

MONTAG

Italienisch für Fortgeschrittene*

Herr Ariotti 09.30 - 11.00

Italienisch mit Vorkenntnissen*

Herr Ariotti 11.00 - 12.30

Gymnastik*

Herr Spiesky 10.00 - 11.00

Bridge/

Offene Spielgruppe

15.00 - 17.00

Englisch Konversation*

Frau Frey 17.30 - 19.00

Märklin-Stammtisch (15.10.)

19.00

Infos: Doris Kerk Tel.: 04821-6398 558

Omega (15.10.)

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* derzeit ausgebucht

Frau Damati 10.45 - 11.30

Tai Chi 2* noch freie Plätze

Frau Damati 12:00 - 12.45

Englisch-Anfänger Kurs* noch freie Plätze

Frau Frey 13.00 – 14.30

Französisch mit Vorkenntnissen*

Frau Strohwald 16.00 - 17.30

Malgruppe

(in Eigenregie)

ab 18:30

Bauchtanz*

Frau Damm 18.30 - 20.00

MITTWOCH

Bridge-Spielgruppe

10.00 – 13.00

Klöngruppe

10.00 - 11.00

Gymnastik*

Herr Spiesky 11.00 - 12.00

Offene Spielgruppe

Anleitung 1. Mittwoch im Monat

Frau Faust (10.10.2018) 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

Bridge für Anfänger*

Herr Höltkemeier 14.30 - 16.30

Feldenkrais

Frau Dinkels 17.30 – 18.30

PC, Internet und Handy-Kurs*

Herr Yasar 17.00 – 18.30

FREITAG

Gedächtnistraining*

Frau Ehlers 11.00 - 12.30

Französisch für Fortgeschrittene*

Ab 05.10.2018 – noch freie Plätze

Frau Strohwald 12.00 - 13.30

Offene Spielgruppe (Skat-Rommé- Canasta)

14.00 - 18.00

SONNABEND

Nähkurs für Anfänger*

(am 27.10.. / letzter Sa. im Monat)

Frau Pichler 10.00 - 14.00

Meditation

Herr Struck 15.00 - 17:00

SONNTAG

Sonntagscafé

mit Kartenspielen

14.00 - 18.00

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

**12.10. Oktoberfest im
LAB Eppendorf,**
ab 15.00 Uhr mit
bayerischen Spezialitäten.
Anmeldung im Büro
(Gäste 7,50€, Mitglieder 5€)

