

## Regelmäßige Veranstaltungen

### MONTAG

- 10:30-12:00 „Fit im Kopf“  
- Gedächtnis + mehr \*  
Claudia Heise
- 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
- 10:30-12:00 Häkelbündelclub
- 14:00-17:00 Karten- und Brettspiele  
Friedel Schiano

### MITTWOCH

- 10:00-11:00 Englisch \* mit guten Vork.  
Christine Geffert

## Regelmäßige Veranstaltungen

- 11:15-12:15 Rhythm. Gymnastik/  
Stuhlgymn. F.Schiano
- ab 13:00 Malkreis
- 13:00-14:30 Spanisch mit Vor-  
kenntnissen Cornelia Strohwalde \*
- 15:00-16:30 Französisch mit Vor-  
kenntnissen Cornelia Strohwalde \*

### DONNERSTAG

- 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 Bauchtanzgruppe \*  
Ulrike Grabinski

### FREITAG

- 10:00-11:00 Englische Konversation  
Frau von Hassell \*
- 11:15-12:15 Englische Konversation  
Frau von Hassell \*
- ab 14:00 Kaffeetrinken  
... und mehr ....

## Wechselnde Veranstaltungen

- .....am Freitagnachmittag  
ab 14:30 bis ca. 17 Uhr :
- 07.12. Chorsingen 14:15-15:45
- 14.12. Weihnachtsfeier mit  
Jürgen Preuß

*Wir wünschen Ihnen allen ein  
schönes Weihnachtsfest.*

*Ab Montag, d. 07.01.2019 ist der  
Treffpunkt wieder geöffnet.*

### Weitere Angebote:

2 Samstage im Monat **Literaturkreis**  
([Ursula Schönbach Tel. 390 32 79](mailto:Ursula.Schoenbach@tel.3903279))

- 06.12. **Smartphone Grundkurs \***  
16:00-17:00
- 24.12. **Heiligabend – Brunch im  
Treffpunkt St. Pauli \***
- 25.12. **Miniatur-Wunderland \***
- 26.12. **Hamburger Kunsthalle \***
- 26.12. **Ernst-Deutsch-Theater \***  
„Adel verpflichtet“

\*Teilnahme nach Anmeldung und/oder  
geringe Kostenbeteiligung