

## Regelmäßige Veranstaltungen

### MONTAG

- 10:30-12:00 **„Fit im Kopf - Gedächtnis + mehr“** \* Renate Boderius
- 11:15-12:15 **Rückengymnastik\***  
Karin Klotzsche
- 12:30-13:30 **Rückengymnastik\***  
mit Bodenübungen  
Karin Klotzsche
- 15:00-16:30 **Rockmusik und Schlager**  
mit den „LAB-Faltenrockies“

### DIENSTAG

- 10:00-12:00 **Computerkurs\*** - Anfänger  
Jörn Borsdorf
- 12:30-14:30 **Computerkurs\*** - Aufbau  
Jörn Borsdorf
- 10:00-11:30 **Häkelbüdelclub**
- 10:00-11:30 **Café „Morgensonne“**  
(1. Dienstag im Monat)
- 14:00-17:00 **Karten- und Brettspiele**  
Friedel Schiano

### MITTWOCH

- 10:00-11:00 **Englisch** \* mit guten  
Vorkenntnissen  
(Christine Geffert)
- 11:00-12:00 **Rhythmische Gymnastik/  
Stuhlgymnastik** F.Schiano

## Regelmäßige Veranstaltungen

- ab 13:00 **Malkreis (Offener  
Nachmittag)**
- 13:00-14:30 **Spanisch** mit  
Vorkenntnissen Cornelia Strohwald\*
- 15:00-16:30 **Französisch** mit  
Vorkenntnissen Cornelia Strohwald\*

### DONNERSTAG

- 10:00-12:00 **Computerkurs\*** /  
Anfänger- Jörn Borsdorf
- 12:30-14:30 **Computerkurs\***  
Aufbau - Jörn Borsdorf
- 10:00-11:00 **Yoga - inkl. Yoga für  
den Rücken\***  
Karin Klotzsche
- 11:15-12:15 **Yoga auf dem Stuhl\***  
Karin Klotzsche
- 15:00-16:00 **Gesprächsrunde** für  
erwachsene Zuwanderer  
in deutscher Sprache

### FREITAG

- 10:00-11:15 **Englische Konversation**  
Anne Timm
- 11:15-12:15 **Englische Konversation**  
Anne Timm
- ab 14:00 **Kaffeetrinken und  
mehr ....**

## Wechselnde Veranstaltungen

Termine Ausflüge u. Wanderungen  
finden Sie im Flyer LAB-Lokstedt  
am weißen Brett (Anmeldung im  
Büro)

.....am **Freitagnachmittag ab 14:30  
Uhr bis ca. 17 Uhr** :

- 05.05. **Chorsingen** mit Jürgen Preuß
- 12.05. **Softbowling**
- 19.05. **Chorsingen** mit Jürgen Preuß
- 26.05. **Spiele und Klönen**

### Weitere Angebote:

**2x Literaturkreis**  
(2 Samstage im Monat)  
(Ursula Schönbach Tel. 390 32 79)

02.05. **Café „Morgensonne“**  
„Gemeinsam statt einsam“

03.05. **„Traumkino“ Savoy**  
LALA Land

23.05. **Stoffmalerei**

**\*Teilnahme nach Anmeldung!  
Und geringe Kostenbeteiligung**

Änderungen vorbehalten