

Laufende Kurse und Treffen

MONTAGS

Yoga ohne Bodenübungen 10.00-11.00 Uhr,
mit Helga Rosebrock.

Es sind noch Plätze frei, neue Teilnehmer sind willkommen.

Everyday-Englisch 10.30-12.00 Uhr
mit Knut Franckenstein.

Yoga ohne Bodenübungen 11.15-12.15 Uhr,
mit Helga Rosebrock.

Gymnastik 12.30-13.30 Uhr und 13.45-14.45 Uhr,
mit Helga Rosebrock.

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.

Englisch-Conversation
10.15-11.30 Uhr und 11.45-13.00 Uhr.
mit Knut Franckenstein.

Englisch-Conversation
11.10-12.10 Uhr, mit Dr. Ulrich-Christian Pallach.

Kartenspiel am Dienstag * 13.15 bis ca. 16.30 Uhr,
Canasta und Skat, mit Brigitte Nagel.

Kegeln am Dienstag * mit Karla Möller.
am 15.5. 14.00 Uhr,
Adolph-Schönfelder-Str. 49.
Kegelbahngebühr wird umgelegt.

Instrumentalgruppe * 17.00-18.30 Uhr,
Leitung: Kai Schröder.
Organisation: Ursula Schmidt.

Shantychor * 18.45-20.15 Uhr,
mit Kai Schröder.

MITTWOCHS

Yoga ohne Bodenübungen 9.30-10.30 Uhr,
mit Helga Rosebrock.

„Anders lesen beim LAB“ 10.00-11.30 Uhr,
Literatur-Runde mit Birgit Beuck-Langkam.

Freies Malen und Zeichnen 11.00-12.30 Uhr,
mit Karin Fritschi.

Spanisch mit wenigen Vorkenntnissen
11.45-13.15 Uhr, mit Tula Garagorri de Kirchmann.
Es sind noch Plätze frei, neue Teilnehmer sind willkommen.

Handarbeiten * 14.00-16.00 Uhr,
in geselliger Runde, mit Margret Timm.

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.
Es sind noch Plätze frei, neue Teilnehmer sind willkommen.

Yoga ohne Bodenübungen 11.45-12.45 Uhr,
mit Helga Rosebrock.

Freies Malen und Zeichnen 13.30-15.30 Uhr,
mit Karin Fritschi.

Basteln * **am 3.5. und 17.5.** 13.45 bis ca. 16.00 Uhr,
mit Heidrun Peters.

Mit Qigong älter werden
Präventionskurs mit Anne Kossendey.
Nächster Kurs ist für September geplant,
16.30-17.30 Uhr, bei Interesse lassen Sie sich bitte
vormerken.

FREITAGS

Plattdüütsches Frühstück * mit Erika Rieper,
am 11.5. und 25.5. 9.30-11.00 Uhr.
Frühstückskosten werden umgelegt.

Kopf oder Zettel
Gedächtnistraining mit Waltraut Rieck,
am 4.5. und 18.5. 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 5.5. 11.00 Uhr
mit Carlo Cametti (Kochen)
und Bernd Appenroth (Organisation, Betreuung)
Informationen über weitere Termine und Kosten
siehe Aushang im Treffpunkt.

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

Programmänderung vorbehalten!

Besser auf neuen Wegen etwas stolpern
als in alten Pfaden auf der Stelle zu treten.

Chinesisches Sprichwort



Gefördert von der
Freien und Hansestadt Hamburg



**Das Juni-Programm erscheint
am 20. April im Treffpunkt,
im Internet etwas später.**