

Laufende Kurse und Treffen

MONTAGS

Everyday-English

10.00-11.00 Uhr ← hier sind noch Plätze frei
und 11.15-12.15 Uhr, mit Knut Franckenstein.

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

11.30-12.45 Uhr, mit Knut Franckenstein,
Neue Teilnehmer sind willkommen!

Kartenspiel am Dienstag * 13.00 bis ca. 16.30 Uhr,
Canasta und Skat, mit Brigitte Nagel.

Kegeln am Dienstag * am **19.3.** 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.
Nicht am 26.3.

MITTWOCHS

„Anders lesen beim LAB“ 10.00-11.30 Uhr,
Literatur-Runde mit Birgit Beuck-Langkam.
Nicht am 20. und 27.3.

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 **7.3.** und **21.3.** 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 Frühstück * mit Erika Rieper,
am **1.3., 15.3.** und **29.3.** 9.30-11.00 Uhr.
Frühstückskosten werden umgelegt.

Kopf oder Zettel

Gedächtnistraining mit Waltraut Rieck,
am **8.3.** und **22.3.** 10.30-12.00 Uhr.

Runde für das Zeit(ungs)geschehen

10.00-11.30 Uhr, mit Birgit Beuck-Langkam.
Nicht am 22. und 29.3.

Kartenspiel am Freitag * 13.00 bis ca. 16.30 Uhr,
Canasta, Doppelkopf und Skat,
mit Rosemarie Wittenburg und Brigitte Nagel.

SONNABENDS

Italienisch Kochen am 2.3. 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!

Lachen ist die schönste Sprache der Welt.
- unbekannt-



Gefördert von der
Freien und Hansestadt Hamburg



**Das April-Programm liegt
ab 22. Februar im Treffpunkt aus.**