

MONTAG

Italienisch für Fortgeschrittene*

Herr Ariotti 09.30 - 11.00

Italienisch mit Vorkenntnissen*

Herr Ariotti 11.00 - 12.30

Französisch für Fortgeschrittene*

Frau Strohwald 11.15 - 12.45

Gymnastik*

Herr Spiesky 10.00 - 11.00

Offene Spielgruppe

14.00 - 18.00

Bridge-Kurs*

15.00 - 17.00

Ein Wohlgefühl für Körper, Geist und

Seele* Progressive Muskelentspannung (nach Jacobsen)

Frau Gatzke 17.15 - 18.15

Märklin-Stammtisch (18.06)

19.00

Infos: Doris Kerk Tel.: 04821-6398 558

Omega (04.06)

18.30 - 20.00

Frau Nieder Tel. 040 5 26 62 63

DIENSTAG

Gymnastik mit Elementen aus Yoga/Qigong*

Frau Wolf 09.30 - 10.30

Tai Chi 1*

Frau Damati 10.45 - 11.30

Tai Chi 2*

Frau Damati 12:00 - 12.45

Französisch mit Vorkenntnissen*

Frau Strohwald 16.00 - 17.30

Malgruppe (in Eigenregie)

ab 18:30

Bauchtanz*

Frau Damm 18.30 - 20.00

MITTWOCH

Bridge

10.00 - 13.00

Klöngruppe

10.00 - 11.00

Gymnastik*

Herr Spiesky 11.00 - 12.00

Offene Spielgruppe

14.00 - 18.00

PC-Sprechstunde*

16.00 - 18.00

Frau Kölling, 14-tägig (verbindl. Anmeldung)

Qigong*

Chinesische Heilgymnastik 18.00 - 19.30

Infos: Kristin Johne Tel.:040 48 78 81

DONNERSTAG

Schach

10.00 - 12.00

Spanisch Wiedereinsteiger*

Frau Diez 9.45 - 11.15

Spanisch - Konversation*

Frau Diez 11.30 - 13.00

Offene Spielgruppe

14.00 - 18.00

Feldenkrais

Frau Dinkels 17:30 - 18:30

PC, Internet und Handy-Kurs*

Herr Leuer 18:00 - 19:00

Meditation

19.00 - 20.30

FREITAG

Gedächtnistraining* ab 11.05

Frau Ehlers 11.00 - 12.30

Offene Spielgruppe (Skat-Rommé-Canasta)

14.00 - 18.00

SONNABEND

Nähkurs für Anfänger*

(am 30.06. / letzter Sa. im Monat)

Frau Pichler 10.00 - 14.00

Meditation

Herr Struck 15.00 - 17:00

SONNTAG

Sonntagscafé

14.00 - 18.00

mit Kartenspielen (am 03.06)

Meditation

Herr Struck 15.00 - 17:00

Vorschauen / Sonstiges

Rollatormobilität HVV-Vortrag

Donnerstag 07.06., 15 Uhr

Wir setzen die Europa-Festreihe fort:
Bitte vormerken: **Französisches Fest**
am Samstag, den 14.Juli!

Special im Juni: Modenschau im LAB
am 14.06 von 14.30-17:30

Programmänderungen vorbehalten

**Kostenbeteiligung und bitte im Büro anmelden*

Siehe auch Aushänge im Schaukasten und im Treffpunkt

