau)
- 7c Spielplatz am Stadtschloss Moabit
- 7d Spielplatz Waldstraße / Wickestraße
- 7e Kleinkindspielplatz Waldenser Straße (im Bau)
- 7f Spiel- und Sportzentrum Emdener / Wickestraße
- 7g Zick Zack Zwingli, Zwinglistraße

- |   |                       |                                     |                    |
|---|-----------------------|-------------------------------------|--------------------|
| 1 <b>Yoga Moabit</b>                        | Rostocker Straße 32   | 12 <b>Musikschule Fanny Hensel</b>  | Turmstraße 75      |
| 2 <b>My Spirit Women's Spa Club</b>         | Waldstraße 56         | 13 <b>Galerie Nord</b>              | Turmstraße 75      |
| 3 <b>Ladyline Frauenfitness</b>             | Stromstraße 11-17     | 14 <b>Kino für Moabit</b>           | wechselnde Orte    |
| 4 <b>himaxx Höhentaining</b>                | Stromstraße 11-17     | 15 <b>Ruths Keramik</b>             | Arminiusstraße 2-4 |
| 5 <b>Dosteli Hauskrankenpflege</b>          | Emdener Straße 1      | 16 <b>Taekwon-Do Berlin</b>         | Turmstraße 57/58   |
| 6 <b>Massagen, Fußpflege &amp; Kosmetik</b> | Oldenburger Straße 27 | 17 <b>Kampfkunstschule Shidokan</b> | Waldstraße 50      |
| 7 <b>Moabiter Bewegungslandschaften</b>     | siehe rechts oben     | 18 <b>Shaolin Kung Fu Institut</b>  | Stromstraße 11-17  |
| 8 <b>Otto-Spielplatz</b>                    | Alt-Moabit 34         | 19 <b>Sport Oase Racketcenter</b>   | Stromstraße 11-17  |
| 9 <b>Kleiner Tiergarten mit Ottopark</b>    | entlang Alt-Moabit    | 20 <b>Kimscreengolf</b>             | Stromstraße 11-17  |
| 10 <b>Essener Park</b>                      | Krefelder Straße      | 21 <b>Minigolf Moabit</b>           | Rathenower Straße  |

## Die Turmstraße. Einkaufen und genießen!

Eine quirlige Geschäftsstraße als Wohlfühlort? – Na klar! Wie bereits im ersten „Best of Moabit – Einkaufen und Service rund um die Turmstraße“ deutlich wurde, hat die Turmstraße als Einkaufsort einiges zu bieten, auch wenn sich manche Schätze erst auf den zweiten Blick zeigen.

Meist sind die InhaberInnen der Läden unterschiedlicher Branchen persönlich anzutreffen und bieten gute Qualität und individuellen Service – der Anteil inhabergeführter Geschäfte rund um die Turmstraße ist überdurchschnittlich hoch. Mit ihrem Sortiment ergänzen sie die Filialisten sowie das breite Nahversorgungsangebot der Geschäftsstraße. Dieses geht über die Standards der Discounter und Supermärkte weit hinaus: Auf der Turmstraße findet man Lebensmittel aus dem türkisch-arabischen und fernöstlichen Raum ebenso wie Bio-Produkte.

MarktrufereInnen machen auf ihre frischen Obst- und Gemüseangebote aufmerksam und sorgen für eine mediterrane Atmosphäre mitten in Berlin. Darüber hinaus lockt ein Ökowoche-nmarkt jeden Mittwoch (12-18 Uhr) mit regionalen Produkten ([www.ökomärkte-berlin.de](http://www.ökomärkte-berlin.de)).

Es lohnt sich also, die Geschäftsstraße entlang zu flanieren und auch in den Seitenstraßen Details zu entdecken. Die neu belebte „Zunft[halle] Arminiusmarkthalle“ wartet ebenfalls auf Ihren Besuch!

Am schönsten lässt sich das gesellige Treiben auf der Turmstraße von einem der zahlreichen Cafés und Restaurants in ihrer ganzen internationalen Vielfalt beobachten.

Die Turmstraße als Moabiter Zentrum war und ist ein wichtiger lokaler Identifikationsort. Das Geschäftsstraßenmanagement, gefördert vom Bezirk Mitte aus Mitteln des Programms „Aktive Stadt- und Ortsteilzentren“, engagiert sich seit 2010 dafür, gemeinsam mit lokalen AkteurInnen die Geschäftsstraße als vitalen, vielfältigen Ort weiter zu entwickeln. Alle können dabei mitmachen!



## Die Turmstraße

AnsprechpartnerInnen: Team GSM Turmstraße

die raumplaner  
Tel: (030) 37 59 27 21  
[gsm@die-raumplaner.de](mailto:gsm@die-raumplaner.de)  
[www.turmstrasse.de](http://www.turmstrasse.de)



## Musikschule Fanny Hensel.

*Hier wird musiziert, gesungen und getanzt.*

Wenn es um das Erlernen eines Musikinstruments, das Musizieren und andere musikalische Aktivitäten in Moabit geht, ist die Zweigstelle Tiergarten der „Musikschule Fanny Hensel“ des Bezirks Mitte das Kompetenzzentrum für musikalische Bildung. Zudem ist sie ein wichtiger Ort für künstlerische und soziale Begegnungen.

Seit dem Zusammenschluss der ehemals selbständigen Musikschulen Tiergarten, Alt-Mitte und Wedding zur „Musikschule Fanny Hensel“ 2001 wird die Moabiter Zweigstelle von Gabriele Dünnebieer-Küpper geleitet und gemeinsam mit einem Team von ca. 70 MusikpädagogInnen zeitgemäß gestaltet. Neben einem professionellen Tonstudio bietet der Konzertsaal Raum für musikalische Entfaltung.

Musik- und Tanzinteressierte jeglichen Alters sowie unterschiedlicher Kulturen und Nationalitäten nehmen Einzel- oder Gruppenunterricht, spielen in Bands, Ensembles und Orchestern, tanzen oder singen im Chor. Altersgerechte Angebote im Rahmen der elementaren Musikerziehung ab 2 ½ Jahren vermitteln ein erstes gemeinschaftliches Musikerleben. Das Orientierungsangebot „IKARUS“ (Instrumentenkarussell) gestaltet den Übergang zum Instrumentalunterricht, bei dem innerhalb eines Jahres bis zu elf verschiedene Instrumente unter fachlich kompetenter Anleitung ausprobiert werden können. Auf diese Weise erhalten Kinder eine Hilfestellung, „ihr“ Instrument zu finden.

Im Einzelunterricht werden nahezu alle Instrumente für jeden Anspruch gelehrt – dies gilt auch zunehmend für Instrumente anderer Kulturen. Öffentliche Auftritte gehören ebenso zum pädagogischen Konzept wie Orchester- und Chorfahrten, die das soziale Miteinander stärken.

Die Musikschule vermittelt Spaß und Freude am Singen, Tanzen und Musizieren und legt den Grundstein für eine lebenslange Beschäftigung mit Musik.



## Musikschule Fanny Hensel Zweigstelle Tiergarten

Leiterin: Gabriele Dünnebieer-Küpper

### Sprechstunde & Anmeldung

Di 15-18.30 Uhr  
Do 11-13 Uhr

Die Unterrichtstermine werden individuell vereinbart.

Turmstraße 75

Tel: (030) 901 83 34 46

[info@musikschule-fanny-hensel.de](mailto:info@musikschule-fanny-hensel.de)

[www.berlin.de/ba-mitte/musikschule](http://www.berlin.de/ba-mitte/musikschule)



## **Kunstverein Tiergarten e.V.** **Galerie Nord. Lokale und internationale Kunst.**

Die Galerie Nord ist seit inzwischen 20 Jahren der wichtigste Ausstellungs- und Kulturort im Moabiter Kiez mit berlinweiter Ausstrahlungskraft.

Vor zehn Jahren übernahm der „Kunstverein Tiergarten e.V.“ unter der künstlerischen Leitung von Ralf F. Hartmann die Trägerschaft der kommunalen Galerie in der Turmstraße 75.

Die thematischen Ausstellungen der Galerie Nord zeigen zeitgenössische Werke lokaler und internationaler Kunstschaffender zu wichtigen kulturellen, gesellschaftlichen und politischen Fragestellungen. Dabei setzt sich die Galerie auch für die lokale Kulturförderung und die Stärkung von Netzwerken ein: Sie ist ein wichtiger Anlaufort für Kunstkurse von Schulen sowie für viele KünstlerInnen und Kulturschaffende, die in Moabit ansässig sind oder neu hinzukommen.

Das immer weiter wachsende Galerie-Publikum nimmt mit großem Interesse die ca. achtmal im Jahr wechselnden Ausstellungen samt begleitenden Veranstaltungen und Führungen wahr. Regen Zuspruch findet auch das jährlich stattfindende Moabiter Kunst- und Kulturfestival „Ortstermin“ (vormals „Inselglück“), das der „Kunstverein Tiergarten e.V.“ regelmäßig mit vielen Beteiligten organisiert. An diesen Kunstwochenenden gibt es in ganz Moabit offene Ateliers, Ausstellungen und Kunst im Stadtraum.

Das Besondere der Galerie ist auch die breite Schaufensterfront, die das transparente Galerie- und Ausstellungskonzept des Kunstorts verkörpert und stets Blicke aus und in den Ausstellungsraum erlaubt: Von drinnen, dem Ort der Kunst und der Ruhe, schaut man hinaus auf das geschäftige Treiben der Turmstraße, sieht die vorbeieilenden Menschen; von der Geschäftsstraße aus blicken die PassantInnen neugierig hinein in die Galerie. So ist die Ausstellung stets wahrnehmbar und Teil der Straße, diese wiederum ist Teil der Ausstellung – und man selbst ist mittendrin.



### **Galerie Nord**

Künstlerischer Leiter: Dr. Ralf F. Hartmann

#### **Öffnungszeiten**

Di-Sa 13-19 Uhr

Turmstraße 75

Tel: (030) 901 83 34 5

[info@kunstverein-tiergarten.de](mailto:info@kunstverein-tiergarten.de)

[www.kunstverein-tiergarten.de](http://www.kunstverein-tiergarten.de)



### **TUR BRÜDER-GRIMM-HAUS**





## **Kino für Moabit.** *Ein Kino auf Wanderschaft.*

Wie viele andere vermisst Maren Dorner (rechts im Bild) ein Kino im Herzen von Moabit. Die Historikerin lebt seit zehn Jahren im Kiez und interessiert sich leidenschaftlich für die Geschichte der einst zahlreichen Kinos im Stadtteil. Keines der alten Kinos wie der „Turmpalast“, das „Maxim“ oder das „Weltkino“ sind noch in Betrieb, obwohl die Gebäude oder sogar die Inneneinrichtung teilweise noch erhalten sind. LeinwandliebhaberInnen steht nur das Programm kino „Filmrauschpalast“ in der „Kulturfabrik Moabit“ (Lehrter Straße 35; [www.filmrausch.de](http://www.filmrausch.de)) am Rande des Stadtteils zur Verfügung.

Im Rahmen des Kulturfestivals „Inselglück“ inszenierte Maren Dorner vor vier Jahren eine Filmveranstaltung und wurde angesprochen, das Konzept im Rahmen eines Quartiersmanagement-Projekts auszubauen – auch zur Erweiterung des kulturellen Angebots für SeniorInnen. Damit wurde die Veranstaltungsreihe „KinoCafé“ ins Leben gerufen: Monatlich werden ausgewählte Filmklassiker in der „Zunf Wirtschaft“ (Arminiusmarkthalle) gezeigt, eingerahmt von einer inhaltlichen Einführung und anschließenden Diskussion oder auch einem Quiz zum Film sowie dem gemeinsamen Beisammensein bei Kaffee und Kuchen.

Mittlerweile hat Maren Dorner in Zusammenarbeit mit der Filmwissenschaftlerin Nathalie Dimmer drei weitere Filmreihen unter der Überschrift „Kino für Moabit“ gestartet: Im „Werkstatt-Film“ werden Filme von und für AnwohnerInnen gezeigt; das Format hat experimentellen Charakter – FilmproduzentInnen sind eingeladen, ihre Werke vorzustellen. Der „Welt-Film“ bringt für alle GlobetrotterInnen Moabits fremdsprachige Filme im Original auf die Leinwand. Die „Kinderfilm“-Reihe wiederum spricht Familien an und möchte für mehr Filmkultur – auch bei den ganz Kleinen – werben.

Aktuell versteht Maren Dorner ihr Projekt als kostenloses Wanderkino. Für die Zukunft sucht sie jedoch einen festen Veranstaltungsort. Haben Sie einen geeigneten Raum, einen Film oder einfach nur Lust zum Filmschauen? Machen Sie mit!



## **Kino für Moabit**

Veranstalterin: Maren Dorner

Aktuelle Veranstaltungsorte  
siehe Flyer und Aushänge im Kiez.

KinoCafé in der Zunf Wirtschaft,  
(Arminiusstraße 2-4).

Tel: (030) 39 87 57 86  
[maren.dorner@gmx.de](mailto:maren.dorner@gmx.de)



## Ruths Keramik. Töpfern für Körper und Geist.

„Das Arbeiten mit dem Werkstoff Ton bringt dich zur Ruhe, es ordnet und zentriert Körper und Geist – und vor allem macht es dich glücklich“, so Ruth Schulz. Die gelernte Keramikerin und frühere Shiatsu-Therapeutin betont die ganzheitliche Wirksamkeit des Töpferns – sie ist sowohl von den schönen Produkten und Kunstwerken überzeugt, die beim Drehen, Glasieren und Brennen entstehen, als auch vom meditativen und motorikfördernden Entstehungsprozess.

Nach ihrer Ausbildung fing Ruth Schulz mit Vorführungen an der Drehscheibe in der „Zunft[halle] Arminiusmarkthalle“ an; inzwischen ist daraus ihre eigene kleine Keramikmanufaktur namens „Ruths Keramik“ mit drei Töpferscheiben in der nordöstlichen Ecke der Markthalle sowie einer Werkstatt mit drei Brennöfen im Keller entstanden. Anfang 2014 kam Uwe Patschorke mit seiner „Bagma-Keramik“ dazu und erweitert das Angebot und die Möglichkeiten des Töpferns. Während Ruth Schulz und ihre KursteilnehmerInnen dem Scheibentöpfeln nachgehen, hat sich Uwe Patschorke der Aufbauseramik verschrieben. Er entwickelte eine eigene Technik, mit der er täuschend echt Rinden- und Baumscheibenelemente nachbildet, so wie es der Name seiner Werkstatt andeutet: „Bagma“ steht altgermanisch für Baum.

Beide geben ihr Handwerkszeug in wöchentlich stattfindenden Kursen an ihre SchülerInnen weiter. Dabei steht die persönliche Anleitung bei größtmöglicher künstlerischer Freiheit im Vordergrund. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Auch Betriebsfeste oder Geburtstage werden ausgerichtet.

Über das Kursangebot hinaus bieten die beiden ihre Erzeugnisse zum Verkauf – Ruth Schulz fertigt vor allem liebevoll gestaltete, glasierte Alltagsgegenstände, Uwe Patschorke insbesondere Kunstgegenstände in seinem originellen Stil.



## Ruths Keramik

Inhaberin: Ruth Schulz

### Kurszeiten

Mi 10-11.30 Uhr  
17-18.30 Uhr  
18.30-20 Uhr  
sowie Einzeltermine

Zunft[halle] Arminiusmarkthalle  
Arminiusstraße 2-4  
Tel.: 0177 428 47 64  
ruthschulz@ymail.com  
www.ruths-keramik.de



## Taekwon-Do Berlin / Westhafen Studios.

*Koreanische Kampfkunst und Oper.*

Vor 16 Jahren begann Claudia Isabella Denninghaus zur eigenen Kräftigung von Körper und Geist mit dem Taekwon-Do, erlangte nach jahrelangem Training den Schwarzgurt als höchsten Grad und baute 2006 die Moabiter Taekwon-Do-Schule neu auf, die ihr Meister zuvor aufgegeben hatte. Die professionelle Gesangslehrerin, einst Opernsängerin mit Ausbildung u.a. am Moskauer Bolschoi-Theater, gründete die „Westhafen Studios“, in die auch die Trainingsstätte integriert wurde.

Taekwon-Do ist eine ursprünglich aus Korea stammende Kampfkunst, die als moderner Sport bereits seit den 1970er Jahren in Deutschland etabliert und vor allem durch die sehr dynamischen Fuß- und Armtechniken bekannt ist (Tae – koreanisch für Fuß, Kwon – Hand, Do – Weg).

Bei „Taekwon-Do Berlin“ wird in unterschiedlichen Kursen, die für jedes Alter und jeden Anspruch geeignet sind, traditionelles Taekwon-Do nach der Lehrmethode des Großmeisters Kwon Jae-Hwa unterrichtet. Auch im Rahmen des FU-Hochschulsports wird regelmäßig ein Kurs angeboten.

Darüber hinaus können die KampfkünstlerInnen an Turnieren und Lehrgängen teilnehmen, die auch in Verbindung mit Reisen stehen. Übergeordnetes Ziel ist es, über Anstrengung und Präzision Körper und Geist zu trainieren, sodass die eigene Persönlichkeit ins Gleichgewicht gebracht wird. Dieser positive individuelle Veränderungsprozess wird insbesondere durch den respektvollen Umgang im Team erreicht. Trainiert wird dementsprechend ohne Vollkontakt, d.h. gewaltfrei und passiv: „Wir vermitteln es, kämpfen zu können, es aber nicht zu tun.“

Claudia Isabella Denninghaus bekommt kräftige Unterstützung von ihrer Tochter Maria, die neben ihrem Studium als Taekwon-Do-Trainerin mitarbeitet. Außerdem ist sie Tänzerin und veranstaltet regelmäßig Flamenco-Kurse in den „Westhafen Studios“. Darüber hinaus finden weitere gesundheitsfördernde und auch künstlerische Kurse statt.



## Taekwon-Do Berlin / Westhafen Studios

Geschäftsführerin: Claudia Isabella Denninghaus

### Taekwon-Do

Mo / Fr ab 16 Uhr  
Di / Mi / Do ab 18.15 Uhr

Turmstraße 57/58  
Tel: (030) 395 95 21  
info@westhafen-studios.de  
www.westhafen-studios.de  
www.taekwon-do-berlin.de

### Gesangsunterricht

nach Terminvereinbarung

### Flamenco

nach aktuellem Kursplan

## Kampfkunstschule Shidokan Shirasagi Dojo Berlin.

*Japanische Kampfkunst: Bewusstsein, Disziplin, Charakter!*

Simon Klobe gründete die „Kampfkunstschule Shidokan“ vor elf Jahren, nachdem er aus Abenteurlust aus dem „eher konservativen Rheinland ins weltoffene Berlin“ gezogen war. Er schätzt das multikulturelle Umfeld und die soziale Mischung, die vertraute und geradezu dörfliche Atmosphäre in Moabit: „Jeder hier im Umkreis grüßt mich inzwischen.“

Die Kampfkunst Karate hat ihren Ursprung auf der japanischen Inselgruppe Okinawa. Diese war bis Ende des 19. Jahrhunderts von Japan unabhängig. Mit ihrer Angliederung wurde Karate Anfang des 20. Jahrhunderts nach Japan gebracht, modernisiert sowie sportlich weiterentwickelt und in alle Welt getragen – jedoch unter allmählichem Verlust des kulturellen Erbes. Die „Kampfkunstschule Shidokan“ folgt dem ursprünglichen ganzheitlichen Ansatz. Dieser ist auch sportlich und gesundheitsfördernd, hat aber stets Bezug zum traditionellen kulturellen und technischen Ursprung („Shorin-Ryu-Stil“).

Simon Klobe übt den Kampfkunstsport seit seinem zehnten Lebensjahr aus. Er studierte Jura, machte dann jedoch das ihm Kraft spendende Karate zum Beruf. Dabei möchte er seine umfassenden Erfahrungen an die SchülerInnen weitergeben und sie zu mehr Selbstkontrolle befähigen. Der Trainer betont die Vielfältigkeit des Erlernbaren: Sowohl physische als auch geistige Stärke und Disziplin für Fähigkeiten im Fitness-, Freizeit- und auch Sicherheitsbereich sowie in Vollkontaktturnieren werden konsequent gefördert. Zudem werden wichtige Werte vermittelt: Brutalität ist tabu, im Vordergrund steht die persönliche Charakterbildung.

Im „Dojo“ in der Waldstraße werden mehrere Kurse unterschiedlicher Fähigkeits- und Altersstufen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene angeboten. Zudem findet regelmäßig ein „Fit-in-den-Tag-Kurs“ für alle Alters- und Leistungsklassen statt. Neu im Programm ist darüber hinaus das Pilates-Training.



## Kampfkunstschule Shidokan

Inhaber: Simon Klobe

### Kurszeiten

Mo / Mi / Fr 16.30-21.30 Uhr  
Di / Do 9-10 Uhr  
16.30-18 Uhr  
Sa 12-14 Uhr

Waldstraße 50

Tel: (030) 43 02 15 94

info@kampfkunstschule-shidokan.de

www.kampfkunstschule-shidokan.de



## Shaolin Kung Fu Institut.

*Kung Fu: Selbstverteidigung mit Köpfchen!*

Im Kung Fu steckt die 1.500-jährige Geschichte der chinesischen Shaolin-Mönche, die das Ziel der Einheit von Körper, Geist und Seele verfolgen. Großmeister Xuefeng Han (im Bild oben) steht in dieser Tradition: Der „Shifu“ (chinesisch für Lehrer-Meister) des „Shaolin Kung Fu Instituts“ wurde bereits als Kind vom Shaolin-Tempel aufgenommen und zum Meister ausgebildet. Seitdem trägt er den Mönchsnamen Shi Yan Xin. Seine Erfahrungen und sein Wissen gibt er seit mehr als zehn Jahren an seine Schülerinnen in Moabit weiter. Zuvor tourte er mit der Show „Wheel of Life“ vier Jahre rund um die Welt.

Xuefeng Han gründete 2009 seine eigene Kung Fu-Schule in Moabit. Er wählte diesen Standort nicht zufällig aus – genau hier, mitten in Berlin, sollen ein Miteinander entstehen und sozial benachteiligten Kindern, Jugendlichen sowie Erwachsenen eine motivierende Beschäftigung angeboten werden. Neben fairer Selbstverteidigung und körperlicher Fitness stehen im Kung Fu auch gegenseitiger Respekt, Selbstdisziplin und Gehorsam gegenüber dem Meister im Fokus.

Unterstützung bekommt der Großmeister durch Shi Yan Sen (im Bild unten), der ebenfalls im Shaolin-Tempel ausgebildet wurde. Beide Trainer lehren den traditionellen Weg der Shaolin, der die Kampfkünste Kung Fu und San Da sowie Tai Ji und Qi Gong beinhaltet. Dabei sind Kung Fu und San Da eher zur effektiven Selbstverteidigung und als Ganzkörper-Training zu betrachten, während Tai Ji und Qi Gong auch Meditation bzw. meditative Elemente beinhalten und deshalb besonders zur Verbesserung des körperlichen und geistigen Gesundheitszustands für Menschen aller Altersgruppen geeignet sind.

Die KampfkünstlerInnen des Instituts bieten auch Shows für private Feierlichkeiten an und organisieren Reisen zu Kung Fu-Schulen in China, darunter die des Großmeisters in Tieling.

Alle können die Welt der Shaolin in Moabit entdecken!



## Shaolin Kung Fu Institut

Inhaber: Xuefeng Han

### Kurszeiten

Mo-Fr 17-21 Uhr  
Seminare und freies Training  
am Wochenende

Stromstraße 11-17  
Tel: (030) 30 87 36 39  
info@shaolin-kungfu-institut.de  
www.shaolin-kungfu-institut.de



## Sport Oase Racketcenter.

*Hier werden Badminton, Squash und Tischtennis gespielt.*

Matjaz Lesnik ist seit 2003 Geschäftsführer der „Sport Oase“ in Moabit, die sich seit 1990 im ehemaligen Sudhaus der historischen Schultheiss-Brauerei befindet. Der heutige Eigentümer, die HGHI GmbH des Investors Harald Huth, plant auf dem Areal ein Shoppingcenter, ein Hotel sowie einige Sport- und Kulturangebote.

Aktuell ist die ca. 6.500 Quadratmeter große, auf vier Hallen und über mehrere Etagen verteilte Sportanlage „Sport-Oase“ einzigartig mitten in Berlin. Bei ihrer Eröffnung war sie die erste Anlage der Stadt, die Badminton auch außerhalb des klassischen Vereinssports anbot, und trug wesentlich dazu bei, dass Badminton auch als Breitensport in Berlin populär wurde.

Die 15 Badmintonplätze (acht Einzel- und sieben Doppelspielfelder) sowie acht Squashcourts und drei Turnier-Tischtennisplatten können jeweils nach Verfügbarkeit und Terminabsprache in 45-minütigen oder rabattierten anderthalbstündigen Einheiten individuell gemietet werden. Zudem geben erfahrene TrainerInnen Privatstunden. Darüber hinaus können sich alle in den internen Hausligen und Turnieren mit der lokalen „Konkurrenz“ messen.

Dieses breite Angebot ist für viele Sportbegeisterte aus ganz Berlin ein Anziehungspunkt für den Freizeitsport und besitzt einen entsprechend bunt gemischten KundInnenstamm aller Altersgruppen, Kulturen und sozialen Schichten – von AnfängerInnen bis zu Bundesligaprofis. Die „Sport Oase“ ist zudem ein beliebter Ort für Betriebs-, Kindergarten- und Schulausflüge. Für alle Sportarten können hier auch Sportgeräte und Schuhe geliehen werden.

Nach dem Sport kann man sich in der kostenlosen Sauna entspannen und an der kleinen Bar erfrischen.



## Sport Oase Racketcenter

Geschäftsführer: Matjaz Lesnik

### Öffnungszeiten

Mo-Do	9-22.45 Uhr
Fr	9-22 Uhr
Sa	10-20 Uhr
So	10-21 Uhr

Stromstraße 11-17  
Tel: (030) 390 66 20  
info@sportoase.de  
www.sportoase.de

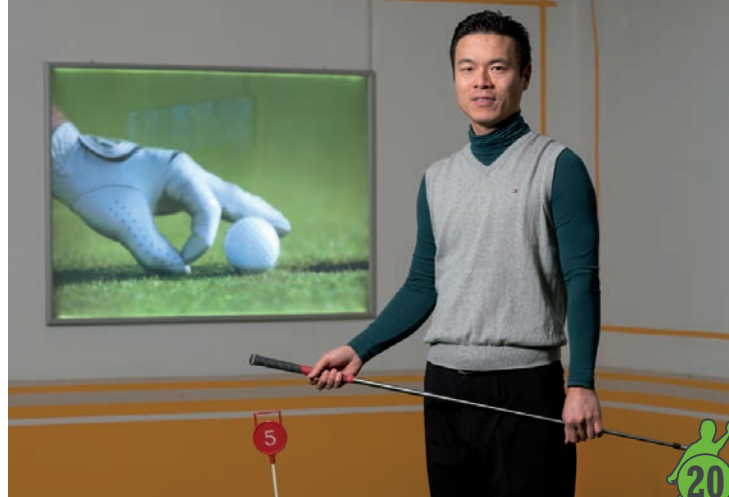
## **Kimscreengolf.** *Golfen ohne Wetterhandicap.*

Jin Goo Kim ist leidenschaftlicher Golfer. Der Südkoreaner ist seit über 20 Jahren aktiver Spieler und besitzt seit 1999 eine Trainerlizenz. Er kam 2005 im Auftrag seines damaligen Arbeitgebers geschäftlich nach Deutschland und gab nebenbei vor allem koreanischen AnfängerInnen kostenloses Golftraining. 2011 machte sich Jin Goo Kim mit dem Vertrieb und der Weiterentwicklung von Golfsimulatoren selbstständig und gründete ein Trainingszentrum für Indoorgolf in der ehemaligen Schultheiss-Brauerei.

„Kimscreengolf“ bietet für alle die Möglichkeit, günstig, unabhängig von Wetterbedingungen und mitten in Berlin Golf zu spielen. Der Sport kann hier leicht erlernt werden, aber auch Professionelle können ihr Handicap verbessern sowie Spielmotorik und Bewegungsabläufe weiter schulen – unter der professionellen Anleitung von Jin Goo Kim.

Ein Golfsimulator ermöglicht dabei mittels patentierter Infrarotsensorik eine genaue Nachahmung eines echten Golfspiels. Bis zu sechs Personen können eine gesamte 18-Loch-Partie durchspielen oder spezielle (Ab-)Schläge in verschiedenen virtuellen Umgebungen üben. Die dafür notwendigen Trainingsgeräte sind inklusive, aber auch die eigene Ausrüstung darf genutzt werden.

Die Anlage kann auch für private Feiern gemietet werden – kräftige Unterstützung bietet dabei eine Karaokemaschine. Sowohl für kleinere Gäste als auch für interessierte Große gibt es außerdem eine kleine Minigolfanlage zu entdecken.



## **Kimscreengolf**

Inhaber: Jin Goo Kim

### **Öffnungszeiten**

Mo-So 10-20 Uhr

Stromstraße 11-17

Tel: (030) 36 75 15 77

kimscreengolf@gmail.com

www.kimscreengolf.de



## Minigolf Moabit im SportPark Poststadion Moabit. Der Sportpark für Moabit!

Bereits seit 2009 kann in Moabit im Kleinformat gegolft und am persönlichen Handicap gefeilt werden: „Minigolf Moabit“ bietet eine top-gepflegte turnierfähige 18-Loch-Anlage.

Die Idee für einen Minigolfplatz in Moabit hatte Martina Kühn (zweite von rechts im Bild). Sie arbeitet für den „bildungsmarkt e.V.“, der den Platz betreibt. Der Tagesbetrieb und die Platzpflege werden über öffentlich geförderte Bürgerarbeitsstellen organisiert. Das engagierte Team bietet kleine Snacks und Getränke an, die BesucherInnen im Pavillon oder im Außenbereich genießen können. Im Kampf um den Bahnrekord können der Minigolfplatz und die Räumlichkeiten auch für Ausflüge, Feiern und kleine Veranstaltungen genutzt werden. Der Verein organisiert zudem eigene Veranstaltungen und Nachbarschaftsturniere, zu denen alle MinigolferInnen und die, die es noch werden wollen, herzlich eingeladen sind. Im Sommer werden vor Ort auch Tischtennis und Boule gespielt.

Der Minigolfplatz befindet sich im „SportPark Poststadion“, in dem es noch viele weitere Freizeit- und Erholungsmöglichkeiten gibt: z.B. das Stadtbad Tiergarten, das mit seiner 50m-Bahn und Sprunganlage die SchwimmerInnen herausfordert. Gleich nebenan lädt eine neue Wellnessanlage zum Entspannen ein. Eine Laufstrecke schlängelt sich durch den ganzen Park und fordert Bewegungshungrige mit zahlreichen Sportstationen heraus. Am Südplateau kann für ein Sonnenbad pausiert werden. Entlang des Rad- und Gehwegs kommt man an mehreren Kunstrasenplätzen vorbei, die für den Vereins- und Freizeitsport genutzt werden. In der Kletterhalle an der Ecke Lehrter Straße geht es gut gesichert in luftige Höhen. Der Straße in Richtung Norden folgend, findet man am Osteingang des Poststadions die Rollsport-Anlage, die von SkaterInnen für Übungen und Hockeyspiele genutzt wird. Durch das Tor gelangt man zum Poststadion, das wieder ein zentraler Ort für unterschiedliche Sportvereine und Veranstaltungen ist.



## Minigolf Moabit

Initiatorin: Martina Kühn (bildungsmarkt e.V.)

### Öffnungszeiten

Winter	
Di-So	12-18 Uhr
Sommer	
Di-So	10 Uhr bis Sonnenuntergang

Rathenower Straße 10  
Tel: 0163 149 33 17  
facebook: Minigolf Moabit







## Geschäftsstraßenmanagement Turmstraße

Ansprechpartner / Team GSM: Jan Schultheiß, Sabine Slapa,  
Alt-Moabit 62 Georg Thieme, Holger Weichler

10555 Berlin

Tel: (030) 37 59 27 21

Fax: (030) 37 59 27 22

[gsm@die-raumplaner.de](mailto:gsm@die-raumplaner.de)

[www.turmstrasse.de](http://www.turmstrasse.de)

Berlin, Juli 2014  
dieraumplaner



Bundesministerium  
für Umwelt, Naturschutz,  
Bau und Reaktorsicherheit



STÄDTEBAU-  
FÖRDERUNG

von Bund, Ländern und



aktive  
zentren  
Berlin

Bezirksamt  
Mitte

Senatsverwaltung  
für Stadtentwicklung  
und Umwelt

berlin Berlin