

Laufende Kurse und Treffen

MONTAGS

Everyday-English **Nicht am 11.2.**

10.00-11.00 Uhr ← hier sind noch Plätze frei
und 11.15-12.15 Uhr, mit Knut Franckenstein,
teilweise 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
11.50-12.50 Uhr ← hier sind noch Plätze frei,
mit Dr. Ulrich-Christian Pallach.

English-Conversation **Nicht am 12.2.**
11.30-12.45 Uhr, mit Knut Franckenstein,
teilweise 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 * **am 19.2.** 14.00 Uhr,
mit Karla Möller und Jürgen Behrendt.
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

„**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.

Basteln * **am 7.2.** und **21.2.** 13.45 bis ca. 16.00 Uhr,
mit Heidrun Peters

Mit Qigong älter werden 16.30-17.30 Uhr,
Präventionskurs mit Anne Kossendey.
Laufender Kurs, nur für angemeldete Teilnehmer.
Bei Interesse lassen Sie sich bitte vormerken.

FREITAGS

Plattdüütsches Freuhstück * mit Erika Rieper,
am 1.2. und 15.2. 9.30-11.00 Uhr.
Frühstückskosten werden umgelegt.

Kopf oder Zettel
Gedächtnistraining mit Waltraut Rieck,
am 8.2. und 22.2. 10.30-12.00 Uhr.

Runde für das Zeit(ungs)geschehen
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 am 2.2. 11.00 Uhr
mit Carlo Cametti (Kochen),
und Bernd Appenroth (Organisation, Betreuung).
Informationen über weitere Termine und Kosten
siehe Aushang im Treffpunkt.

**Der Kochkurs findet nur mit mindestens sechs
angemeldeten Teilnehmern statt.**

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

Programmänderung vorbehalten!

Genieße den Moment,
bevor er zur Erinnerung wird.
- unbekannt-



Gefördert von der
Freien und Hansestadt Hamburg



**Das März-Programm liegt
ab 25. Januar im Treffpunkt aus.**