

Montag

Y O G A im Sitzen * Christiane Neubauer	10:00 - 11:00 Uhr 49 45 27
Tanzkreis 60 + * Kleiner Saal Gabriele Weckherlin	11:00 - 12:30 Uhr
Computer-Club 2 Thomas Linke	10:45 - 12:45 Uhr
Schach / Skat	13:00 - 18:00 Uhr
Internet-Café * Dietmar Bonny	13:00 - 16:00 Uhr

Dienstag

Gedächtnistraining* Hannelore Schneider	10:30 - 11:30 Uhr
Bridge Gerhild Halfmeier	09:45 - 13:00 Uhr
Schach / Skat	13:00 - 18:00 Uhr
Computer-Club 1 Thomas Linke	13:00 - 17:00 Uhr
Kartenspiel / Rommé Eva Brauer	14:30 - 18:00 Uhr
Inneres Kind Selbsthilfegruppe Thomas Boland	19:00 - 20:30 Uhr 39 57 67

Mittwoch

Schach / Skat	13:00 - 18:00 Uhr
Verschiedene Spiele	14:30 - 17:00 Uhr

Donnerstag

PC Kurs * zur Zeit Pause	10:00 - 11:30 Uhr
NEU ab 13.09. Achtsamkeitstraining* 10:00 - 11:00 Uhr	
Y O G A im Sitzen * Christiane Neubauer	11:00 - 12:00 Uhr 12:00 - 13:00 Uhr 49 45 27
Schach / Skat	13:00 - 18:00 Uhr
Geselligkeitstreff bei Kaffee und Kuchen und Singen	14:30 - 17:00 Uhr
Nähen Inga Becker	18:00 - 20:30 Uhr

Freitag

Schach / Skat	13:00 - 18:00 Uhr
Kartenspiel / Rommé Eva Brauer	14:30 - 18:00 Uhr
Internet-Café Dietmar Bonny	13:00 - 16:00 Uhr

Sonstiges

Jeden 1. Dienstag des Monats
Literatur Kreis
mit Birgit Sarnes
Dienstag 2. Oktober
14.30 - 16.00 Uhr

NEU NEU NEU NEU
ab 13.09. Achtsamkeitstraining*
mit Christiane Neubauer
Donnerstags 10 - 11 Uhr

Wir wollen uns darin üben, uns selbst und unsere Umwelt mehr wahrzunehmen. Wir lernen unseren Körper, unsere Seele und unsere Bedürfnisse bewusster wahrzunehmen und damit auch anderen bewusster zu begegnen. Achtsamkeit kann uns dabei helfen, entspannter und mit mehr Wohlgefühl durchs Leben zu gehen.

Samstag 20. Oktober
Bingo
mit Kaffee und Kuchen.
14.00 - 16.00 Uhr

Theatergruppe
THESPIS
Theaterproben
Immer am Montag ab 18.30 Uhr
Interessenten können sich gerne bei
Herrn Kessler melden.
Tel. 040 480 16 67

Programmänderungen vorbehalten
**Kurse mit Kostenbeteiligung*