

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 (20.08)

19.00

Infos: Doris Kerk Tel.: 04821-6398 558

Omega

Sommerpause

Frau Nieder Tel. 040 5 26 62 63

DIENSTAG

Gymnastik mit Elementen aus

Yoga/Qigong*

Frau Wolf Sommerpause

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*

Sommerpause

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 Sommerpause

PC, Internet und Handy-Kurs*

Herr Leuer Sommerpause

Meditation

19.00 - 20.30

FREITAG

Gedächtnistraining*

Frau Ehlers 11.00 - 12.30

Offene Spielgruppe

(Skat-Rommé-Canasta) 14.00 - 18.00

SONNABEND

Nähkurs für Anfänger*

(am 25.08. / letzter Sa. im Monat)

10.00 - 14.00

Meditation

Herr Struck 15.00 - 17:00

SONNTAG

Sonntagscafé (am 05.08) 14.00 - 18.00

mit Kartenspielen

Meditation

Herr Struck 15.00 - 17:00

Programmänderungen vorbehalten

**Kostenbeteiligung und bitte im Büro anmelden*

Siehe auch Aushänge im Schaukasten und im Treffpunkt

Vorschauen / Sonstiges

Straßenfest Eppendorf: 18. August

Tag der offenen Tür
beim LAB Eppendorf
und Flohmarkt

