

## **Laufende Kurse und Treffen**

### **MONTAGS**

**Everyday-English** *Neue Zeiten!*

10.00-11.00 Uhr und

11.15-12.15 Uhr, *hier sind noch Plätze frei.*

mit Knut Franckenstein, vertreten durch Klaus Berg.

**Yoga** 11.15-12.15 Uhr,

ohne Bodenübungen, mit Gabriele Burmeister.

**Gymnastik** 12.30-13.30 Uhr und 13.45-14.45 Uhr,

mit Gabriele Burmeister.

**Bridge** \* ,Forum D' 15.00 bis ca. 18.00 Uhr,

mit Elke Lübcke.

**Schach-Gruppe** \* 15.00 bis ca. 18.00 Uhr,

mit Christiane Appenroth u. Rosemarie Wittenburg.

### **DIENSTAGS**

**LAB Chor** \* 9.30-11.00 Uhr, mit Dieter Dziobaka.

**English-Conversation** 10.45-11.45 Uhr und

*Neu! 11.50-12.50 Uhr, hier sind noch Plätze frei.*

mit Dr. Ulrich-Christian Pallach.

**English-Conversation** 11.30-12.45 Uhr,

mit Knut Franckenstein, vertreten durch Klaus Berg.

*Neue Teilnehmer sind willkommen!*

**Kartenspiel am Dienstag** \* 13.00 bis ca. 16.30 Uhr,

Canasta und Skat, mit Brigitte Nagel.

**Kegeln am Dienstag** \* mit Karla Möller.

**am 22.1.** 14.00 Uhr, *Adolph-Schönfelder-Str. 49.*

**Kegelbahng Gebühr wird umgelegt.**

**Instrumentalgruppe** \* 17.00-18.30 Uhr.

Leitung: Kai Schröder. Organisation: Ursula Schmidt.

**Shantychor** \* 18.45-20.15 Uhr,

mit Kai Schröder.

### **MITTWOCHS ( nicht am 2.1.)**

**„Anders lesen beim LAB“** 10.00-11.30 Uhr,

Literatur-Runde mit Birgit Beuck-Langkam.

**Freies Malen und Zeichnen,** 10.30-12.00 Uhr,

mit Karin Fritschi. *Neue Teilnehmer sind willkommen!*

**Handarbeiten** \* 14.00-16.00 Uhr,

in geselliger Runde, mit Margret Timm.

*Für diese Gruppe besteht zurzeit eine Warteliste.*

**Fröhliches Singen** \* 14.00-16.00 Uhr,

mit Kai Schröder oder Vertretung.

**Flöten** \* 16.00-18.00 Uhr, mit Dieter Dziobaka.

**Individuelle Computer-, Smartphone- und**

**Tablet-Beratung** mit Werner Mantwied.

Termine nach Absprache, eine angemessene

Spende ist erwünscht. Bitte im Büro anmelden.

### **DONNERSTAGS**

**Spanisch-Konversation** 10.00-11.30 Uhr,

mit Ligia-S. Giraldo-Weisgerber.

**Spanisch mit guten Vorkenntnissen**

11.45-13.15 Uhr, mit Ligia-S. Giraldo-Weisgerber.

**Yoga** 10.00-11.15 Uhr und 11.30-12.45 Uhr

ohne Bodenübungen, mit Gabriele Burmeister.

**Freies Malen und Zeichnen** 13.30-15.00 Uhr,

mit Karin Fritschi. *Nicht am 3.1.*

**Basteln** \* **am 10.1. und 17.1.** 13.45 bis ca. 16.00 Uhr,

mit Heidrun Peters

**Mit Qigong älter werden** 16.30-17.30 Uhr, **ab 31.1.**

Präventionskurs mit Anne Kossendey.

Nur für angemeldete Teilnehmer.

*Bei Interesse lassen Sie sich bitte vormerken.*

### **FREITAGS**

**Plattdüütsches Frühstück** \* mit Erika Rieper,

**am 4.1. und 18.1.** 9.30-11.00 Uhr.

**Frühstückskosten werden umgelegt.**

**Kopf oder Zettel**

Gedächtnistraining mit Waltraut Rieck,

**am 11.1. und 25.1.** 10.30-12.00 Uhr.

**Runde für das Zeit(ungs)geschehen...*Nicht am 4.1.***

10.00-11.30 Uhr, mit Birgit Beuck-Langkam.

**Kartenspiel am Freitag** \* 13.00 bis ca. 16.30 Uhr,

Canasta, Doppelkopf und Skat,

mit Rosemarie Wittenburg und Brigitte Nagel.

### **SONNABENDS**

**Italienisch Kochen** mit Carlo Cametti,

*findet im Januar nicht statt.*

**Angebote mit \* für Mitglieder kostenlos,  
für Gäste 1,50 € je Veranstaltung.**

***Programmänderung vorbehalten!***

Am Ende eines Tages ist nur wichtig,  
dass ein schöner Moment dabei war,  
der dich lächeln ließ.

- unbekannt-



Gefördert von der  
Freien und Hansestadt Hamburg



**Das Februar-Programm liegt  
ab 14. Dezember im Treffpunkt aus.**